



Les **mots*** (en gras et suivis d'un astérisque), ainsi que ceux précédés du signe ► et entre crochets, correspondent à des entrées dans l'ouvrage (ordre alphabétique).

Abri à neige / igloo

L'igloo des Inuits est une construction sophistiquée qui demande compétence, temps de réalisation et neige d'une densité irréprochable: comptez trois à quatre heures pour quatre personnes entraînées!

L'abri à neige, rudimentaire et moins typique, peut servir lors d'une randonnée à skis, d'une course en montagne qui tourne mal...

7

Le truc du guide

Avez-vous déjà testé le pedekake?

Prenez une corniche d'une épaisseur minimale de 2-3 mètres, à l'opposé du sens du vent. Avec la sonde, déterminez l'épaisseur de neige et détectez la présence éventuelle de cailloux. Creusez à l'horizontale pour aménager un accès de la largeur des épaules (environ 50-60 cm), renforcez les parois en tassant bien. Creusez ensuite votre *sweet home* version caverne

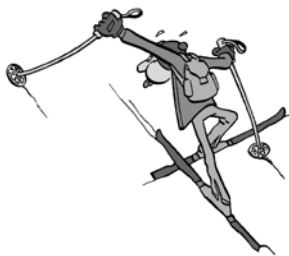


préhistorique, l'idéal étant de disposer d'un volume final correspondant à un multiple de trois par rapport aux occupants. La neige constitue un excellent isolant. Elle a malheureusement la désagréable habitude de fondre, notamment sous la chaleur des habitants de l'abri : lissez le plafond pour éviter le goutte-à-goutte et aménagez des rigoles d'évacuation sur les côtés. Temps, clés en main : deux à trois heures. Pensez à déposer le permis de construire en mairie deux mois avant.

Accident

N'arrive pas toujours qu'aux autres. L'« accident » en montagne peut avoir des causes multiples... et pas toujours accidentelles : s'aventurer en terrain inconnu avec un matériel inadéquat, dans des conditions de météo défavorables et une forme physique insuffisante relève de l'imprudence. Si cette imprudence se conclut par un « accident » (chute...), ce dernier n'est pas totalement accidentel !

Contrairement aux idées reçues, plus de 50 % des **secours*** en montagne concernent des randonneurs. Quand ils ont lieu en zones d'accès difficile, les accidents peuvent mobiliser des moyens importants.



Certains facteurs de risques ne sont pas totalement prévisibles (chutes de pierres, **séracs***, **météo***...) et peuvent conduire à de véritables accidents.

L'engouement pour des pratiques sportives récentes (parapente, canyoning, via ferrata...) ainsi que l'aménagement de





pistes de ski sur des terrains haute montagne – un glacier par exemple – conduisent bien souvent à minimiser les **risques***.

Bien se rappeler que la haute montagne peut être un milieu hostile, aux variations climatiques brusques et imprévisibles, au terrain en perpétuelle évolution et à la fréquentation parfois excessive.

Rubrique à éviter autant que possible!

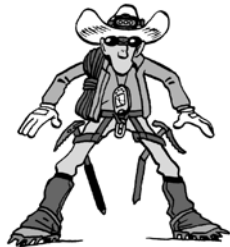
Accompagnateur

Ce métier est apparu il y a une trentaine d'années avec le développement de la randonnée pédestre. L'accompagnateur encadre généralement des groupes pour des circuits programmés, en France ou à l'étranger.

Pour en savoir plus sur la vie des accompagnateurs, lire l'ouvrage de Jean-Marc Aubry, *Une semaine de vacances* (éd. Guérin).

Accueil

L'accueil est à la structure d'hébergement ce que la nappe fleurie est au restaurant: un gage de bien-être pour la clientèle. Si, en France, certains refuges de montagne en sont restés à l'âge des casernes, une évolution notable est à signaler depuis une vingtaine d'an-



nées, notamment dans les **refuges*** pour randonneurs: des chambres joliment décorées, pour quatre à six personnes maximum; un sourire à l'arrivée (et, si on s'est bien comporté, au moment du départ), une disponibilité cordiale...

Adret

Versant de la montagne exposé au soleil. Favorable à la sieste en fin d'après-midi, mais déconseillé aux randonneurs peu matinaux. ► **Ubac.**

Aigle royal (*Aquila chrysaetos*)

Royal, l'aigle reconquiert petit à petit les territoires montagneux, sous l'œil vigilant des associations de défense des oiseaux. Contrairement à la légende, qui lui fit beaucoup de tort, l'aigle ne s'attaque pas aux humains. Il se contente généralement de petits mammifères: lapins, marmottes (80 % de sa nourriture dans les Alpes)... Pour les femelles, l'envergure peut atteindre 2,50 mètres.

L'Aigle est aussi le nom d'un sublime refuge du massif des Écrins, juché sur un promontoire rocheux à 3450 m d'altitude, au pied de la Meije orientale: monté à dos d'homme, ce vénérable bâtiment doit fêter ses cent ans en 2009. Un projet de reconstruction oppose l'association «Sauvons le refuge de l'Aigle» à l'organisme chargé de sa gestion.

