

# Aide à la prise de décision relative au maintien, ou non, de la pratique d'activités physiques en milieu hivernal

## PREAMBULE

Sauf décision des autorités compétentes, l'autorisation d'une sortie scolaire sans nuitée relève du directeur d'école. Concernant le cas particulier d'une sortie hivernale en montagne, chacun se référera à la circulaire sur la pratique du ski et aux recommandations de la DASEN.

Ce document doit permettre d'éclairer le directeur d'école avant sa prise de décision. Il est établi selon les niveaux de vigilance définis par [Météo France](#).

Pour le Champ du Feu, les prévisions pour la commune de [Belmont](#) sont pertinentes, la force du vent est également précisée.

Pour la Forêt-Noire, le site du Langlauf Center de [Herrenwies](#) donne toutes les informations.

## VIGILANCE ROUGE

### Recommandations Météo France :

« Une vigilance absolue s'impose ; des phénomènes dangereux d'intensité exceptionnelle sont prévus ; tenez-vous régulièrement au courant de l'évolution de la situation et respectez impérativement les consignes de sécurité émises par les pouvoirs publics ».

- **Pas de sortie**

## VIGILANCE ORANGE

### Recommandations Météo France :

« Soyez très vigilant ; des phénomènes dangereux sont prévus ; tenez-vous au courant de l'évolution de la situation et suivez les conseils de sécurité émis par les pouvoirs publics ».

### Recommandations Ministère de l'écologie, du développement durable et de l'énergie :

« Evitez de prendre la route, différez tous les déplacements non indispensables ».

1. Le préfet peut interdire les transports scolaires : ➤ **pas de sorties.**
2. Sans interdiction préfectorale : ➤ **éviter les sorties.**

## VIGILANCE JAUNE

### Recommandations Météo France :

« Soyez attentif si vous pratiquez des activités sensibles au risque météorologique ou à proximité d'un rivage ou d'un cours d'eau ; des phénomènes habituels dans la région mais occasionnellement et localement dangereux (ex. mistral, orage d'été, montée des eaux, fortes vagues submergeant le littoral) sont en effet prévus ; tenez vous au courant de l'évolution de la situation ».

- **Se conformer aux recommandations pour la pratique du ski par les élèves et à la circulaire départementale ski ; consulter les points d'attention suivants**
  - **Froid : voir le tableau des températures ressenties en annexe 1 (Facteur de Wind Chill).**
  - **Vent : voir l'échelle de Beaufort en annexe 2.**
  - **Précipitations et état des routes : voir les ressources en annexe 3.**

## VIGILANCE VERTE

### Recommandations Météo France :

« Pas de vigilance particulière ».

- **Se conformer aux recommandations pour la pratique du ski par les élèves et à la circulaire départementale ski.**

## ANNEXE 1 : recommandations liées à la température ressentie selon le vent (facteur de Wind Chill)

Le corps humain produit et perd continuellement de la chaleur. Nous souffrons du froid lorsque notre corps perd plus de chaleur qu'il n'en produit. Le vent augmente la perte de chaleur. La rapidité avec laquelle la chaleur se perd augmente proportionnellement à la vitesse du vent.

Le facteur de refroidissement éolien (Wind Chill factor) permet d'estimer la chute de température ressentie en fonction du vent.

Ainsi, par -20 °C et avec un vent de 50 km/h, l'indice de refroidissement éolien traduit donc une température ressentie de -35°C. Les échanges thermiques au niveau de la peau et des vêtements sont amplifiés et accentuent les dommages du froid. Il y a alors un risque de gelure grave si la peau est exposée pendant plus de 10 minutes.

