SOUMIS PAR
Irmgard

ON
11/04/2014

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Entre ciel et terre - Descente en rappel



La descente en rappel ? Non ! Hors de question. C'est bien trop dangereux, et on ne sait jamais ce qui pourrait arriver !

Nous aimerions te montrer que la descente en rappel n'est pas forcément plus dangereuse qu'un jeu en pleine nature dans la forêt. Si l'on respecte les consignes de sécurité de base, la descente en rappel devient une expérience enrichissante et unique, dont on se souviendra longtemps.

Article complet avec des photos de nœuds, mousquetons, etc. : voir le fichier PDF

Guide rapide pour réussir une descente en rappel

Commence par chercher un terrain adapté. Prends-toi suffisamment de temps pour cela, car un bon site de descente en rappel, c'est déjà la moitié du travail. Réfléchis à la hauteur souhaitée pour la descente en rappel, car cela fait une grande différence pour les participants de descendre le long d'un petit muret de dix mètres ou d'une paroi rocheuse de 30 mètres. Une fois que tu as trouvé un endroit, pose-toi les questions suivantes :

- Y a-t-il suffisamment de possibilités pour sécuriser le site de descente en rappel ?
- La personne qui descend en rappel et l'animateur chargé de l'assurer disposent-ils d'un espace suffisant sans se mettre eux-mêmes ni mettre les autres en danger ?
- Y a-t-il un accès sécurisé au site de descente en rappel, c'est-à-dire que tes participants peuvent-ils atteindre le site sans danger ?

Cherche un endroit qui permette d'occuper autrement les enfants qui ne peuvent pas descendre en rappel pour le moment. Bien sûr, un site de descente en rappel captivant (par exemple près d'une cascade, dans un endroit offrant une belle vue) est bien plus intéressant pour les participants que de descendre en rappel sur une pente argileuse dans une forêt sombre. Si tu as des enfants qui n'ont encore jamais fait de descente en rappel et qui sont donc inquiets (ce qui est très probable), veille à ce qu'il y ait à proximité une pente pas trop raide où ils puissent s'entraîner à la descente en rappel.

Fixation de la corde / Assurage

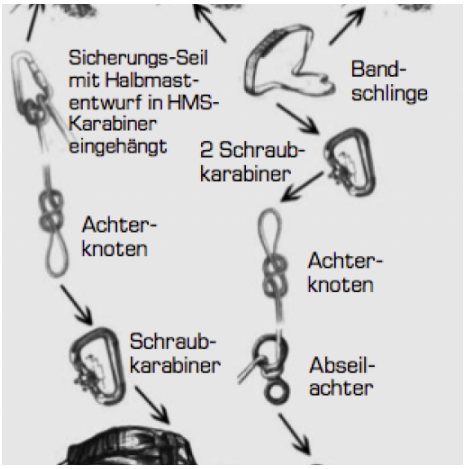
Une fois que tu as trouvé l'endroit idéal, il s'agit d'aménager le site de descente en rappel (voir illustration p. 26). Pour cela, tu as besoin d'au moins deux points d'ancrage ultra-solides, comme par exemple deux arbres en bon état, une balustrade scellée dans le béton ou quelque chose de similaire. La corde est ensuite fixée aux points d'ancrage à l'aide de deux sangles (lors de la mise en place de l'assurage, veille à ce que tous les points d'ancrage soient redondants, c'est-à-dire doublés). Il est important que la personne assurant la descente dispose d'un bon point d'ancrage (attention : chutes de pierres, risque de glissade, etc.). De plus, la communication entre la personne qui descend en rappel et celle qui assure doit être maintenue en permanence afin de pouvoir intervenir

immédiatement en cas de problème. Au bas du parcours de descente en rappel, une autre personne chargée de la supervision doit se tenir prête à détacher la personne qui descend de la corde et veiller à ce qu'aucune personne non impliquée ne se trouve dans la zone de descente.

Descente en rappel

Tu es enfin prêt et tu peux laisser partir la personne la plus courageuse. Une fois le « Gschtältli » enfilé, tu accroches le descendeur en huit à la corde, puis tu le fixes au Gschtältli à l'aide d'un mousqueton à vis (toujours visser le mousqueton). À l'aide d'un autre mousqueton, tu peux fixer la corde d'assurage au « Gschtältli ». L'assurage s'effectue alors à l'aide d'un nœud demi-mât et d'un mousqueton HMS, qui est accroché à l'ancrage.

La position à adopter lors de la descente en rappel consiste généralement à se tenir les pieds perpendiculaires à la paroi, les jambes tendues et légèrement écartées (angle d'ouverture d'environ 45°). Cela évite de basculer sur le côté. Il s'agit alors de descendre lentement, pas à pas, jusqu'à retrouver un sol stable sous les pieds. C'est à ce moment-là, au plus tard, qu'un sentiment d'euphorie, mêlé à un soupçon de soulagement, vous envahit.



Principes généraux

Sécurité

Lorsque l'on pratique la descente en rappel avec des enfants, la responsabilité est grande, il faut absolument en être conscient. Il est recommandé de s'entraîner d'abord au sein de l'équipe d'animateurs avant d'organiser un après-midi avec le groupe de jeunes. Peut-être connais-tu une personne expérimentée dans ton entourage qui pourrait vous aider.

