

# PLAN DE MESURES D'URGENCE ET GESTION DES RISQUES EN ESCALADE DE ROCHER



Novembre 2024



Fédération  
québécoise  
de la montagne  
et de l'escalade

## Table des matières

<b>1.</b>	<b>Mise en contexte</b> .....	<b>4</b>
1.1.	Introduction.....	4
1.2.	Objectifs généraux : Informer, prévenir et outiller en cas d'accident.....	4
1.3.	Parties prenantes : FQME, pratiquant, encadreur, intervenant d'urgence et gestionnaire de site .....	4
1.4.	Chaîne d'interventions des intervenants d'urgence .....	4
1.5.	Les assurances .....	8
<b>2.</b>	<b>L'escalade, les sites et responsabilités</b> .....	<b>9</b>
2.1.	Définition du sport : .....	9
2.2.	Sites de pratique .....	10
<b>3.</b>	<b>La gestion des risques</b> .....	<b>13</b>
3.1.	Rôles et responsabilités des parties prenantes.....	13
3.2.	Équipements disponibles sur les sites .....	16
3.3.	Outils favorisant les interventions d'urgence.....	16
<b>4.</b>	<b>Analyse des risques</b> .....	<b>17</b>
4.1.	Identifications des risques et dangers .....	17
4.2.	Évaluation des risques.....	19
<b>5.</b>	<b>Réduction des risques</b> .....	<b>23</b>
5.1.	Cours et formations.....	23
5.2.	Équipement recommandé.....	24
5.3.	Planification et préparation d'une sortie.....	25
5.4.	Attitudes et comportements à adopter.....	26
<b>6.</b>	<b>Procédures en cas d'urgence</b> .....	<b>26</b>
6.1.	Prise en charge de base .....	26
6.2.	Prise en charge selon le niveau d'urgence .....	27
6.3.	Chaîne de communication : Intervenant d'urgence – 9-1-1. 28	
<b>Annexes</b> .....	<b>29</b>	
ANNEXE 1.	Guide de déontologie PQFE.....	29
ANNEXE 2.	Guide de pratique et d'encadrement sécuritaire.....	29
ANNEXE 3.	Conditions d'accès et acceptation des risques liés à la pratique de l'escalade extérieure .....	30
ANNEXE 4.	Fiche d'information d'urgence.....	31
ANNEXE 5.	Liste détaillée d'équipements.....	32
ANNEXE 6.	Exemple d'un plan de sortie journalier .....	34
ANNEXE 7.	Protocole de communication avec les intervenants d'urgence.....	35
ANNEXE 8.	SLERAT – Informations à transmettre aux SPU.....	36
ANNEXE 9.	Feuille de notes SOAP.....	37
ANNEXE 10.	Rapport d'incident/accident.....	38
ANNEXE 11.	Liste des numéros d'urgence à remplir.....	40
ANNEXE 12.	Classification des sites.....	41

## LISTE DES TABLEAUX

Tableau 1. Répondants locaux pour les sites de montagne P.6-7

Tableau 2. Évaluation des risques liés à la pratique de l'escalade P.19-21

Tableau 3. Évaluation des risques liés au lieu de pratique et au milieu naturel P.21-23

# 1. Mise en contexte

## 1.1. Introduction

Avant de s'aventurer en montagne, il est important d'identifier les risques auxquels nous nous exposons et comprendre comment minimiser ceux-ci. De plus, nous devons prendre connaissance des différents aspects d'une intervention d'urgence pour y faire face le mieux possible. Les sites d'escalade et de montagne ont des particularités à prendre en considération.

## 1.2. Objectifs généraux : Informer, prévenir et outiller en cas d'accident

Ce guide vise à donner le plus d'information possible sur les mesures à prendre en cas d'urgence et comment minimiser les risques liés à l'escalade, autant sur les terrains d'aventure et les sites écoles, qu'ils soient situés dans l'arrière-pays ou en pleine ville. Joint aux informations d'urgences spécifiques à un site d'escalade, ce guide se veut le plus complet possible.

L'objectif est de prévenir les incidents et les accidents et d'optimiser les interventions d'urgence.

## 1.3. Parties prenantes : FQME, pratiquant, encadreur, intervenant d'urgence et gestionnaire de site

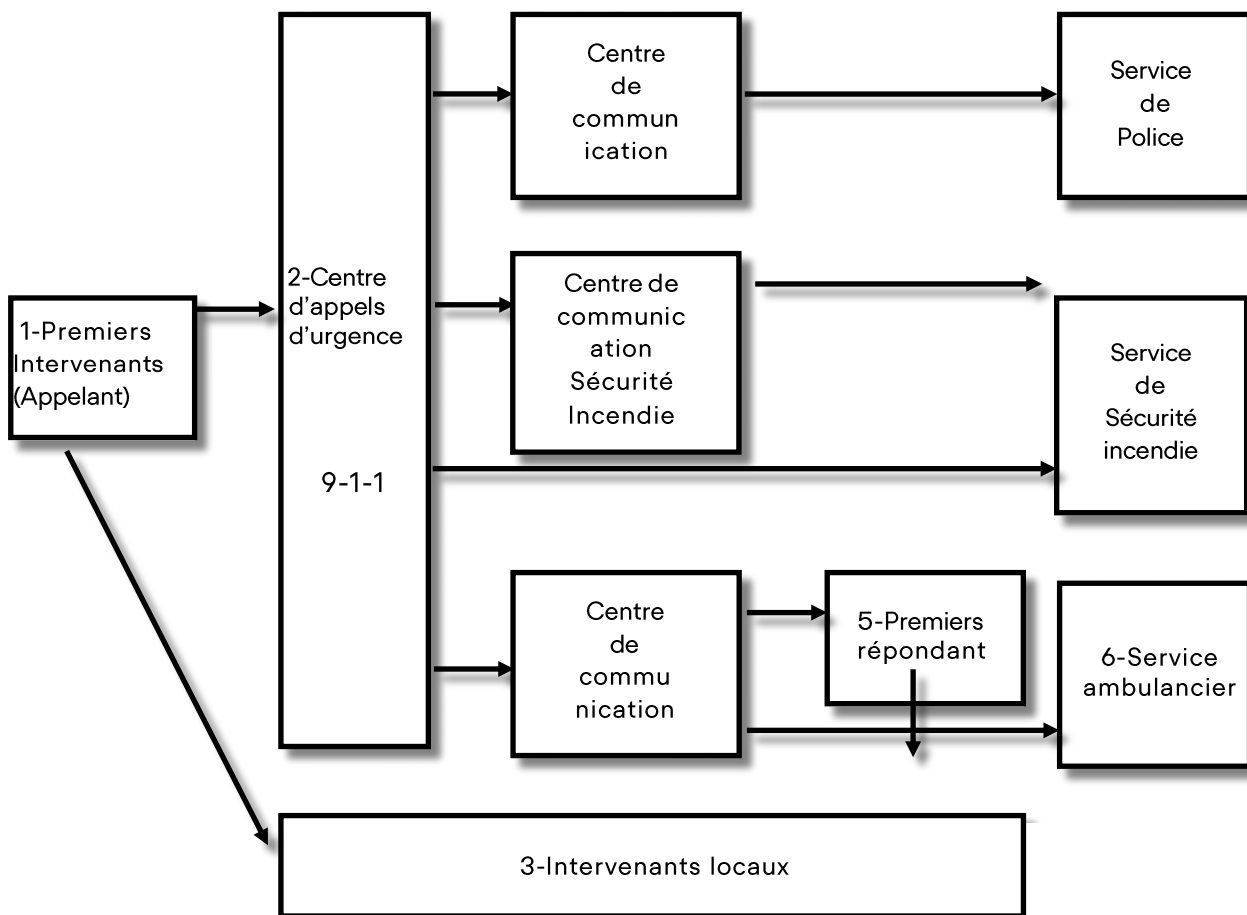
Toutes les personnes ayant l'intention d'aller sur un site d'escalade pour la pratique libre, pour y travailler ou pour intervenir devraient prendre le temps de s'informer du plan de mesures d'urgence et de la gestion des risques relatifs à la discipline. Tous pratiquants, encadrants, intervenants d'urgence, aménageurs et gestionnaires de site devraient prendre connaissance de ce document. En bref, toute personne présente sur un site d'escalade au Québec est concernée par ce document. Voir au point 3 pour plus de détails.

## 1.4. Chaîne d'interventions des intervenants d'urgence

Il est important de bien comprendre la chaîne d'interventions pour connaître les ressources déployées et disponibles en situation d'urgence. L'organigramme ci-dessous représente la chaîne d'interventions au Québec adaptée aux activités de montagne.

## Plan d'urgence et de gestion des risques Escalade de rocher

Figure 1. Chaîne d'interventions d'urgence de la Sûreté du Québec



Source : <https://www.sq.gouv.qc.ca/faq/chaine-dintervention-durgence/>

### 1.4.1. Les premiers intervenants

Les premiers intervenants sont les individus qui découvrent la victime. Considérés comme le premier maillon de la chaîne préhospitalière, ils activent celle-ci afin que débute l'intervention structurée du système d'intervention. Ils sont généralement constitués des partenaires de la victime, des pratiquants sur place ou de toutes autres personnes présentes (personnes pratiquant d'autres disciplines, accompagnateurs, observateurs, etc.).

La gravité de la situation, la compétence et le nombre de premiers intervenants, le matériel disponible et le type de terrain définiront la direction de l'intervention. Trois options s'offrent aux premiers intervenants :

Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher

1. Traiter la victime eux-mêmes ;
2. Faire appel aux intervenants locaux ;
3. Faire appel aux intervenants d'urgence.

Par exemple, si le cas est mineur et la situation optimale, ils pourront effectuer l'évacuation eux-mêmes. Dans d'autres cas, ils feront appel aux services d'urgence ou aux intervenants locaux.

#### 1.4.2. Centre d'appel d'urgence (9-1-1)

Selon la gravité de la situation, les premiers intervenants devront faire appel aux services d'urgence, à des ressources externes ou aux personnes présentes pour venir en aide et évacuer la victime.

Lorsqu'une personne compose le 9-1-1, elle est mise en contact avec un préposé d'un centre primaire qui valide ses coordonnées, tout en déterminant sa demande. Dès l'identification de la demande, le préposé transfère l'appel au centre secondaire sollicité par cette demande, soit le centre de communication Police, Sécurité incendie ou Santé.

#### 1.4.3. Intervenants locaux

Dans un cas mineur, les premiers intervenants pourront faire appel directement aux intervenants locaux afin de recevoir de l'aide pour évacuer la victime. Ces intervenants locaux connaissent généralement bien les activités de montagne, les techniques relatives à la discipline, les particularités du site, le terrain, les différents secteurs, etc. Ils sont souvent la ressource la plus efficace pour s'orienter sur les lieux.

Dans un cas mineur, si le matériel d'évacuation et de secours est adéquat sur le site, ils seront les seuls à intervenir. Cependant, lorsqu'une situation est plus grave et plus complexe, ils pourront également venir aider à l'évacuation. Sur un site de montagne éloigné, un grand nombre d'intervenants est essentiel pour optimiser l'évacuation.

À noter, les intervenants locaux pourraient aussi être interpellés par les intervenants d'urgence directement. Ceux-ci doivent être informés et prêts à répondre à une urgence.

Voici quelques exemples de répondants locaux pour les sites de montagne :

Tableau 1. Répondants locaux pour les sites de montagne

Gestionnaires	Plusieurs sites de montagne sont gérés par des gestionnaires en partenariat avec la FGME. Ces gestionnaires sont habituellement d'excellentes ressources lors de situations d'urgence.
Agents de surveillance du territoire	Employés des ZEC, de la SEPAQ, etc. Ils ont la connaissance du territoire et souvent l'équipement approprié pour évacuer sur leur territoire.

Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher

Clubs et comités régionaux	Groupe de pratiquants impliqués à plusieurs niveaux dans les activités et les sites de montagne.
Écoles de montagne	Instructeurs et formateurs présents dans plusieurs régions. Leurs compétences sont généralement très bonnes, ils ont suivi des formations de secourisme et connaissent bien les sites de montagne.
Pratiquants locaux	Plusieurs pratiquants habitent à proximité des sites de montagne et sont impliqués dans le développement et l'entretien. Ils sont généralement prêts à offrir leur aide lors de situations d'urgence.

#### 1.4.4. Centre de communication santé (Répartition)

Les centres de communication santé (CCS) des services préhospitaliers d'urgence (SPU) sont les centres de gestion des appels médicaux d'urgence. Lorsqu'un citoyen requiert les SPU pour l'assister dans une urgence médicale, il compose le 9-1-1. Le répartiteur médical d'urgence du centre 9-1-1 fait suivre l'appelant et sa demande d'aide au CCS desservant le territoire une fois l'urgence identifiée comme étant d'origine médicale.

Les CCS sont la pierre angulaire des interventions : ils affecteront et répartiront les ressources préhospitalières disponibles de façon appropriée, efficace et efficiente. De plus, ils assureront le suivi et l'encadrement opérationnel des ressources affectées.

#### 1.4.5. Premiers répondants

Dans la plupart des municipalités, il existe un service de premiers répondants. Ce sont des personnes qui ont pour rôle de prodiguer des soins médicaux de base afin de stabiliser l'état des victimes en attendant l'arrivée des ambulanciers lors d'urgences médicales. Cependant, en cas d'incident hors route, ils peuvent être également affectés au transport des victimes jusqu'au service ambulancier, ce qui est fréquemment le cas sur les sites d'escalade.

Comme les services des premiers répondants sont implantés par les autorités municipales, ils ont l'avantage de bien connaître le territoire et d'être en mesure d'arriver très rapidement sur les lieux dans des situations urgentes. Cependant, leurs effectifs, leurs compétences et leurs champs d'intervention sont très variables d'une municipalité à l'autre.

Même s'ils connaissent bien le territoire, ils ne sont pas toujours informés des activités de plein air et des sites de pratique sur lesquels ils peuvent être appelés à intervenir.

Selon les régions et les types de situation, il se peut qu'une équipe en recherche et sauvetage spécialisé soit appelée. Il existe plusieurs organismes spécialisés au Québec en recherche et sauvetage qui peuvent être appelés à intervenir en situation d'urgence en montagne. L'Association québécoise des bénévoles en recherche et sauvetage (AQBRS) regroupe la plupart des organismes spécialisés que l'on

## Plan d'urgence et de gestion des risques Escalade de rocher

retrouve au Québec, mais la Sûreté du Québec, l'armée et plusieurs autres organismes peuvent également être appelés à intervenir.

### 1.4.6. Soins préhospitaliers et transport ambulancier

Le technicien ambulancier paramédical a la responsabilité d'évaluer l'état de santé du patient, de lui donner les soins nécessaires et de le transporter vers un centre hospitalier. Il doit également informer le centre hospitalier de l'état du patient à l'aide du rapport d'interventions préhospitalières. Ce rapport est ajouté au dossier médical du patient.

Les services ambulanciers québécois sont assurés par différents organismes :

- Des entreprises privées;
- Des entreprises constituées en coopératives de travailleurs et Urgences-santé ;
- Une entreprise du secteur public qui couvre les territoires de Montréal et de Laval.

### 1.4.7. Centre hospitalier

Finalement, la victime sera transportée, au besoin, vers un centre hospitalier pour recevoir les soins appropriés.

### 1.4.8. Particularité des régions et des municipalités

Toutes les régions et municipalités possèdent des particularités concernant la chaîne d'interventions. Par exemple, certaines municipalités font appel aux bénévoles en recherche et sauvetage, alors que d'autres font appel à la Sûreté du Québec ou à la municipalité voisine qui est mieux outillée.

Les premiers répondants de certaines municipalités ont déjà eu à intervenir sur des sites de montagne, ce qui leur a permis d'acquérir des connaissances sur les particularités de ces sites. En revanche, lorsque ces premiers répondants sont déjà occupés sur un appel, une autre équipe, qui ne connaît pas nécessairement le site, peut avoir à répondre à l'appel, ce qui peut créer un délai considérable sur l'intervention.

Ces particularités sont dues à la réalité financière et géographique de chaque région, mais aussi aux intérêts portés envers les activités de plein air.

## 1.5. Les assurances

Comme l'assurance publique ne couvre pas l'évacuation et certains traitements dans les activités de montagne, telles que l'escalade et le ski de randonnée, la FQME offre à ses membres une assurance qui permet aux pratiquants d'être couverts pour l'assurance accident-invalidité, ainsi que l'assurance responsabilité civile sur les sites sanctionnés par la FQME.

De plus, si vous prévoyez grimper en dehors du réseau sanctionné par la FQME, veuillez-vous procurer une assurance couvrant les activités de montagne



## Plan d'urgence et de gestion des risques Escalade de rocher

comme l'escalade. Il existe plusieurs assureurs voyages, dont TuGo, partenaire de la FQME.

Dans le cas où vous voudriez faire une demande de réclamation pour un accident survenu sur un site sanctionné par la FQME, vous devez remplir votre demande ici au lien suivant et contacter la FQME dans les 30 jours suivant l'incident :

<https://docs.google.com/forms/d/1hSqyMe8LpG-2rSZEu9JhuPpNvzpj1g8cxdahH7QwQJk/edit>

Pour plus de renseignements, visitez les liens ci-dessous :

- Assurance accident-invalidité : <https://fqme.qc.ca/wp-content/uploads/2022/11/FQME-Assurance-Accident-Police2022.pdf>
- Responsabilité civile : <http://fqme.qc.ca/wp-content/uploads/2025/01/RLQ-CP-24-205-13041.pdf>
- Assurance-voyage avec TuGo : <https://fqme.qc.ca/assurance-voyage-fqme/>

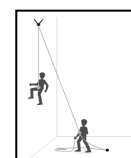
## 2. L'escalade, les sites et responsabilités

### 2.1. Définition du sport :

L'escalade est une discipline qui permet d'atteindre le haut d'une voie ou d'un bloc, à mains nues, avec ou sans aide matérielle pour faciliter son ascension (escalade artificielle contre escalade libre).

L'escalade de rocher se traduit par plusieurs disciplines et se décline par plusieurs techniques de progression telles que l'escalade en moulinette, sportive, traditionnelle, artificielle, de bloc et le psicobloc.

- L'escalade de bloc consiste essentiellement à gravir des voies de quelques mètres de hauteur (hauteur de chute généralement inférieure à trois mètres) avec un matelas spécifique à l'escalade pour protéger la chute.
- Le psicobloc, ou deep water solo en anglais, se pratique sans corde au-dessus de l'eau sur une paroi verticale ou surplombante. Il doit n'y avoir aucun obstacle pouvant être frappé lors de la chute et la profondeur de l'eau doit être suffisante pour ne pas toucher le fond lors d'une chute.
- L'escalade en moulinette est quant à elle une technique où le grimpeur est attaché à une extrémité de la corde, qui coulisse dans un relais au sommet de la paroi et qui est assuré par un partenaire au sol. Bien que les chutes soient pratiquement inexistantes, l'installation d'une moulinette au sommet de la falaise expose le grimpeur à plusieurs risques dangereux.
- L'escalade sportive est une discipline où le grimpeur progresse en installant des dégaines qui lient sa corde à des ancrages permanents préinstallés durant l'ascension.



## Plan d'urgence et de gestion des risques Escalade de rocher

- L'escalade traditionnelle demande au grimpeur un peu plus de connaissances. Celui-ci doit installer des protections amovibles. Certaines voies sont appelées mixtes en raison de quelques ancrages artificiels permanents.
- L'escalade artificielle est une discipline où le grimpeur utilise différents équipements et artifices (pitons, coinçeurs, cordes, étriers, etc.) comme points de contact intermédiaires avec le rocher dans le but de s'élever et progresser vers le haut d'une paroi.



Le sport s'est beaucoup développé ce qui permet à un plus grand nombre d'individus de pratiquer l'escalade. Les sites d'escalade sont multiples et divers, reste qu'il en est du devoir des grimpeurs de s'assurer de leur propre sécurité.

**Il est à noter que la FQME ne recommande en aucun cas la pratique de l'escalade en solitaire ou en solo (sans utilisation de matériel d'assurance).**

### 2.2. Sites de pratique

Voir l'annexe 12 pour la classification des sites.

## 2.2.1. Classification de l'évacuation

La classification générale d'un site permet de mesurer le niveau de difficulté d'une évacuation d'un site d'escalade. La classification est utile pour toutes les parties prenantes qui doivent se rendre sur un site d'escalade. Par ailleurs, elle peut aussi être utile aux grimpeurs qui voudraient réaliser un auto-sauvetage.

Un site est classé en fonction des quatre paramètres suivants: temps d'accès, conditions des sentiers, difficulté d'évacuation et facilité de communication. La classification générale tient compte du secteur le plus à risque sur le site de la même façon que la cotation d'une voie est déterminée en fonction du mouvement le plus difficile de la voie.

La classification générale ne tient pas compte de l'évacuation sur une paroi.

### Utilisation de la classification :

Le critère le plus haut détermine la classification du site. Exemple, si le site est à 30 minutes du stationnement, mais que l'évacuation nécessite l'assurage de la planche dorsale, le site est classé : Classe 4.

	Classe 1	Classe 2	Classe 3	Classe 4	Classe 5
Description	Accès facile et rapproché	Accès facile qui implique une difficulté d'évacuation modérée	Accès de moyenne durée et/ou qui nécessite des manœuvres de contournement d'obstacles	Accès difficile. Évacuation possible avec une planche, mais nécessite une grande équipe et des habiletés d'évacuation	Accès extrême. Évacuation par voie pédestre très difficile. Évacuation alternative fortement recommandée
Temps d'accès	< 15 minutes	15 à 30 minutes	30 à 45 minutes	45 à 60 minutes	> 60 minutes
Conditions des sentiers	Peu de dénivelés	Dénivelé moyen	Dénivelé élevé	Dénivelé très élevé	Progression très difficile

Plan d'urgence et de gestion des risques Escalade de rocher

Difficulté d'évacuation	Aucun obstacle	Contournement possible, mais facile à exécuter (exemple : sentier étroit)	Contournement fort possible, de difficulté moyenne (exemple : traverse d'un ponceau)	Assurage de la planche dorsale fortement recommandé (exemple : pente abrupte sur le sentier < de 30°)	Obligation de gréer la planche dorsale (exemple : scrambling ou rappel requis)
Facilité de communication	Réception cellulaire sur tout le site	Réception cellulaire faible à sporadique ou au haut de la falaise	Réception cellulaire inexistante ou à +/- 15 minutes du site	Réception cellulaire inexistante ou à > 15 minutes du site	Réception cellulaire inexistante ou à < de 30 minutes du site
Type d'évacuation	Majeure partie accessible en véhicule motorisé	À pied/ civière sur roues (4 personnes minimum)	À pied/ civière transportée par des personnes (6 personnes minimum)	À pied/civière assurée sur les arbres, nécessite beaucoup de personnes (6-8 personnes minimum) ou évacuation alternative accessible. (exemple : nautique)	Sauvetage sur corde fortement recommandé ou hélicoptéré ou par embarcations nautiques
Exemple de sites où la classe s'applique	Le Champlain, 4 Sommets	Lac Larouche et l'île Melville	Orford et Mont de l'Ours	Mont Pinacle et Poisson Blanc	Cap Trinité et Cap-à-l'Aigle

N.B.