Tableau des températures ressenties

Vitesse du vent	Température de l'air												
	4 °C	2 °C	0 °C	-2 °C	-4 °C	-6 °C	-8 °C	-10 °C	-12 °C	-14 °C	-16 °C	-18 °C	-20 °C
5 km/h	3 °C	1 °C	-2 °C	-5 °C	-7 °C	-9 °C	-11 °C	-13 °C	-16 °C	-19 °C	-20 °C	-23 °C	-25 °C
10 km/h	2 °C	0 °C	-3 °C	-6 °C	-8 °C	-10 °C	-13 °C	-15 °C	-18 °C	-20 °C	-22 °C	-25 °C	-27 °C
15 km/h	1 °C	-1 °C	-4 °C	-7 °C	-9 °C	-12 °C	-14 °C	-17 °C	-19 °C	-22 °C	-24 °C	-27 °C	-29 °C
20 km/h	0 °C	-2 °C	-5 °C	-8 °C	-10 °C	-13 °C	-15 °C	-18 °C	-20 °C	-23 °C	-25 °C	-28 °C	-30 °C
25 km/h	0 °C	-3 °C	-6 °C	-8 °C	-11 °C	-14 °C	-16 °C	-19 °C	-21 °C	-24 °C	-26 °C	-29 °C	-32 °C
30 km/h	-1 °C	-3 °C	-6 °C	-9 °C	-12 °C	-14 °C	-17 °C	-20 °C	-22 °C	-25 °C	-27 °C	-30 °C	-33 °C
35 km/h	-1 °C	-4 °C	-7 °C	-10 °C	-12 °C	-15 °C	-18 °C	-20 °C	-23 °C	-25 °C	-28 °C	-31 °C	-33 °C
40 km/h	-2 °C	-4 °C	-7 °C	-10 °C	-13 °C	-15 °C	-18 °C	-21 °C	-23 °C	-26 °C	-29 °C	-31 °C	-34 °C
45 km/h	-2 °C	-5 °C	-8 °C	-10 °C	-13 °C	-16 °C	-19 °C	-21 °C	-24 °C	-27 °C	-29 °C	-32 °C	-35 °C
50 km/h	-3 °C	-5 °C	-8 °C	-11 °C	-14 °C	-16 °C	-19 °C	-22 °C	-24 °C	-27 °C	-30 °C	-33 °C	-35 °C
55 km/h	-3 °C	-6 °C	-8 °C	-11 °C	-14 °C	-17 °C	-19 °C	-22 °C	-25 °C	-28 °C	-30 °C	-33 °C	-36 °C
60 km/h	-3 °C	-6 °C	-9 °C	-12 °C	-14 °C	-17 °C	-20 °C	-23 °C	-25 °C	-28 °C	-31 °C	-34 °C	-36 °C

### Conséquences sur l'organisme

Windchill 0 à -9°C	Le refroidissement augmente un peu l'inconfort. S'habiller chaudement.
Windchill -10 à -24°C	La peau nue exposée ressent le froid, risque d'hypothermie si l'exposition est de longue période et sans protection. Porter plusieurs couches de vêtements, un chapeau et des gants.
Windchill -25 à -44°C	Risque de gel de la peau (gelure grave). Surveiller tout engourdissement ou blanchiment de la figure, des doigts, des oreilles et du nez. Risque d'hypothermie si l'exposition est de longue période et sans protection. Porter plusieurs couches de vêtements, un chapeau et des gants. Couvrir les parties exposées, notamment le visage.

### ➤ Conseils :

- Tout vêtement protecteur préservera la peau du vent et des intempéries. Des vêtements propres, secs et correctement ajustés protègent mieux que des vêtements trop serrés ou des bottes imprégnées de sueur. La perte de chaleur est aussi grande dans des vêtements mouillés que lorsque la peau nue est exposée.
- Bien vérifier l'équipement individuel des élèves, combinaison et collants sont à conseiller.
- Prévoir des gants de rechange dans le sac à dos des accompagnateurs.
- Recouvrir systématiquement toutes les parties découvertes, particulièrement le visage (masque, cagoule, écharpe, bandana..), et les mains avant tout.
- Eviter de superposer plusieurs paires de chaussettes, elles empêchent le sang de circuler et refroidissent le pied.
- Boire chaud et sucré.
- Penser à l'alimentation (barres de céréales à avoir sur soi).
- Diminuer la durée de la séance.

