

## Rapport du cours pour CdC « Sauvetage personnel », 3.6.2023

Mon rapport est un copié-collé des années précédentes. Si les mots restent enregistrés sur un disque dur presque éternellement, il n'en est pas de même pour la pratique et les automatismes. Il est bon de se remettre en situation, « tranquillement » au bout d'une corde, à un mètre du sol et à l'abri sous un toit millénaire aménagé par les Romains.

Retour donc à Pierre-Pertuis pour un «refresh», comme ils disent, entre chefs de courses des sections environnantes. Cette année, deux sections sont représentées soit Pierre-Pertuis et la Prévôtoise. Cette journée compte aussi dans les jours obligatoires de recyclage pour les CdC du CAS.

Direction la Roche Percée, site historique bien connu. Après explication des objectifs de la journée et préparation du matériel, passage sur le « pont » pour installer chacun sa corde pour la descente.

Sans avoir touché le sol, remontée sur la corde quelques mètres puis redescente. Tout est très facile à dire... mais rudement plus compliqué à exécuter. Et chacun est d'accord que c'est plus judicieux de parfois réessayer l'exercice au calme et dans la sérénité.

Après avoir aussi essayé toutes les possibilités à disposition en fonction de tous les gadgets, nous nous rendons au pied de la falaise principale pour faire des mouflages : simple, doubles, autrichiens, tout y passe. Le temps aussi de pique-niquer et de se griller quelque chose. Après le repas, direction le sommet de la falaise de « l'Arche » pour les derniers exercices de la journée soit sauvetage personnel et descente en rappel avec un blessé sur les épaules.

Un dernier rappel (pourquoi descendre à pied...) et nous nous retrouvons à la place de pic-nic pour faire le bilan de la journée. Tout le monde est très satisfait, surtout des mises en situation. Et, à l'unanimité, chacun reconnaît la nécessité de refaire constamment ce genre d'exercices.

Comme organisateur de la journée, je suis très content que nous ayons peaufiné les objectifs que je m'étais fixés : collaboration avec des CdC des sections environnantes, initier un cours CdC d'été dans le cadre de la section Prévôtoise qui compte comme recyclage, savoir se débrouiller en cas de problèmes ou d'accidents, échanges d'expériences personnelles au cours d'une sympathique journée.

Merci à Jean-François, Monique, Eléonore et Marco pour leur engagement et leur confiance.

Philippe Gosteli, instigateur du cours