- ★ Le temps d'accès réfère au temps à partir du stationnement jusqu'à la paroi et vice versa. (Aller seulement) Le temps d'accès tient compte uniquement du temps requis pour se rendre au point d'extraction. Il ne considère pas le temps d'évacuation sur planche dorsale.
- ★ Les difficultés d'évacuation réfèrent aux obstacles tels que les roches, ponceaux, sentiers étroits ou abrupts, etc. qui augmentent la difficulté et le temps de transport d'une victime.
- ★ La facilité de communication réfère à l'usage d'un téléphone cellulaire. Toutefois, l'usage d'un moyen de communication satellite (Inreach, téléphone satellite, etc.) est fortement recommandé sur les sites n'ayant pas d'accès au réseau cellulaire à proximité de la paroi.
- ★ Le type d'évacuation réfère aux besoins matériel et humain pour réaliser une évacuation sécuritaire de la paroi jusqu'au point d'extraction.

### 3. La gestion des risques

La gestion des risques se fait par l'intermédiaire de plusieurs acteurs, par l'utilisation d'équipement adéquat, ainsi que par la production et l'utilisation d'outils propres à la planification et à la gestion des risques. En bref, voici les détails sur les rôles et responsabilités de chacune des parties prenantes, une description de l'équipement mis à la disposition des usagers et des secouristes sur certains sites, ainsi qu'une présentation sommaire des outils favorisant les interventions d'urgence en montagne.

#### 3.1. Rôles et responsabilités des parties prenantes

##### 3.1.1. Praticants

Les praticants doivent être autonomes et responsables de leur sécurité. Lorsqu'un grimpeur fréquente un site d'escalade, il doit s'informer et respecter les différents documents énumérés ci-dessous :

- Guide de pratique et d'encadrement sécuritaire (annexe 2)
- Conditions d'accès et acceptation des risques liés à la pratique de l'escalade extérieure (annexe 3)

De plus, il doit connaître les risques inhérents à l'activité et il doit être en mesure de réagir à une situation d'urgence. Pour ce faire, le pratiquant doit être préparé pour son activité, c'est-à-dire :

- Choisir une voie et un site qui respecte ses habiletés techniques et s'informer sur celle-ci ;
- Posséder les équipements de protection individuelle adéquats (annexe 5) ;
- Être en mesure de communiquer au besoin, donc s'informer du protocole de communication relatif au site ;
- Avoir tout le matériel nécessaire à l'ascension et à la descente ;
- Avoir et connaître la fiche d'informations d'urgence du site ;

## Plan d'urgence et de gestion des risques Escalade de rocher

- Connaître ses limites et celles de ses coéquipiers;
- Être à l'affût des conditions météorologiques changeantes;
- Être en santé et en bonne condition physique et psychologique pour la pratique de l'escalade ;
- Acquérir les connaissances adéquates, en suivant une formation dispensée par une personne qualifiée ;
- Faire systématiquement la double vérification du matériel entre les grimpeurs;
- Remplir un plan de sortie journalier (annexe 6) ;
- Informer un proche en vue d'une sortie et nommer cette personne ange gardien dans le plan de sortie journalier.

**La FQME recommande de grimper en groupe de minimum deux personnes pour être en mesure de réaliser un auto-sauvetage dans des délais raisonnables.**

### 3.1.2. Encadrants

Tout d'abord, les encadrants doivent veiller à la sécurité de leur groupe, être prêts à intervenir en cas d'urgence et respecter les standards d'enseignement définis dans les documents ci-dessous :

- Code de déontologie PQFE (annexe 1) ;
- Guide de pratique et d'encadrement sécuritaire (annexe 2) ;
- Conditions d'accès et acceptation des risques liés à la pratique de l'escalade extérieure (annexe 3).

De plus, l'encadrant doit :

- Avoir un plan de mesures d'urgence relatif au site où l'encadrement a lieu ;
- Veiller à la sécurité de son groupe durant toute la durée de l'activité ;
- Connaître les particularités médicales des participants. Celui-ci se réserve le droit, par mesure de sécurité, de refuser un individu inscrit à l'activité ;
- Informer tous les participants des risques inhérents à l'escalade. Les participants doivent remplir la fiche d'acceptation des risques inhérents à l'escalade en montagne ainsi qu'un formulaire médical (fortement recommandé).

### 3.1.3. Premiers répondants

Les premiers répondants ont leurs propres protocoles et la FQME ne veut en aucun cas interférer avec ceux-ci. Cependant, la fédération a quelques recommandations concernant les interventions sur les sites d'escalade :

- Avoir l'information nécessaire à l'évacuation du site (fournie par la FQME, annexe 4) ;
- Être en bonne forme physique ;
- Avoir les connaissances et l'équipement spécifiques à une évacuation en terrain accidenté ;
- Avoir un répertoire des ressources qualifiées disponibles pour une intervention en hauteur de chaque région concernée ;
- Si possible, avoir une formation adéquate de sauvetage en hauteur ;
- Planifier une méthode alternative pour atteindre la victime par voies

## Plan d'urgence et de gestion des risques Escalade de rocher

terrestres ou autre, le cas échéant (bateau, hélicoptère ou autre).

### 3.1.4. Intervenants locaux

Les intervenants locaux tels que les gestionnaires du territoire et les agents de surveillance du territoire sont généralement les personnes qui connaissent le mieux les particularités du territoire. Il est important qu'ils connaissent bien les informations d'urgence relatives à leurs sites étant donné qu'ils peuvent être appelés à aider pour une évacuation. La FQME travaille à nommer un responsable de site dans toutes les régions de la province. Ce responsable connaît bien le site et serait en mesure de diriger les intervenants d'urgence au besoin. Ces personnes connaissent le terrain et on souvient participer à l'aménagement du site.

De plus, ils sont les ressources locales pour informer la FQME de toute anomalie sur un site et peuvent intervenir rapidement pour corriger la situation.

### 3.1.5. FQME

Créée le 23 janvier 1969, la Fédération québécoise de la montagne et de l'escalade (FQME) est un organisme sans but lucratif (OSBL) constitué (en vertu de la partie III de la Loi sur les compagnies du Québec) en association de pratiquants, incluant des organismes intéressés aux activités d'escalade, de ski de montagne et de plein air en montagne, reconnu et soutenu financièrement par le Gouvernement du Québec, en tant qu'Organisme national de loisir (ONL).

La Fédération québécoise de la montagne et de l'escalade (FQME) est membre de l'Union internationale des associations d'alpinisme (UIAA), du Conseil québécois du loisir (CQL), de la Corporation **SPORTSQUÉBEC** ainsi que du Regroupement Loisir et Sport Québec (RLSQ).

La FQME a plusieurs rôles dont :

- Favoriser le développement et assurer la promotion au Québec de l'escalade extérieure et intérieure, de roche et de glace ainsi que du ski de montagne ;
- Organiser le circuit compétitif officiel (Coupe Québec) ;
- Encadrer les programmes de formation ;
- Organiser des événements rassembleurs pour la communauté ;
- Sensibiliser les pratiquants et professionnels aux bonnes pratiques en matière de sécurité et d'environnement.

La FQME travaille à optimiser les interventions pour diminuer le temps d'extraction des victimes lors d'un incident en montagne. Pour ce faire, la FQME :

- Aménage les sites en prenant en compte des besoins spécifiques aux interventions d'urgence ;
- Met à la disposition de la communauté de l'escalade du matériel de secours ;
- Diffuse les informations d'urgence propre à chaque site d'escalade du Québec (annexe 4) ;



## Plan d'urgence et de gestion des risques Escalade de rocher

- Diffuse un plan de mesures d'urgence et de gestion des risques.

La FQME n'a pas le rôle d'intervenir sur un site d'escalade lors d'un incident ou accident. Toutefois, elle agit sur la prévention de ceux-ci en mettant les outils à disposition de tous les pratiquants et professionnels. Il peut cependant être pertinent de contacter la FQME lors d'un accident sur un site. Grâce à son réseau, elle pourrait faire appel à des bénévoles pour donner un coup de main.

Un exemple vécu est lors d'un feu de forêt en 2023 à Baldy. Les pompiers ne savaient pas comment accéder au sommet de la paroi pour éteindre le feu qui s'y propageait. Ce n'est que 2 jours plus tard que la FQME a été contactée et a pu envoyer des ressources sur place pour aider les pompiers.

### 3.2. Équipements disponibles sur les sites

#### 3.2.1. FQME

Les sites reconnus par la FQME sont de plus en plus équipés pour faire face à une évacuation d'urgence. Plusieurs sites sont équipés de :

- Panier d'évacuation ou planche dorsale (information disponible sur la fiche d'informations site). \*Certains sites sont équipés de panier d'évacuation avec le gréement nécessaire pour une évacuation en paroi ;
- Une trousse de base comprenant des articles d'urgence, dont des bandages triangulaires, des gants de nitrile, une couverture d'urgence, un collet cervical et immobilisateur de tête ;
- Des ancrages permettant l'évacuation d'une victime en paroi (certains sites seulement).

### 3.3. Outils favorisant les interventions d'urgence

La FQME a mis sur pied une série d'outils accessibles afin de faciliter la préparation d'une sortie et améliorer la rapidité d'intervention et d'extraction d'une victime sur un site d'escalade au Québec.

- Plan de sortie journalier pour les grimpeurs (annexe 6) ;
- Listes détaillées d'équipement pour les sorties et trousse de premiers soins (annexe 5) ;
- Informations d'urgence spécifiques à chaque site (annexe 4) ;
- Protocole de communication avec les intervenants d'urgence et SLERAT (annexes 7 et 8) ;
- Rapport d'accident (annexe 10) ;
- Feuille de notes SOAP (annexe 9) ;
- PMUGR ;
- Classification des sites (annexe 12).

La FQME a mis en place un outil de classification des sites qui permet aux grimpeurs de connaître le niveau de difficulté d'évacuation d'un site d'escalade. Classé sur une échelle de 1 à 5, le niveau de difficulté est entièrement relié à l'accès du site, incluant les paramètres suivants : temps d'accès, conditions des sentiers, difficulté d'évacuation et facilité de communication. La classification ne compte pas le niveau



d'engagement d'une voie, ni même de l'évacuation en paroi. S'y référer à l'annexe 12 pour plus de détails.

De plus, les informations d'urgence sont disponibles pour tous les sites et contiennent des informations pertinentes à une intervention d'urgence telles que la localisation du téléphone le plus proche, la couverture du réseau cellulaire sur le site, les numéros d'urgence et les services hospitaliers les plus près. Ces informations d'urgence sont disponibles sur le site web de la FQME.

## 4. Analyse des risques

La pratique de l'escalade dans un environnement non contrôlé, non balisé et non patrouillé régulièrement comporte un certain nombre de dangers inhérents, c'est-à-dire indissociables à la pratique du sport.

Tout d'abord, il faut identifier les dangers. Par la suite, il est nécessaire d'analyser les risques liés aux dangers identifiés. Enfin, puisqu'il est impossible d'éliminer complètement tous les risques et dangers, des mesures de réduction peuvent être appliquées afin de maintenir cette activité dans une zone de risques acceptables par le pratiquant. Toutefois, les sites d'escalade comporteront toujours plusieurs dangers inévitables.

### 4.1. Identifications des risques et dangers

L'identification et l'analyse des risques sont tirées du guide de gestion des risques du pratiquant rocher.

#### 4.1.1. Relatifs à la pratique

Le pratiquant est responsable des risques reliés à sa pratique. Celui-ci doit appliquer des mesures de prévention afin de minimiser les risques qui y sont reliés.

- Chute avec blessures, dont la gravité peut aller jusqu'au décès, causée par le manque de protections ou un mauvais assurage ;
- Blessures, dont la gravité peut aller jusqu'au décès, causées par une chute reliée à un bris de matériel inadéquat ou mal entretenu ;
- Brûlures corporelles par frottement avec la corde ou le rocher ;
- Blessures musculaires ou ligamentaires causées par des efforts intenses mal coordonnés ;
- Complications médicales causées par le stress ou la peur ;
- Faiblesse musculaire (insuffisance physique pour terminer le parcours) / Immobilisation due à une perte d'énergie ;
- Toute blessure ou tout inconfort relié à une évacuation ou à une immobilisation des participants en pleine nuit dus à une mauvaise planification ou à des imprévus qui sont souvent nombreux ;
- Chute en escalade de bloc – chute au sol avec un mauvais atterrissage.