**ANNEXE 2 : recommandations liées au vent (échelle de Beaufort)**

**Rappel : le vent est un facteur aggravant lorsque les températures sont basses (voir le facteur Wind Chill).**

**Echelle de Beaufort**

Force	Termes	Vitesse en nœuds	Vitesse en km/h	Effets observés
0	calme	moins de 1	moins de 1	La fumée monte verticalement. Les feuilles des arbres ne témoignent aucun mouvement.
1	très légère brise	1 à 3	1 à 5 km/h	La fumée indique la direction du vent. Les girouettes ne s'orientent pas.
2	légère brise	4 à 6	6 à 11 km/h	On sent le vent sur le visage. Les feuilles s'agitent. Les girouettes s'orientent.
3	petite brise	7 à 10	12 à 19 km/h	Les drapeaux flottent au vent. Les feuilles sont sans cesse en mouvement.
4	jolie brise	11 à 16	20 à 28 km/h	Les poussières s'envolent. Les petites branches plient.
5	bonne brise	17 à 21	29 à 38 km/h	Le tronc des arbustes et arbrisseaux en feuilles balance. La cime de tous les arbres est agitée.
6	vent frais	22 à 27	39 à 49 km/h	On entend siffler le vent. Les branches de large diamètre s'agitent. Les parapluies sont susceptibles de se retourner.
7	grand vent frais	28 à 33	50 à 61 km/h	Tous les arbres balancent. La marche contre le vent devient difficile.
8	coup de vent	34 à 40	62 à 74 km/h	Les branches sont susceptibles de casser. La marche contre le vent est très difficile, voire impossible
9	fort coup de vent	41 à 47	75 à 88 km/h	Le vent peut légèrement endommager les bâtiments : envols de tuiles, d'ardoises, chutes de cheminées.
10	tempête	48 à 55	89 à 102 km/h	Dégâts conséquents aux bâtiments. Les toits sont susceptibles de s'envoler. Certains arbres sont déracinés.
11	violente tempête	56 à 63	103 à 117 km/h	Ravages étendus et importants.

**➤ Conseils :**

- Etre en mouvement pour ne pas avoir froid.
- Donner des consignes courtes et claires suivies de la mise en action de tout le groupe.
- Ne pas s'exposer au vent surtout s'il souffle du nord : s'abriter du vent en lisière de forêt par exemple.
- Lors des regroupements (très brefs), demander aux élèves de se placer vent dans le dos et éviter de les faire attendre dans des zones particulièrement exposées.

## ANNEXE 3 : recommandations liées aux précipitations et à l'état des routes

### ➤ Conseils :

- Se conformer aux recommandations pour la pratique du ski par les élèves et à la circulaire départementale ski.
- Se rapprocher de la compagnie de transport pour connaître l'état des routes et une éventuelle interdiction préfectorale de circulation.
- Consulter le site du Champ du Feu (page [Accès](#)).
- Consulter le site du Conseil Général du Bas-Rhin ([www.inforoute67.fr](http://www.inforoute67.fr)) ou du [Langlauf Center](#) de Herrenwies (Forêt-Noire).
- Conserver le numéro de téléphone du chauffeur pour anticiper le retour vers l'école en cas de dégradation subite.



Cartes issues du site [www.inforoute67.fr](http://www.inforoute67.fr).

#### En rouge : service intensif

De jour, route normale pouvant devenir délicate.

#### En vert : service matinal

De jour, route délicate pouvant devenir difficile.

#### En bleu : service allégé la nuit

De jour, route normale pouvant devenir délicate.

Routes non colorées : service matinal **après** les autres services

De jour, route délicate pouvant devenir difficile voire très difficile sur certains itinéraires.