

# Pour que la Chartreuse reste un plaisir... soyons tous responsables

*For Chartreuse to remain a pleasure... let's all be responsible*

## Hiver comme été, avant de partir en montagne

*Winter or summer, before setting off for the mountains*



### Je me renseigne...

*I get advised*

Itinéraire, bulletin météo et estimation du risque d'avalanche, vent, pente/dénivelé,...



### Je connais mes capacités et celles de mes compagnons...

*I know my abilities and those of my fellows*

S'adapter, savoir renoncer ou modifier l'itinéraire, être très vigilant avec les enfants,...



### Je connais les risques...

*I know the risks*

Relief et géologie, avalanches, barres rocheuses,...



### Je prépare et vérifie mon matériel

*I'm well equiped for my sport*

Vêtements adaptés, casques, trousse de secours, cartes, vivres, DVA\*/pelle/sonde,...

\*DVA = Détecteur Victime Avalanche



### Numéros utiles

**MÉTÉO** *Weather*  
**32 50**

**URGENCES** *Emergency*  
**112**

**POMPIERS** *Fire brigade*  
**18**

## EN CAS D'ACCIDENT

*In case of accident*

### ① Protéger la victime

*Protect the victim*

### ② Appeler le 112

*Call 112*

"Quoi ? où ? qui ? comment ? météo ? identification ?"

*"What ? where ? who ? how ? weather ? identification ?"*

### ③ Les gestes pour se faire comprendre

Avez-vous besoin d'aide ?  
*Need help ?*



OUI



NON

➤ **N'hésitez pas à faire appel à un professionnel pour vous accompagner**

*Don't hesitate to rely on a professional...*