#### 4.1.2. Relatifs à l'environnement



## Plan d'urgence et de gestion des risques Escalade de rocher

Malgré l'entretien des parois, les purges et la vérification des sites par les grimpeurs, intervenants locaux, bénévoles, clubs, écoles de montagne et la FQME, le milieu de pratique reste instable et pourrait être affecté par les conditions environnementales extrêmes. Restez à l'affût lorsque vous allez sur un site après un orage, de forts vents, une période de gel, une tornade ou autre événement météorologique important.

Veuillez aviser la FQME si des blocs de roche, arbres ou autres éléments pourraient affecter la sécurité des pratiquants.

- Chute de pierres, d'autres matériaux ou objets;
- Chute de glaces;
- Prises qui cèdent ;
- Protections précaires;
- Éboulements ;
- Coupures par vitre à la suite de bris de bouteilles (vandalisme) ;
- Altitude ;
- Faune ailée.

### 4.1.3. Relatifs à la météo

Dû aux conditions météorologiques changeantes, il est recommandé de vérifier fréquemment les prévisions météorologiques de la région où vous prévoyez pratiquer l'escalade et de vous préparer à tout éventuel changement. Un imprévu pourrait vous mettre dans une situation indésirable.

- Malaises causés par le soleil (coup de soleil, coup de chaleur ou déshydratation) ;
- Malaises causés par le froid (hypothermie ou engelures) ;
- Blessures causées par une chute au sol due à une surface mouillée par la pluie ;
- Augmentation des risques de chutes dues à des bourrasques violentes ;
- Brûlures dont la gravité peut aller jusqu'au décès, aveuglement ou assourdissement causés par la foudre ;
- Noirceur ;
- Vent.

### 4.1.4. Relatifs aux conditions d'accès aux sites (classes d'évacuation)

Afin d'accéder aux parois, une approche (généralement à la marche, mais parfois en embarcation nautique, vtt, etc.) est nécessaire et d'une durée variable selon l'emplacement. En ce sens, certains risques régulièrement propres à la pratique de la randonnée s'appliquent. De plus, les risques liés à l'autonomie en milieu naturel contribuent aux risques liés à la pratique de l'escalade qui inclut des nuitées en milieu sauvage.

- Piqûres d'insectes (abeilles, guêpes, moustiques, mouche à chevreuil, etc.) ;
- Herbe à puce ;
- Rencontre d'animaux sauvages ;
- Blessures à la suite d'une chute (fracture, foulure, ecchymose, lésions aux tissus mous, etc.) ;

Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher

- Essoufflement chronique
- Se perdre ;
- Embarcations nautiques, vtt, etc. ;
- Blessures dues à l'utilisation du matériel de camping/survie (réchaud, hache, etc.).

#### 4.1.5. Relatifs à la condition physique

La pratique de l'escalade demande une bonne forme physique. La condition physique du pratiquant et des intervenants contribue aux risques de blessures.

Les habiletés physiques suivantes facilitent la pratique de l'escalade et des activités de plein air en montagne :

- Bon équilibre ;
- Bonne coordination des mouvements ;
- Bonne force musculaire ;
- Bonne capacité cardiorespiratoire (VO2 max).

## 4.2. Évaluation des risques

L'évaluation des risques se fait par le biais du tableau suivant. Celui-ci comprend les facteurs de risques énumérés au point précédent, le niveau de risque (de faible à extrême), la mesure d'élimination ou de réduction du niveau de risque, la mesure en cas d'urgence et le responsable de l'application de la mesure d'urgence.

Tableau 2. Évaluation des risques liés à la pratique de l'escalade

Évaluation des risques liés à la pratique de l'activité				
Activité :	Escalade de roche			
Facteur de risque	Niveau de risque 1 à 5	Mesures d'élimination ou de réduction du niveau de risque	Mesures d'urgence	Responsable de l'application
Chute d'objet	5 – Extrême	Si possible, faire une gestion du milieu naturel. Informez les membres de l'équipe: - Du risque potentiel - Du port d'équipement de protection (casque) - Comment annoncer une chute d'objet « Roche ! » - Comment se positionner s'il y a une chute d'objet	Petit objet : Asseoir la victime pendant plusieurs minutes et faire un suivi de son état physique Gros objet : Appeler les secours. Faire l'évaluation primaire. Faire l'évaluation secondaire. Immobiliser la victime. Traiter l'état de choc. Faire un suivi de l'état de santé. Évacuer la victime à l'aide des secouristes.	La personne la plus expérimentée du groupe prend en charge la victime.
Froid (hypothermie)	4 – Majeur	Avant le début de l'activité ; Prendre connaissance des prévisions météorologiques, S'assurer d'avoir dans son sac ; Un « burrito thermique » de secours, des vêtements chauds et secs de surplus et un thermos d'eau chaude. Reconnaître les signes de l'hypothermie et les stades	Dès les premiers signes, réchauffer la victime du mieux que vous pouvez à l'aide du « burrito thermique » et d'ingestion de liquide chaud. Attention à ne pas perdre sa propre chaleur corporelle.  Évacuer la victime dès les premiers signes d'hypothermie	Elle est la personne responsable. Il est recommandé que tous les membres du groupe aient suivi un cours de premiers

**Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher**

		d'hypothermie pour empêcher l'aggravement.		soins en région isolée
Chute d'un grimpeur causé par un mauvais assurage ou un mauvais atterrissage en escalade de bloc	5 – Extrême	Rappeler la technique d'assurage avec les membres de l'équipe. Ajoutez un coassureur au besoin. Restez concentré en tout temps lorsque vous assurez. Avoir de l'équipement adéquat (Crashpad).	Appeler les secours. Faire l'évaluation primaire. Faire l'évaluation secondaire. Immobiliser la victime. Traiter l'état de choc. Faire un suivi de l'état de santé. Évacuer la victime à l'aide des secouristes.	
Chute d'un grimpeur causé par un bris de matériel inadéquat ou mal entretenu	5 – Extrême	Inspecter le matériel quotidiennement. S'assurer que les personnes présentes savent reconnaître un morceau d'équipement en bon état et un qui est dangereux.	Appeler les secours. Faire l'évaluation primaire. Faire l'évaluation secondaire. Immobiliser la victime. Traiter l'état de choc. Faire un suivi de l'état de santé. Évacuer la victime à l'aide des secouristes.	
Brûlures corporelles par frottement avec la corde ou le rocher	2- Mineur	Informers les gens de la possibilité de brûlures et des moyens de les éviter.	Soigner à l'aide de la trousse de premiers soins sur place. Évacuer la victime au besoin.	
Blessures musculaires ou ligamentaires	3- Modéré	S'échauffer avant le début de l'activité. Être à l'écoute des signes de fatigue de son corps. Modérer les efforts intenses.	Cesser l'activité immédiatement. Immobiliser l'articulation blessée. Évacuer au besoin.	
Complications médicales causées par le stress ou la peur	4- Majeur	Connaître les antécédents médicaux de ses partenaires de grimpe. Communiquer son état physique et psychologique au fur et à mesure de la sortie. Considérer l'éloignement du site et la complexité d'une évacuation advenant le cas d'un accident.	Cesser l'activité. Calmer la personne. Redescendre la personne. Traiter le choc. Évacuer.	La personne la plus expérimentée du groupe qui prend en charge la victime. Il est recommandé que tous les membres du groupe aient suivi un cours de premiers soins en région isolée
Faiblesse musculaire / Immobilisation due à une perte d'énergie	3- Modéré	Informers son partenaire de la distance à parcourir et du style d'activité. Se rappeler de ne pas dépasser ses limites physiques en région isolée. Informers les autres si vous sentez de plus en plus faible.	Redescendre la personne. Réchauffer la personne avec breuvage chaud, nourriture et vêtements. La laisser reprendre des forces. Évacuer.	
Toute blessure ou tout inconfort relié à une évacuation ou une immobilisation des participants en pleine nuit, dû à une mauvaise planification ou des imprévus	5 – Extrême	Informers une personne extérieure de l'activité, de votre départ, de votre destination et de votre heure de retour. Planifier de la nourriture en surplus et un abri de fortune dans votre sac de jour, en cas de besoin. Prévoir des lampes frontales et briquets dans les sacs de jour. Savoir où est l'endroit le plus proche avec du réseau cellulaire. (Selon	Si immobilisation : Tenter de garder la victime le plus au chaud possible. Appeler le 9-1-1, si possible. Attendre les secours.  Si évacuation de nuit : Garder en tête qu'il est très facile de se perdre lorsqu'il fait noir et que les risques de blessures augmentent, puisque la visibilité	

Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher

		l'endroit, prévoir un moyen de communication satellite.)	est presque nulle.	
--	--	--	--------------------	--

Tableau 3. Évaluation des risques liés au lieu de pratique et au milieu naturel

Facteurs de risques liés au lieu de pratique et au milieu naturel	Niveau de risque 1 à 5	Mesures d'élimination ou de réduction du risque	Mesures d'urgence	Responsable de l'application
Malaises causés par le soleil (Coups de chaleur)	4-Majeur	Mettre de la crème solaire. Se couvrir. Bien s'hydrater.	Se mettre à l'ombre. Rafrâichir. Réhydrater	La personne la plus expérimentée du groupe qui prend en charge la victime. Il est recommandé
Malaises causés par le soleil (Coups de soleil)	4-Majeur	Mettre de la crème solaire avant le début de l'activité et pendant. Porter des lunettes soleil.	Se couvrir le plus possible et évacuer.	
Malaises causés par le soleil (déshydratation)	4-Majeur	S'hydrater avant, pendant et après l'activité (minimum de 2 litres d'eau). Avoir une boisson d'électrolytes dans son sac.	Allonger la personne et la rafraîchir. Compenser ses pertes en eau et en sel. Lui donner à boire plus que d'habitude, notamment des boissons contenant assez de sucre et de sel (eau, eau sucrée et bouillons de légumes).	que tous les membres du groupe aient suivi un cours de premiers soins en région isolée
Noirceur	3-Modéré	Prévoir un itinéraire et le respecter pour être de retour avant la tombée de la nuit. Géolocaliser le véhicule. Avoir dans son sac une lampe frontale et une batterie de rechange au chaud, en plus d'un GPS pour la navigation de nuit si la paroî est le moins éloignée de la route.	Rester calme et concentré sur le chemin de retour pour prendre le bon chemin. S'aider du GPS pour retourner à l'auto.	

Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher

Précipitations (pluie, grain, grêle et foudre)	5- Extrême	<p>Avant le début de l'activité ; Prendre connaissance des prévisions météorologiques. Il est pratique d'avoir des connaissances de base en météorologie pour voir arriver le mauvais temps à l'avance.</p> <p>Prévoir des vêtements imperméables dans son sac.</p>	<p>Descendre de la paroi. Il est préférable de chercher un abri dans une région de basse altitude comme une vallée.</p> <p>Se tenir à l'écart des grands objets comme les arbres et l'eau qui sont de bons conducteurs d'électricité.</p> <p>Dans une forêt, il faut s'abriter sous une végétation dense formée de petits arbres ou de buissons.</p>
Malaises causés par le froid (hypothermie et engelure)	5 – Extrême	<p>Avant le début de l'activité : Prendre connaissance des prévisions météorologiques. S'assurer d'avoir dans son sac, un « burrito thermique », des vêtements chauds et secs de surplus, un thermos d'eau chaude et des « hot pads ».</p> <p>Reconnaître les signes de l'hypothermie pour empêcher l'aggravement. Sur le terrain :</p> <p>Bien couvrir les organes vitaux (cerveau et cœur).</p>	<p>Réchauffer la victime le plus possible à l'aide du « burrito thermique » et de boisson chaude. Attention à ne pas perdre votre chaleur corporelle.</p> <p>Évacuer la victime dès les premiers signes d'hypothermie.</p>
Augmentation des risques de chutes dues à des bourrasques violentes	2- Mineur moulinette 4- Majeur Premier de cordée	<p>Avant le début de l'activité ; Prendre connaissance des prévisions météorologiques. Ne pas grimper si les vents sont trop violents.</p>	<p>Redescendre lorsque vous jugez la situation trop dangereuse.</p>
Éboulements	5- Extrême	<p>Analyser les risques reliés au terrain.</p>	
Roche qui cède (prise) – Assureur ou grimpeur blessé	4- Majeur	<p>Être attentif à tout changement de l'environnement. Signaler toute roche lousse qui pourrait causer des dommages à autrui.</p> <p>Purger les sites d'escalade en début de saison et, au besoin, durant la saison.</p>	<p>Selon la situation : Appeler les secours. Faire l'évaluation primaire. Faire l'évaluation secondaire. Immobiliser la victime. Traiter l'état de choc. Faire un suivi de l'état de santé, Évacuer la victime à l'aide des secouristes.</p> <p>OU</p> <p>Redescendez lorsque vous jugez la situation trop dangereuse.</p>
Protection précaire	5- Extrême	<p>S'informer de la qualité des protections de la voie. Lorsque la protection est précaire, s'assurer que le niveau est en deçà de ses capacités ou installer des ancrages fixes.</p>	<p>Appeler les secours. Faire l'évaluation primaire. Faire l'évaluation secondaire. Immobiliser la victime. Traiter l'état de choc. Faire un suivi de l'état de santé, Évacuer la victime à l'aide</p>

## Plan d'urgence et de gestion des risques Escalade de rocher

			des secouristes.	
Faune ailée	3- Modéré	Respecter les sites fermés aux périodes demandées.		

Référence : « Guide de pratique et d'encadrement sécuritaire d'activités de plein air. Normes, exigences et procédures. » Conseil québécois du loisir, 2005

\*\*Cette liste a été élaborée à titre indicatif et ne prétend pas être exhaustive ou limitative, selon le contexte et la gestion du risque qui a été effectuée, les risques peuvent varier.

## 5. Réduction des risques

### 5.1. Cours et formations

L'escalade comporte des risques et il est essentiel de prendre connaissance de ceux-ci avant de se lancer dans la pratique du sport. Notez qu'il est impossible d'éliminer les dangers, mais qu'une bonne connaissance du milieu naturel et de bonnes compétences techniques vous aideront à diminuer les risques.

Il est donc fortement recommandé de suivre des formations qui vous aideront à prendre de meilleures décisions lors la planification et de la réalisation de vos sorties en montagne. Les cours d'autonomie en montagne, comme le pratiquant rocher, sont fortement recommandés si vous désirez grimper sans la supervision d'un professionnel. Si vous ne détenez pas les compétences requises, nous recommandons de vous inscrire aux activités supervisées ou d'initiation. Veuillez-vous référer à la liste des [organismes membres](#) pour plus d'informations sur les formations et activités encadrées disponibles.

De plus, il est fortement recommandé de suivre une formation en secourisme en région éloignée avec un organisme reconnu tel que [SiriusMEDx](#) ou la [Croix-Rouge](#) afin d'être prêt à réagir à un incident au cours d'une de vos sorties en plein air. La formation permettra également de planifier votre sortie et de vous outiller si vous avez à intervenir à la suite d'un accident en région isolée.

Si vous prévoyez de plus longues sorties ou expéditions, considérez suivre une formation plus avancée qui vous permettra de développer une autonomie en milieu naturel et des compétences en orientation. La formation permettra de vous déplacer de façon sécuritaire et de vous repérer adéquatement en cas d'incident.

En bref, les cours et formations sont indispensables à la pratique de l'escalade. Tous les membres d'un groupe de grimpeurs devraient être en mesure d'effectuer les manœuvres de façon autonome. Tous les membres d'un groupe peuvent avoir des forces complémentaires, mais ne devraient pas dépendre les uns des autres lors d'une situation critique.

## 5.2. Équipement recommandé

L'équipement est une ressource importante en milieu éloigné dû aux restrictions de poids et d'espace pouvant être transporté dans un sac à dos. C'est pourquoi il est primordial de bien préparer votre sortie. Voici une liste d'équipements générique d'une sortie journalière pouvant vous aider à planifier votre excursion.

En annexe 5 du document, vous trouverez plusieurs listes d'équipements généraux et spécifiques à l'escalade de bloc, moulinette, premier de cordée et traditionnelle.

Liste d'équipement de base pour une sortie d'une journée

- Sac à dos d'environ 35 litres;
- Gourdes 2 litres (eau, boisson sportive, etc.) ;
- Dispositif de traitement d'eau (pastille ou filtre) (recommandé) ;
- Collations et/ou lunch ;
- Guides et documentations ;
- Topos ou cartes du secteur ;
- Boussole ;
- GPS et piles de rechange ;
- Moyen de communication selon le réseau cellulaire (téléphone cellulaire ou satellite) ;
- Balise de détresse (Inreach, SPOT ou PLB) (recommandé) ;
- Manteau imperméable ;
- Vêtements de surplus isolants ;
- Bottes de randonnée/ souliers d'approche ;
- Vêtements de progression respirants ;
- Sifflet ;
- Lampe frontale ;
- Briquet/allumettes ;
- Montre ;
- Couteau et outil multifonction ;
- Crème solaire et insecticide ;
- Lunette soleil ;
- Trousse de premiers soins ;
- Trousse de survie (recommandé) ;
- Trousse de réparation (recommandé) ;
- Trousse d'enveloppe isothermique « Burrito » (matelas de sol, sac de couchage et toile) ;
- Crayon ;
- Carnet de notes.

Ajouter à votre liste journalière l'équipement dont vous avez besoin selon votre pratique. Voir l'annexe 5 pour plus de détails.

Selon la taille du groupe, ajuster les quantités et distribuer l'équipement équitablement dans le groupe.

Trucs et astuces

Afin de minimiser le poids de vos équipements, favorisez le matériel multifonction



pouvant convenir à plusieurs utilisations. Pensez à minimiser la production des déchets et choisissez votre équipement en fonction de vos besoins.

À des fins de mesures d'urgence, pensez à choisir quelques objets de couleurs vives afin de faciliter la localisation de votre position, si besoin, d'évacuation. Par exemple : une toile jaune/orange, un matelas de sol bleu, un sac à corde rouge, etc.

N'oubliez pas qu'en milieu éloigné, la réception cellulaire n'est pas toujours bonne et que des intempéries pourraient occasionner le dysfonctionnement de vos appareils électroniques. Prévoyez donc la gestion de vos appareils (sac au sec, gardez-les au chaud, recharge de la batterie, etc.) et assurez-vous qu'ils soient fonctionnels en cas d'urgence. Lorsqu'il y a des conditions météorologiques difficiles, le réseau cellulaire pourrait ne plus être disponible.

N.B. Cette liste a été élaborée à titre indicatif et ne prétend pas être exhaustive ou limitative, selon le contexte vous devez d'ajuster votre liste d'équipement en conséquence.

### 5.3. Planification et préparation d'une sortie

Une bonne planification de votre sortie vous permettra de profiter pleinement de votre journée et de faire face aux imprévus. La préparation de la sortie contribue également à diminuer les risques liés à la pratique de l'escalade. Pour ce faire, une planification en quelques étapes doit être faite avant votre départ, et ce, quelle que soit la durée de votre sortie. (Annexe 6)

Voici les étapes à suivre afin de ne rien oublier :

- Choisir un [site](#) d'escalade qui respecte vos compétences ;
- Valider le niveau d'engagement par rapport au niveau de compétences requis à l'aide du guide [topo](#) du site et des informations disponibles sur le site Internet de la FQME ;
- Étudier les cartes du secteur et se procurer une copie papier à garder sur soi pendant la sortie ou s'assurer d'avoir accès aux informations (voir sur la page du site d'escalade choisi) ;
- Prendre connaissance de la fiche d'informations d'urgence disponible sur le site Internet de la FQME (voir sur la page du site d'escalade choisi) ;
- Préparer son équipement en fonction de la sortie ;
- Déterminer la date et l'heure de départ et de retour ;
- Remplir un plan de sortie journalier (annexe 6) ;
- Informer un proche de son départ et du retour estimé et lui remettre son plan de sortie ;
- Prévoir un plan en cas d'accident/Repérer les points d'évacuation et les sentiers principaux ;
- Consulter les prévisions météorologiques fréquemment et les reconsulter le jour du départ ;
- Préétablir un leader de sortie qui sera responsable s'il y avait un éventuel incident ou accident.

## 5.4. Attitudes et comportements à adopter

Utilisés de façon raisonnée, les bons comportements permettent de réduire les risques associés à l'escalade et de minimiser les conséquences d'un incident ou accident. Il est recommandé de les mettre en place, peu importe les types de terrain et les membres du groupe. De cette façon, ils deviendront des habitudes de routine qui vous protégeront contre les surprises

- Planifiez et préparez votre sortie ;
- Informez votre ange gardien (personne-ressource à contacter en cas de problèmes);
- Vérifiez la liste d'équipements recommandés pour votre sortie ;
- Inspectez votre équipement avant chaque départ ;
- Le port du casque est fortement recommandé à proximité de la paroi et sur la paroi ;
- Entendez-vous sur le langage que vous utiliserez une fois sur la paroi ;
- Pensez à une méthode alternative pour communiquer si vous n'arrivez pas à vous entendre une fois sur la paroi ;
- Pratiquez régulièrement vos techniques et manœuvres;
- Suivez régulièrement des formations afin de vous garder à jour ;
- Ne vous aventurez pas si vous n'êtes pas en mesure d'analyser les risques ;
- Respectez les règles du site en payant les frais d'accès et en suivant la signalisation ;
- Faites preuve d'éthique dans votre comportement envers les autres participants ;
- Laissez les lieux en bon état après votre passage ;
- Privilégiez la grimpe entre amis plutôt que seul !

## 6. Procédures en cas d'urgence

### 6.1. Prise en charge de base

Afin de minimiser les risques de complications d'une évacuation en région isolée, les grimpeurs doivent connaître la prise en charge de base à effectuer en cas d'incident.

Plusieurs compagnies offrent des cours de secourisme en région éloignée et il est fortement recommandé d'avoir suivi un cours approprié à votre niveau de pratique. Voici les grandes lignes d'une intervention d'urgence. Ce qui suit NE REMPLACE EN AUCUN CAS UN COURS DE PREMIERS SOINS.

Tout d'abord, avant même de porter secours auprès de la victime, assurez-vous d'avoir effectué les deux étapes suivantes :

- Évaluez les risques pour soi et pour la victime (ne pas mettre sa propre vie en danger !);
- Contactez les services préhospitaliers d'urgence (SPU) le plus rapidement possible (9-1-1 en ville ou informez-vous du numéro d'urgence local advenant le cas).

## Plan d'urgence et de gestion des risques Escalade de rocher

Soyez en mesure de donner le plus d'informations pertinentes possible avec le plus de précision que vous le pouvez. En cas d'urgence, veuillez- vous référer à la fiche d'informations d'urgence du site pour connaître les coordonnées GPS de votre emplacement ainsi que le matériel à votre disposition.

Ensuite, selon votre niveau de connaissance en premiers soins, essayez de stabiliser la victime et de faciliter son évacuation. Exemple : Si vous êtes un grand groupe, considérez envoyer une personne-ressource à la rencontre des SPU ou baliser le sentier si la voie d'accès à la victime n'est pas évidente.