Il convient de prêter une attention particulière aux points suivants lors de la descente en rappel :

● Cheveux longs / vêtements amples :
Si ceux-ci se coincent entre la corde et le descendeur, il sera difficile – et très certainement douloureux – de les dégager. Les colliers ou autres bijoux similaires peuvent également avoir des conséquences désastreuses

Chute de pierres

Lors du choix du terrain, veillez à ce qu'aucune pierre ne puisse se détacher (la conglomérite est donc tout à fait inadaptée à la descente en rappel).

Redondance générale

Tous les éléments doivent, dans la mesure du possible, être doublés. Par exemple, fixer la corde à l'aide de deux mousquetons à vis (voir illustration). Pour la deuxième corde, utilisée pour l'assurage de la personne, il convient de choisir un ancrage distinct. Veillez impérativement à ce que les mousquetons soient bien vissés !

Chaleur de frottement

De la chaleur se dégage entre la corde et le descendeur. Selon la vitesse de descente, cette chaleur peut suffire à faire fondre la gaine de la corde. Une fois en bas, le descendeur doit être immédiatement détaché de la corde.

Matériel

Le matériel revêt une grande importance lors de la descente en rappel. Lorsque vous empruntez du matériel, veillez toujours à ce qu'il soit en bon état. Il faut savoir d'où provient le matériel et ce qu'il a déjà subi. Les chutes peuvent notamment provoquer des fissures invisibles sur la corde et les mousquetons. Si tel est le cas, il vaut mieux utiliser une autre corde ou un autre mousqueton.

- **Corde :**

Contrairement à l'escalade, où l'on utilise exclusivement des cordes d'escalade (cordes dynamiques), on peut également utiliser des cordes statiques pour la descente en rappel. Il ne faut pas descendre en rappel avec des cordes en chanvre.

- **Dispositif de descente en rappel :**

En règle générale, on descend à l'aide d'un descendeur en huit. Il existe également toute une gamme d'équipements spécialisés, qui ne conviennent toutefois aux enfants que dans une certaine mesure.

- **Mousquetons :**

Il convient d'utiliser exclusivement des mousquetons HMS (reconnaissables à leur forme en poire). De plus, les mousquetons doivent être équipés d'un système de verrouillage (verrouillage à vis, TwistLock, etc.)

- **Baudriers :**

Il est recommandé d'utiliser des baudriers. Veillez à emporter également des baudriers de petite taille pour les enfants.

- **Sangles**

Les sangles sont très résistantes et peuvent servir d'ancrage. En cas d'urgence, elles permettent également de fabriquer un « harnais de secours ».

Avancé

Voici quelques informations complémentaires sur la descente en rappel. Si vous recherchez des sensations fortes, essayez de descendre en rappel en surplomb, par exemple depuis une arête rocheuse ou une tour d'observation. Le plus difficile est de décoller les pieds du sol et de se laisser suspendre en toute liberté à la corde.

Attention : il nous est déjà arrivé qu'un enfant soit soudainement pris de panique. Cela peut alors signifier qu'un accompagnateur doit descendre en rappel jusqu'à cet enfant pour l'aider à redescendre avec lui. Il s'agit toutefois d'une exception.

Un enfant doit toujours descendre en rappel de son plein gré. Il arrive toutefois qu'il faille apaiser quelque peu la peur d'un enfant et l'encourager sans relâche à franchir le rebord. Il ne s'agit toutefois pas de contrainte ni de pression du groupe. N'oublie pas non plus qu'il existe des enfants qui ont le vertige. Dans ce cas, tous les efforts seront vains.

Encore un mot sur les harnais cuissiers. En escalade, les harnais dits « cuissiers » sont très répandus. Lors de la descente en rappel, il faut toutefois garder à l'esprit qu'il est possible de tomber (en cas de chute la tête la première). C'est pourquoi ces harnais de siège ne doivent être utilisés qu'en combinaison avec un harnais de poitrine. Attachez le harnais de poitrine et le harnais de siège ensemble à l'aide d'une cordelette (nœud en huit).

Sur le site Internet de la JS Henggart (www.jshenggart.ch.vu), tu trouveras dans la rubrique « Téléchargements » une courte vidéo sur la descente en rappel à télécharger. Cette vidéo présente quelques moments de l'un de ces après-midis passés avec les jeunes, entre ciel et terre.

Entre ciel et terre_YW_01

Fiche d'information du CAS

Descente en rappel[1]

Références

Contenu + image :

Forum Kind 1/04. Entre ciel et terre. Divers aspects techniques liés à la descente en rappel, pages 25 et 26 www.forum-kind.ch

Auteurs :

Andi Flückiger et Urs Bänninger, animation de groupes de jeunes FEG Henggart

Weitere Informationen

Categories
Technologie et activités de plein air

Tags
Descente en rappel
Sécurité
Instructions
Technique
corde

Vieux
13 à 16 ans

Nombre de participants
Aucune donnée disponible.

Bible
Cette information manque.

Durée
Aucune donnée disponible.

Terrain / environnement
forêt
prairie

Matériau
Beaucoup de travail

Téléchargement du fichier
Téléchargement de fichiers disponible

KI Generierter Inhalt
Contenu
Categories
Tags
Vieux
Nombre de participants
Bible
Durée
Terrain / environnement
Matériau

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/fr/wiki/art/entre-ciel-et-terre-descente-en-rappel