

# COMMUNIQUÉ DE PRESSE



Grenoble, le 30 novembre 2018

## Ouverture de la saison de ski 2018/2019 : Recommandations pour la pratique des sports de montagne

Le coup d'envoi de la saison de ski sera donné ce week-end dans certaines stations iséroises (Chamrousse, Les Deux Alpes et L'Alpe d'Huez), qui vont ouvrir leurs domaines de façon temporaire ou définitive, en raison de bonnes conditions d'enneigement. Les autres stations pourraient progressivement ouvrir les week-ends suivants.

C'est l'occasion de rappeler quelques **conseils de bonnes pratiques de sécurité des activités sportives en milieu de montagne**, afin que celles-ci restent un plaisir :

- **respectez la signalisation sur les pistes**, pour votre sécurité et celle des autres.
- **ne surestimez pas vos capacités** physiques et votre niveau technique, et en tous les cas, **pensez à vous échauffer** et à **porter les protections adaptées** en fonction de votre activité (lunettes, casque, ...)
- **ne skiez pas en hors-piste** sans vous renseigner auprès des professionnels de la montagne et sans être équipé du matériel adéquat
- êtes-vous bien **assuré** ? Les secours sur les domaines skiables sont en général payants. En cas d'accident, appelez les secours en composant le **112**.

Les pratiquants de la montagne, randonneurs à ski ou en raquettes notamment, sont également appelés à la vigilance.

Gardez à l'esprit que **les premières neiges peuvent être piégeuses** : restez prudents, et privilégiez toujours les circuits balisés.

Pour plus de conseils, téléchargez le memento prévention Hiver sur le site internet de la préfecture : [www.isere.gouv.fr/Politiques-publiques/Jeunesse-sports-et-vie-associative/Sports/Securite-et-pratiques-sportives/Memento-prevention-hiver](http://www.isere.gouv.fr/Politiques-publiques/Jeunesse-sports-et-vie-associative/Sports/Securite-et-pratiques-sportives/Memento-prevention-hiver)

### Contact presse :

Service communication de la Préfecture  
04 76 60 48 05

[pref-communication@isere.gouv.fr](mailto:pref-communication@isere.gouv.fr)