Si l'état de la victime n'est pas critique et qu'elle est en mesure de se déplacer, considérez évacuer celle-ci de façon autonome. Les services préhospitaliers d'urgence peuvent mettre plusieurs heures à vous rejoindre selon votre emplacement.

### 6.2. Prise en charge selon le niveau d'urgence

#### 6.2.1. Situation mineure : Évacuation non-urgente, aucune menace pour la vie

Une situation mineure correspond par exemple à un individu souffrant d'épuisement ou ayant une blessure mineure, telle qu'une entorse à la cheville, qui ne porte pas atteinte à sa vie.

Étapes de prises en charge :

- A. Communiquez avec les intervenants locaux pour de l'aide ou procédez à l'auto-sauvetage ;
- B. Avertissez la personne-ressource de l'incident (l'ange gardien) ;
- C. Dirigez-vous vers le centre hospitalier le plus près ou chez votre médecin (si ce n'est pas une urgence) dans les plus courts délais suivant l'incident afin de faire signer votre réclamation d'assurance.
- D. Contactez la FQME dans un délai de 30 jours maximum pour entreprendre les démarches et avoir accès à l'assurance de la FQME si besoin. \*À noter que vous devez avoir communiqué avec la FQME, avoir fait votre demande d'indemnisation et avoir en main votre document signé par votre médecin dans un délai de 30 jours ou moins.

#### 6.2.2. Situation majeure - URGENCE : Évacuation urgente, menace pour la vie

Une situation majeure correspond à un individu ayant subi des blessures dues à la pratique du sport ou un malaise dû à une urgence médicale pouvant porter atteinte à la vie de la personne. Exemple, un individu ayant une hémorragie non contrôlée, une blessure à la tête ou à la colonne, ou une fracture importante/multiple.

Étapes de prises en charge :

- A. Stabilisez la victime ;
- B. Communiquez avec les SPU pour obtenir de l'aide et suivez les indications des intervenants d'urgence ;
- C. Dans la mesure du possible, dirigez-vous vers le point d'évacuation le plus près dans les plus courts délais ;



Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher

- D. Avertissez la personne-ressource de l'incident (l'ange gardien) ;
- E. Référez-vous à l'évaluation des risques pour appliquer la mesure d'urgence adéquate selon la situation.
- F. Afin d'assurer un transfert rapide aux ambulanciers, préparez la carte d'assurance maladie de la victime, ses médicaments et s'il y a lieu, sa carte d'hôpital (si applicable) ;
- G. Contactez la FQME dans un délai de 30 jours maximum pour entreprendre les démarches et avoir accès à l'assurance de la FQME si besoin. \*À noter que vous devez avoir communiqué avec la FQME, avoir fait votre demande d'indemnisation et avoir en main votre document signé par votre médecin dans un délai de 30 jours ou moins.

**Appelez toujours les SPU dans les cas suivants**

- Incendie ou explosion
- Fuite de gaz toxique
- Personne inconsciente, sans respiration ou sans pouls
- Douleur ou pression à la poitrine
- Hémorragie grave
- Personne blessée ou malade ne pouvant être déplacée facilement ou sans risque
- Traumatisme(s) à la tête, au cou et/ou au dos
- Fracture(s)
- Vomissements sanguinolents
- Empoisonnement
- Convulsions ou trouble verbomoteur soudain et inattendu

N.B. Veuillez noter que si la situation se dégrade, vous devez rappeler les intervenants d'urgence pour les aviser des changements.

### 6.3. Chaîne de communication : Intervenants d'urgence – 9-1-1

La personne qui fait appel au service préhospitalier d'urgence (SPU) doit le faire au centre de répartition du 9-1-1. Ceux-ci vous mettront en contact avec le service qui répondra à vos besoins.

N.B. Il est très important d'expliquer clairement la situation au centre de répartition pour qu'ils puissent envoyer les bons effectifs sur le terrain. Généralement, l'extraction d'une victime en région isolée requiert une équipe spécialisée. Les services paramédicaux d'urgence ne peuvent pas assurer le transport d'un patient depuis la paroi.

Afin de faciliter les communications avec les SPU, suivez les directives contenues dans le protocole de communication avec les intervenants d'urgence en annexe 7. De plus, vous pouvez préparer votre appel en vous référant au diagramme SLERAT disponible également en annexe 8.

## Annexes

### ANNEXE 1. Guide de déontologie PQFE

<https://fqme.qc.ca/wp-content/uploads/2019/06/Code-de-déontologie-PQFE-V3.pdf>

### ANNEXE 2. Guide de pratique et d'encadrement sécuritaire

<https://fqme.qc.ca/wp-content/uploads/2019/06/Guide-de-pratique-et-dencadrement-Sécuritaire.pdf>

## ANNEXE 3. Conditions d'accès et acceptation des risques liés à la pratique de l'escalade extérieure

# Conditions d'accès au site d'escalade



Fédération  
québécoise  
de la montagne  
et de l'escalade

Ce site d'escalade est géré en collaboration avec la Fédération québécoise de la montagne et de l'escalade (FQME) et ses partenaires. Pratiquer l'escalade sur ce site est un privilège que vous devez à la générosité des propriétaires et grâce à la FQME et ses partenaires.

### L'accès est autorisé aux conditions suivantes

- ▲ être membre annuel de la FQME ou détenir une adhésion journalière valide;
- ▲ suivre le règlement de sécurité de la FQME conformément à la Loi sur la sécurité dans les sports;
- ▲ préserver l'environnement et respecter les autres usagers c'est-à-dire : ne pas purger de blocs ou installer des ancrages permanents sans l'approbation de la FQME, du club régional ou du comité local du site;
- ▲ être un organisme membre de la FQME ou respecter les conditions prescrites par la FQME et ses partenaires pour avoir le droit d'encadrer une activité d'escalade sur ce site.

### Pour votre sécurité, assurez-vous de

- ▲ choisir une voie qui respecte votre habileté technique;
- ▲ acquérir les connaissances adéquates, en suivant une formation dispensée par une personne qualifiée;
- ▲ posséder de l'équipement sécuritaire;
- ▲ être en santé ainsi qu'en bonne condition physique et psychologique;
- ▲ bénéficier d'une météo favorable.

### Acceptation des risques

L'escalade, les activités en hauteur et en milieu naturel comportent des risques pouvant causer des pertes matérielles ou autres, des blessures ou un décès. En accédant à ce site, vous acceptez les risques et responsabilités inhérents pouvant survenir lors de la pratique de vos activités.

Toute aide ou tout conseil reçu ne vous dispense pas d'évaluer vous-mêmes les risques auxquels vous pouvez être exposé. Vous êtes responsable de vos décisions et de vos actions, incluant l'utilisation d'équipements de protection individuelle.

Vous devez reconnaître que l'escalade, les activités en hauteur et en milieu naturel se pratiquent sur des terrains accidentés, éloignés et difficile d'accès. En cas de besoin, la communication ne s'effectuera pas facilement, un sauvetage sera long et ardu et les soins médicaux ne pourront être administrés dans des délais raisonnables.

### Questions, adhésions et autorisations

Fédération Québécoise de la  
Montagne et de l'Escalade

1-866-204-3763

fqme@fqme.qc.ca

www.fqme.qc.ca

**EN CAS D'URGENCE, CONTACTEZ LE 911**



ANNEXE 4. Fiche d'information d'urgence



Fédération  
québécoise  
de la montagne  
et de l'escalade



Nom du site ou secteur (appellation populaire) : <b>Saint Léon-de-Standon</b>		Nom officiel du site : <b>Montagne du Soleil-Couchant</b>	
Réception cellulaire : Oui		<b>Évacuation Classe 3</b>	
Où est le téléphone le plus près : Club sportif ou résidence située sur la route du Rang Ste-Marie			
Distance de celui-ci : 1,24 kilomètre			
Contacts : <b>Urgence 911</b>			
Coordonnées GPS du stationnement des grimpeurs : <b>46°26'51.8"N 70°36'17.2"W</b>			
Adresse la plus proche : 42 route du Rang Ste-Marie, Saint-Léon-de-Standon, QC, G0R 4L0 (Club sportif de Saint-Léon)			
Directions : Depuis Saint-Léon-de-Standon, prendre QC-275 S puis tourner à droite sur la route du Rang Ste-Marie. Le stationnement se situe à droite de la route.			
Coordonnées GPS de la paroi : <b>46°26'38.3"N 70°35'25.3"W</b>			
Type d'escalade : Roche		Hauteur : 25 mètres	
Premier de cordée sportif et traditionnel		Escalade d'une longueur	
<b>Évacuation</b>			
<b>Sentier pédestre</b>			
Distance du stationnement à la paroi : 1,24 kilomètre Temps : 15 à 30 minutes			
<b>Spécifications :</b> <i>Moyen :</i> Chemin carrossable jusqu'à 200 mètres de la paroi. Ce dernier passage est dans un sentier pédestre assez large pour sortir une planche dorsale.			
<b>Directions :</b> À partir du stationnement, prendre le sentier des Trois Piquets (facile ; dans un chemin). Ensuite, suivre les indications sur une centaine de mètres dans un sentier plus étroit. La paroi principale se trouve à droite du point d'information. Deux petites parois sont situées à gauche du point d'information.			
Point de rencontre ambulance : <b>46°26'38.3"N 70°35'25.3"</b>			
Sentier d'approche (grimpeurs) idem que celui d'évacuation.			
Sentier d'accès au sommet & évacuation en paroi			
<b>Aucun accès au sommet</b>			
<b>Matériel d'évacuation et de secours sur place :</b>		<b>Emplacement :</b>	
Planche dorsale et trousse de premiers soins de base.		Au point d'information à proximité de la paroi et de la table pique-nique.	
<b>Hôpital le plus près :</b> Hôtel-Dieu de Lévis			
Adresse : 143 rue Wolfe, Lévis, QC G6V 3Z1 (Téléphone : 418-835-7121)			
Distance : 71 kilomètres (61 minutes en voiture).			

## ANNEXE 5. Liste détaillée d'équipements

### Liste d'équipement de base pour une expédition (sortie de plusieurs jours)

- Vêtements de rechange ;
- Tuque/casquette/chapeau ;
- Tente et arceaux ;
- Matelas de sol ;
- Sac de couchage ;
- Toile (recommandé) ;
- Sciote (recommandé) ;
- Gamelle, tasse et ustensiles ;
- Trousse d'hygiène personnelle ;
- Nourriture ;
- Réchaud ;
- Carburant ;
- Chaudron et ustensiles de cuisine ;
- Trousse de vaisselle (savon biodégradable, récure-tout, grattoir, etc.) ;
- Sac à déchets ;
- Trousse de premiers soins ;
- Vache à eau (optionnel).

### Escalade de bloc

- « Crash pad » ;
- Poudre de magnésie (optionnel) ;
- Varappes.

### Escalade en moulinette

- Corde dynamique ;
- Baudrier ;
- Varappes ;
- Poudre de magnésie (optionnel) ;
- Ensemble complet de relais ;
- Appareil d'assurage et mousquetons ;
- Ensemble de descente en rappel si requis (Longe, ATC, prussik ou équivalent).

### Escalade en premier de cordée

- Tous les articles mentionnés dans les listes précédentes ;
- Dégaines (assurez-vous d'avoir le nombre requis pour faire la voie envisagée, même plus) ;
- Maillons rapides ;
- Pose mousqueton/ « Stick Clip » (optionnel).

### Escalade traditionnelle

- Tous les articles mentionnés dans les listes précédentes ;
- Coinceurs (assurez-vous d'avoir le nombre requis pour faire la voie



Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher

envisagée, même plus);

- Décoinceur

Selon la grosseur du groupe, ajustez les quantités et distribuez l'équipement équitablement dans le groupe.

Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher

ANNEXE 6. Exemple d'un plan de sortie journalier

**PLAN DE SORTIE**

Départ	date et heure de départ
Retour	date et heure de retour
Lieu	nom de l'endroit
Secteur visé	précisez le lieu
Activités prévues	nom des activités pratiquées
Itinéraire sommaire	description de l'itinéraire
Personnes impliquées	nom des personnes participantes
Véhicule	description du véhicule / marque - couleur - plaque d'immatriculation
Stationnement	lieu / adresse du stationnement
Ange gardien	nom de la personne et lien avec le / les participant-e-s
Contact de l'ange gardien	numéro de téléphone pour rejoindre l'ange

**COMMUNICATION**

Appareil	Numéro / Canal	Personne à joindre
sorte d'appareil	numéro	nom de la personne
sorte d'appareil	numéro	nom de la personne

**ENTENTE DE COMMUNICATION**

Nous communiquerons seulement en cas d'urgence avec notre ange gardien. Autrement, il sera avisé de la fin de notre sortie et de notre retour avant:

date et heure prévues
-----------------------



## ANNEXE 7. Protocole de communication avec les intervenants d'urgence

### **Protocole de communication avec les intervenants d'urgence**

Voici les informations qui vous seront demandées par le centre d'appel du 911.  
Plus vous leur fournirez des informations précises sur la situation, mieux ils  
seront en mesure de vous aider!

#### **Avant l'appel, veuillez-vous assurer de connaître ces informations :**

1. Où êtes-vous? Vous devez fournir le point GPS de la position de la victime si possible et le point d'évacuation anticipé.
2. Quel est le numéro de téléphone où vous joindre?
3. Quel est le problème?
4. Détails sur la victime : Homme/Femme, Âge, Conscient/Inconsciente, Respire-t-elle, Blessures importantes, condition médicale importante, etc.

#### **Quand un préposé vous répondra... On vous demandera :**

1. La raison de votre appel. Soyez précis pour qu'il puisse vous acheminer les bonnes ressources.
2. Identifiez-vous : Nom, prénom, adresse, numéro de téléphone.

*\*\*\*Restez en ligne et ils vous poseront les questions leur permettant de vous aider. \*\*\**

#### **Pendant que vous attendez les secours, vous pouvez aider à accélérer l'évacuation en effectuant les tâches suivantes :**

1. Traiter au meilleur de vos connaissances et/ou selon les directives du 911 la victime ;
2. Si vous avez du matériel de premiers soins/de transport (planche dorsale, panier d'évacuation, etc.) Vous pouvez commencer à préparer le déplacement ;
3. Libérer l'accès à l'équipe paramédicale et identifié/baliser le sentier s'il n'est pas évident ;
4. Si vous avez les ressources, envoyer quelqu'un réceptionner l'équipe paramédicale au point de rencontre ;

#### **En tout temps,**

1. Vérifier fréquemment l'état de la victime ;
2. Une personne doit rester si possible avec elle en tout temps ;
3. Appeler le 911 si l'état de la victime change ou se détériore.

## ANNEXE 8. SLERAT – Informations à trans mettre aux SPU



### APPELS D'URGENCE – 911

#### **INFORMATIONS PERTINENTES LORS DE L'APPEL (SLERAT)**

Avant de loger l'appel, recueillez l'information pour être en mesure de répondre aux questions rapidement. Il est recommandé d'inscrire sur une feuille les informations pertinentes afin de ne rien omettre durant l'appel.

Lorsque vous allez loger l'appel : **parler calmement, lentement et clairement afin de vous faire comprendre.** Ne raccrochez jamais la ligne avant le répartiteur. Il pourrait avoir plus de questions pour vous.

**S**ituation « Nous avons une situation (mineur ou URGENCE). »

**Leader/Location** « Mon nom est ... je suis avec ... (nombre de personnes) ... et nous sommes arrivés depuis ... (temps) aux coordonnées GPS suivantes... »

**E**vacuation « La victime doit se faire évacuer à cette coordonnée GPS... Nous avons en notre possession cet équipement (planche dorsale/panier d'évacuation). » \*Aviser si vous avez un besoin particulier en termes de ressource humaine ou matérielle.

**R**endez-vous « Nous serons au point de rencontre dans ... (nombre d'heures ou minutes). » Si impossible de donner une estimation de temps, « Nous vous rappellerons dans 15 minutes avec plus de détails sur la situation. »

**A**ssessment « Voici ce qui s'est passé ... La victime a/nous croyons qu'elle aurait... (problèmes médicaux et blessures). »

**T**raitement « Nous avons ... (traitements déjà faits) et nous prévoyons ... (traitement à faire). »



ANNEXE 9. Feuille de notes SOAP



**NOTE SOAP**

<p><b>Examen des lieux</b></p> <p>Sécurité/Dangers Mécanisme de blessure Précautions universelles Nombre de victimes/témoins</p> <p><b>Examen primaire</b></p> <p>État de conscience Voies respiratoires et respiration Circulation</p> <p><u>Traitez l'état de choc</u></p> <p><b>Examen secondaire</b></p> <p><b>Signes vitaux</b></p> <p>État de conscience Respiration Pouls Signes de la peau Tension artérielle Pupilles Température</p> <p><b>Antécédents médicaux</b></p> <p>S – Symptômes A – Allergies M – Médicaments P – Passé médical L – « Lunch » E – Événements</p> <p><b>Examen physique</b></p> <p>Examen de la tête aux pieds CSM distales Examen détaillé des blessures (PQRST)</p>	<p><b>Données Subjectives</b></p> <p>Âge _____ Sexe _____ Nom _____</p> <p>Mécanisme de blessure _____</p> <p>Plainte principale (PQRST) _____</p> <p><b>Données Objectives</b></p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Signes vitaux</th> <th>Heure :</th> <th>Heure :</th> <th>Heure :</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>État de conscience (AVDI)</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Respiration (fréquence / rythme / amplitude)</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>/</td> </tr> <tr> <td>Pouls (fréquence / rythme / force)</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>/</td> </tr> <tr> <td>Signes de la peau (CTM)</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Tension artérielle (systolique / diastolique)</td> <td>/</td> <td>/</td> <td>/</td> </tr> <tr> <td>Pupilles (PERRLA)</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Température (buccale <input type="checkbox"/> rectale <input type="checkbox"/> )</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table> <p><b>Antécédents médicaux</b></p> <p>Symptômes _____</p> <p>Allergies _____</p> <p>Médicaments _____</p> <p>Passé médical (maladies, blessures) _____</p> <p>Lunch (dernier repas) _____</p> <p>Événements qui ont précédé l'incident _____</p> <p><b>Examen physique</b> (liste des blessures — décrire la douleur, l'endroit)</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p><b>Analyse des données</b> (liste des problèmes et des problèmes potentiels)</p> <p>1 _____</p> <p>2 _____</p> <p>3 _____</p> <p>4 _____</p> <p>5 _____</p> <p><b>Planification</b> (prise en charge de chacun des problèmes sur la liste)</p> <p>1 _____</p> <p>2 _____</p> <p>3 _____</p> <p>4 _____</p> <p>5 _____</p>	Signes vitaux	Heure :	Heure :	Heure :	État de conscience (AVDI)				Respiration (fréquence / rythme / amplitude)	/	/	/	Pouls (fréquence / rythme / force)	/	/	/	Signes de la peau (CTM)				Tension artérielle (systolique / diastolique)	/	/	/	Pupilles (PERRLA)				Température (buccale <input type="checkbox"/> rectale <input type="checkbox"/> )			
Signes vitaux	Heure :	Heure :	Heure :																														
État de conscience (AVDI)																																	
Respiration (fréquence / rythme / amplitude)	/	/	/																														
Pouls (fréquence / rythme / force)	/	/	/																														
Signes de la peau (CTM)																																	
Tension artérielle (systolique / diastolique)	/	/	/																														
Pupilles (PERRLA)																																	
Température (buccale <input type="checkbox"/> rectale <input type="checkbox"/> )																																	

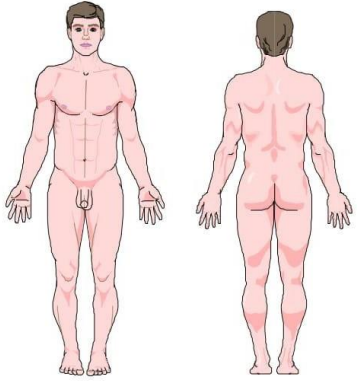
ANNEXE 10. Rapport d'incident/accident



**RAPPORT D'ACCIDENT**

<b>RENSEIGNEMENTS PERSONNELS</b>							
<b>Nom de la victime</b>				<b>Adresse</b>			
Prénom _____				Rue _____			
Nom de famille _____				Ville _____			
Téléphone _____				Province _____			
Cellulaire _____				Code postal _____			
N° d'assurance-maladie _____				Courriel _____			
<b>COMPTE RENDU DE L'ACCIDENT</b>							
Date de l'accident ____ / ____ / ____		Heure ____ : ____		Endroit _____			
Carte # _____		Coordonnées _____		Latitude _____		Longitude _____	
Météo – Température _____		Nuages _____		Précipitation _____		Vents _____	
Visibilité _____							
<b>RENSEIGNEMENTS SUR LA VICTIME</b>							
Âge ____		Sexe ____		État de conscience : alerte et orientée ____		Réponse verbale ____	
Douleur ____		Inconsciente ____					
Voies respiratoires (état) _____				Respiration (état) _____		Circulation (état) _____	
Position dans laquelle la victime a été trouvée _____							
Mécanisme de blessure _____							
Plainte principale _____							
<b>ÉVÉNEMENTS QUI ONT PRÉCÉDÉ L'ACCIDENT</b>							
<b>Antécédents médicaux</b>							
Allergies (bracelet Medic Alert®) _____				Médicaments de la victime _____			
Passé médical (maladies/blessures) _____				Dernier repas _____			
Verres de contact    oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/>				Vaccin contre le tétanos dans les 10 dernières années    oui <input type="checkbox"/> non <input type="checkbox"/>			
<b>SIGNES VITAUX</b>							
<b>HEURE</b>	:	:	:	:	:	:	:
<b>ÉTAT DE CONSCIENCE</b>							
<b>POULS</b> (fréquence / rythme / force)							
<b>RESPIRATION</b> (fréquence / rythme / amplitude)							
<b>PEAU</b> (coloration, température, moiteur)							
<b>TENSION ARTERIELLE</b> (systolique / diastolique)							
<b>PUPILLES (PEERLA)</b>							
<b>TEMPÉRATURE</b> (orale <input type="checkbox"/> rectale <input type="checkbox"/> )							
<b>Remarques</b> (victime requérant des soins à long terme)							
Heure <u>  1  </u> _____							
Heure <u>  2  </u> _____							
Heure <u>  3  </u> _____							
Heure <u>  4  </u> _____							
Heure <u>  5  </u> _____							

Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher

<p><b>DESCRIPTION &amp; LOCALISATION DES LÉSIONS ET DE LA DOULEUR</b></p>	 <p>VUE ANTÉRIEURE    VUE POSTÉRIEURE</p>		
<p><b>ÉTAT GÉNÉRAL</b></p>			
<p><b>PLAN DE TRAITEMENT</b></p> <p><b>PLAN D'ÉVACUATION</b></p>			
<p><b>AIDE REQUISE</b></p>			
<p><b>CONSENTEMENT DE LA VICTIME</b> J'ai lu attentivement ce compte rendu et je confirme que les renseignements qui y figurent sont véridiques. J'accepte le traitement prescrit.</p> <p>Signature _____ / / _____ Date</p> <p>Témoin _____ / / _____ Date</p>	<p><b>REFUS DE TRAITEMENT</b> J'ai lu attentivement ce compte rendu et j'en comprends le contenu. Je confirme que les renseignements sont véridiques. Par la présente, je refuse le traitement prescrit.</p> <p>Signature _____ / / _____ Date</p> <p>Témoin _____ / / _____ Date</p>		
<table border="0"> <tr> <td data-bbox="217 1594 746 1792"> <p><b>Transfert de la victime à (un professionnel de la santé)</b></p> <p>Nom _____</p> <p>Adresse _____</p> <p>Téléphone _____</p> <p>Signature _____ / / _____ Date</p> </td> <td data-bbox="762 1594 1292 1792"> <p><b>Personne qui remplit ce formulaire</b></p> <p>Nom _____</p> <p>Adresse _____</p> <p>Téléphone _____</p> <p>Signature _____ / / _____ Date</p> </td> </tr> </table>		<p><b>Transfert de la victime à (un professionnel de la santé)</b></p> <p>Nom _____</p> <p>Adresse _____</p> <p>Téléphone _____</p> <p>Signature _____ / / _____ Date</p>	<p><b>Personne qui remplit ce formulaire</b></p> <p>Nom _____</p> <p>Adresse _____</p> <p>Téléphone _____</p> <p>Signature _____ / / _____ Date</p>
<p><b>Transfert de la victime à (un professionnel de la santé)</b></p> <p>Nom _____</p> <p>Adresse _____</p> <p>Téléphone _____</p> <p>Signature _____ / / _____ Date</p>	<p><b>Personne qui remplit ce formulaire</b></p> <p>Nom _____</p> <p>Adresse _____</p> <p>Téléphone _____</p> <p>Signature _____ / / _____ Date</p>		

ANNEXE 11. Liste des numéros d'urgence à remplir

Intervenants	#tel		
Urgence : 9-1-1			
Policiers			
Pompiers locaux			
Hôpital le plus près			
Centre antipoison			
CLSC			
Centre local d'avalanche			
Station de ski (patrouilleurs)			
Groupe local bénévole			
Municipalités			
Agent du territoire (ZEC, parc, etc.)			
Agent de protection de la faune			
Entreprise hivernale voisine			
Club local de motoneige			
Urgence 911 via satellite			
Airmedic (évacuation hélicoptère)			
Services héliportés			
Gestionnaire du territoire			



ANNEXE 12. Classification des sites

<b>Paroi-école (rocher)</b>	
<b>Description</b>	Paroi rocheuse ou secteur d'un site adapté à l'enseignement des techniques de l'escalade et à la pratique en groupe. Paroi rocheuse ou secteur d'un site de moins de 30 mètres de hauteur, de difficulté variant de niveau débutant (5.4) à intermédiaire (5.10).
<b>Accessibilité</b>	Paroi extérieure, à proximité de la route, ou munie de sentiers aménagés (ex : facilement navigables par véhicules tout-terrains) et dotée d'un plan d'urgence permettant l'évacuation rapide d'un blessé. L'aménagement et le plan d'urgence doivent permettre d'atteindre les services médicaux d'urgence (hôpitaux, services ambulanciers, infirmeries, etc.) en moins d'une heure.
<b>Approche</b>	Sentier bien balisé et dégagé, à partir d'un stationnement pouvant accueillir plusieurs véhicules.
<b>Aménagement</b>	Le bas de la paroi doit pouvoir accueillir 12 personnes et leurs équipements, et doit être sans obstacle important pour permettre une circulation aisée. Dans l'aménagement sécuritaire et la stabilisation du sol en bas de la paroi, il faut éviter d'accélérer le processus d'érosion du sol, en abattant les arbres vivants, seulement en cas de nécessité Voies purgées des roches instables et nettoyées de la terre, des champignons et des mousses, pour faciliter l'ascension et optimiser la qualité de l'expérience de grimpe. Les dangers potentiels provenant d'un escarpement supérieur doivent être absents.
<b>Protections</b>	Paroi équipée d'ancrages artificiels permanents, adaptés aux disciplines qui y sont pratiquées, répondant aux normes de la FQME. Les ancrages au sommet des voies doivent être facilement accessibles à partir d'un sentier balisé et sécuritaire se rendant au sommet des voies.
<b>Vérification</b>	Paroi et sentier d'accès vérifiés par un cadre enseignant avant le début d'une activité. Paroi régulièrement purgée de rochers instables, par le cadre ou l'organisme responsable.
<b>Exemple</b>	<i>Massif Chico, Mont-Césaire, Val-David, Laurentides</i> <i>Paroi école, Julien Labedan, Lac Supérieur, Laurentides</i> <i>Paroi des Contreforts, Notre-Dame-de-la-Merci, Lanaudière</i>

Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher

<b>Paroi sportive</b>	
<b>Description</b>	<p>Paroi rocheuse ou secteur d'un site généralement d'une hauteur inférieure à 30 mètres et aménagée pour l'escalade sportive, en raison de la nature du rocher (très compacte avec peu de fissures). Pour assurer la sécurité du grimpeur dans son ascension, des ancrages artificiels permanents sont installés sur l'ensemble de la voie. <b>Les grimpeurs qui fréquentent ces sites doivent être autonomes, avertis et connaître les limites de l'escalade sportive en milieu naturel.</b> Il est de la responsabilité du grimpeur de se renseigner et d'évaluer la hauteur des voies, la nécessité d'ajouter des protections amovibles, la qualité des ancrages artificiels permanents et le nombre de dégaines nécessaires à l'ascension sécuritaire d'une voie.</p>
<b>Accessibilité</b>	Paroi extérieure, à moins de trois heures des services médicaux d'urgence.
<b>Approche</b>	Sentier balisé et aménagé.
<b>Aménagement</b>	Paroi régulièrement vérifiée et purgée de rochers instables, selon la fréquentation, la géologie du rocher et les conditions environnantes qui peuvent affecter la sécurité de la paroi.
<b>Protections</b>	80 % des voies sont protégées en entier avec des protections artificielles permanentes répondant aux normes de la FQME.
<b>Vérification</b>	Paroi et ancrages vérifiés à intervalles réguliers, selon la fréquentation, la géologie du rocher et les conditions environnantes qui peuvent affecter la sécurité de la paroi.
<b>Exemple</b>	<i>L'amphithéâtre, Saint-André-de-Kamouraska, Bas-St-Laurent. Le pic corbeau, Parc du Mont-Orford, Estrie</i>

<b>Paroi naturelle aménagée</b>	
<b>Description</b>	<p>Paroi rocheuse ou secteur d'un site d'une ou de plusieurs longueurs, destiné principalement à l'escalade traditionnelle, due à la nature du rocher (fissuration abondante, solidité du rocher). Pour assurer sa sécurité durant son ascension, le grimpeur doit placer des protections amovibles. Voies de difficultés variables fréquentées principalement par des grimpeurs autonomes. Certains sites peuvent se prêter à l'enseignement de l'escalade traditionnelle sous la supervision d'un cadre enseignant. <b>Les grimpeurs qui fréquentent ces sites doivent être autonomes, avertis et posséder une préparation et une connaissance de l'escalade en milieu naturel.</b> Il est de la responsabilité du grimpeur de connaître et savoir utiliser le type de protections nécessaires à l'ascension sécuritaire d'une voie.</p>
<b>Accessibilité</b>	Paroi extérieure, à moins de six heures des services médicaux d'urgence.
<b>Approche</b>	Sentier balisé, souvent aménagé de manière sommaire.
<b>Aménagement</b>	<p>Paroi purgée de rochers instables à intervalles variables, selon la fréquentation, la géologie du rocher et les conditions environnantes qui peuvent affecter la sécurité de la paroi. Pour la descente en rappel, un ou plusieurs itinéraires peuvent être aménagés avec des ancrages permanents, selon la fréquentation et les nécessités.</p>
<b>Protections</b>	<p>Paroi rocheuse pourvue d'ancrages naturels respectant les recommandations de la FQME ou équipée d'ancrages artificiels permanents, adaptés aux disciplines qui y sont pratiquées, conformément aux normes de la FQME. Une grande partie des voies nécessite l'utilisation partielle ou totale de protections amovibles pour assurer la sécurité du grimpeur dans l'ascension d'une voie. Pour la descente en rappel, des ancrages devraient être prévus à cet effet.</p>
<b>Vérification</b>	Paroi et ancrages artificiels permanents vérifiés à intervalle variable, selon la fréquentation, la géologie du rocher et les conditions environnantes qui peuvent affecter la sécurité de la paroi.
<b>Exemple</b>	<i>Domaine Val-des-Bois, Val-Bélair, Québec Mont Grand Morne, Sainte-Clotilde-de-Beauce, Chaudière-Appalaches Le Pinnacle, Baldwin, Estrie</i>

	<b>Terrain d'aventure (paroi naturelle non aménagée)</b>
<b>Description</b>	<p>Paroi <b>naturelle non aménagée</b>, généralement de plusieurs longueurs, de difficulté variable, et caractérisée par une fréquentation sporadique.</p> <p><b>Les grimpeurs qui fréquentent ces sites doivent être expérimentés, et posséder une préparation et une connaissance de l'escalade en milieu alpin, incluant les nombreux dangers objectifs qui se rattachent aux déplacements et à l'escalade en région éloignée.</b></p>
<b>Accessibilité</b>	Paroi extérieure isolée, difficile d'accès, et souvent à plus de six heures des services médicaux d'urgence.
<b>Approche</b>	Sentiers inexistantes ou aménagés sommairement, et balisés légèrement ou non.
<b>Aménagement</b>	Paroi peu ou pas purgée de ses rochers instables et peu ou pas nettoyée de la terre, des champignons et des mousses présentes.
<b>Protections</b>	<p>Paroi peu ou pas équipée d'ancrages permanents. Nécessité d'utiliser des protections amovibles.</p> <p>Ancrages permanents rares, vétustes ou inexistantes. Si des ancrages sont présents, ils peuvent ne pas être conformes aux normes de la FQME.</p>
<b>Vérification</b>	Paroi non vérifiée.
<b>Exemple</b>	<p><i>Cap Trinité</i>, Parc du Saguenay, Saguenay</p> <p><i>Cran des Érables</i>, Parc des Hautes-Gorges-de-la-Rivière-Malbaie, Charlevoix</p> <p><i>Mont Gros-Bras</i>, Parc des Grands-Jardins, Charlevoix</p>

Plan d'urgence et de gestion des risques  
Escalade de rocher

<b>Secteurs de blocs</b>	
<b>Description</b>	Secteur comportant un ou plusieurs blocs, avec des <i>problèmes</i> de quelques mètres de hauteur, permettant l'escalade sans encordement <b>où les conséquences d'une chute sont minimales</b> . Pour être sécuritaire, la hauteur de chute d'un problème devrait être inférieure à 3 mètres (mesurée depuis l'aire de réception jusqu'à la partie la plus basse du corps du grimpeur).
<b>Accessibilité</b>	Site extérieur, souvent à proximité de la route.
<b>Approche</b>	Réseau de sentiers balisés et bien aménagés, entre les blocs.
<b>Aménagement</b>	Les prises nécessaires à l'accomplissement d'un <i>problème</i> sont nettoyées de la terre, des champignons et des mousses, pour optimiser la qualité de l'expérience de grimpe. Éviter d'accélérer le processus d'érosion du sol et d'abattre des arbres vivants, dans l'aménagement sécuritaire de l'aire de réception d'un <i>problème</i> .
<b>Protections</b>	Chaque <i>problème</i> a une aire de réception aménagée à sa base, pour permettre à une ou plusieurs personnes d'effectuer une parade efficace et pour accueillir un ou plusieurs matelas de réception.
<b>Vérification</b>	La stabilité d'un bloc doit être déterminée avant l'aménagement d'un <i>problème</i> . Les débris (ex. : roches, arbres tombés) sur l'aire de réception sont enlevés régulièrement. L'érosion et l'effritement du rocher d'un <i>problème</i> doivent être surveillés régulièrement, les prises fragiles peuvent être consolidées en respectant les règles d'éthique locale et le consensus établi par les utilisateurs du site.
<b>Exemple</b>	<i>Les Dames</i> , Mont-Condor, Val-David, Laurentides <i>Stonebleau</i> , Forêt ancienne du Mont-Wright, Québec <i>Bellevue/Bowen</i> , Sherbrooke, Estrie