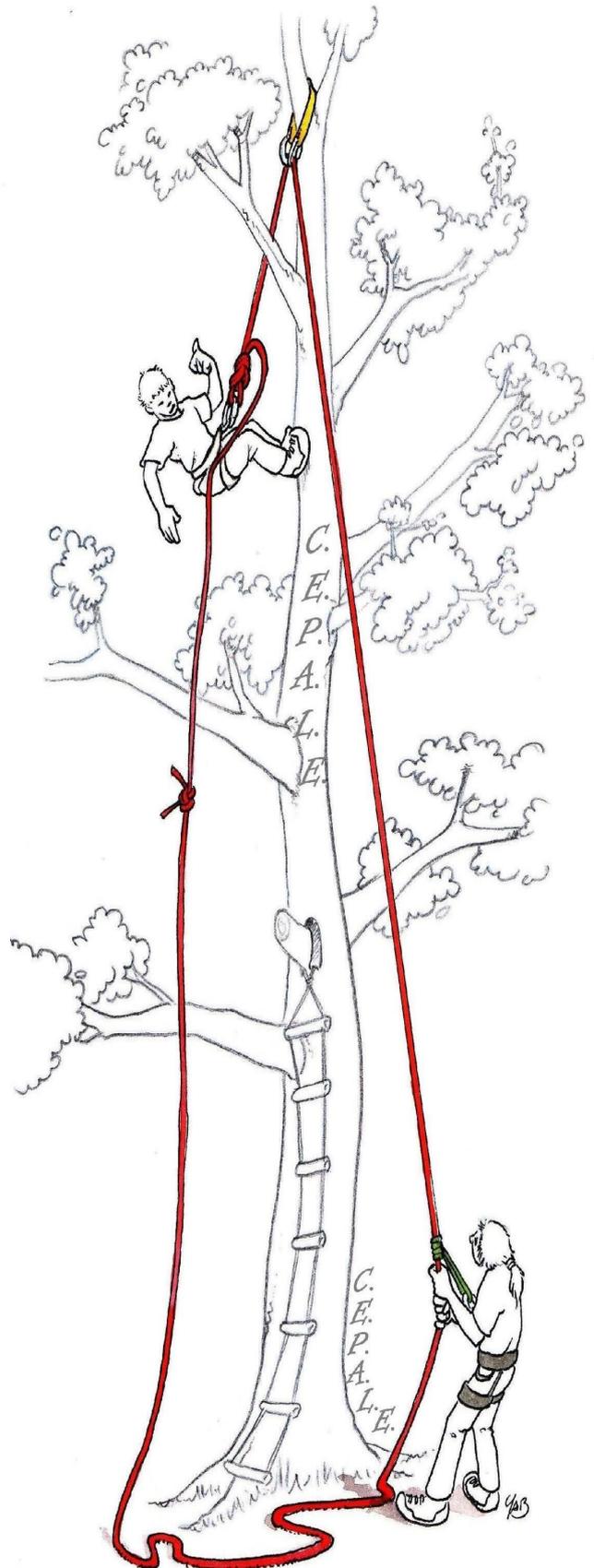
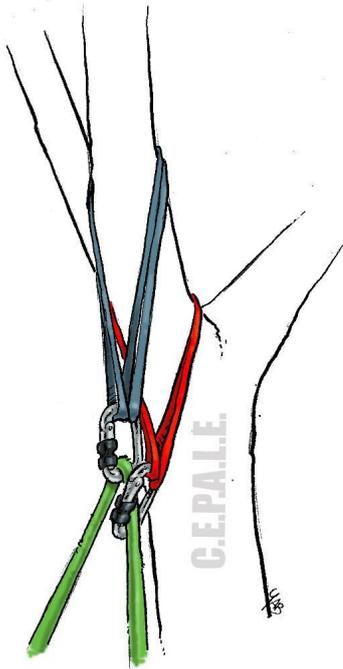


# La Moulinette



## Descriptif de l'atelier

La moulinette est un atelier qui se pratique à deux : le grimpeur et l'assureur. Le chemin de la corde est déterminé par l'EGA. Il définit la voie d'accès au sommet pour le grimpeur et la position de l'assureur. Le grimpeur peut accéder à la cime en grimpant de branche en branche. Au sol, l'assureur est chargé de maintenir la corde tendue : il est garant de la sécurité. Cet atelier permet de développer la confiance en l'autre, du grimpeur à l'assureur.

## Contenus techniques

### **Matériel :**

- Votre corde de travail. Votre EPI complet.

### Et pour chaque atelier moulinette

- Une corde et son dispositif d'ancrage.
- Une sangle et un mousqueton pour le double-ancrage.
- Une estrope pour faire le nœud autobloquant.
- Un (Des) mousqueton(s) "trois mouvements"
- Une échelle de corde si nécessaire (pour l'accès aux premières branches).

### **Installation :**

#### Durée :

En moyenne, l'installation d'une moulinette peut être réalisée en une demi-heure.

#### Chronologie :

- Choisir l'arbre à équiper en fonction de son architecture, du public concerné, etc...
- Envisager quels seront les côtés 'grimpeur' et assureur. C'est ce que l'on nomme la "lecture de l'arbre".
- Préparer le matériel nécessaire : cordes, sangles, mousquetons, échelles.
- Accéder à la cime de l'arbre (grimpe en alternance / foot-lock).
- Au cours de l'ascension, penser à accrocher l'échelle de manière temporaire à la deuxième branche.
- Installer sa corde de travail.
- Choisir l'emplacement de l'ancrage (en fonction des chemins envisagés pour le passage de la corde) et celui du double ancrage.

- En cas d'utilisation d'une fausse fourche, comme dispositif d'ancrage, le gros anneau se trouve du côté du chemin de grimpe et le petit du côté de l'assureur. (**GRRR**os anneau = **GRRR**impeur)
- Faire passer la corde du grimpeur entre les branches de manière à éviter tout frottement.
- Faire passer la corde d'assurance de manière à éviter tout frottement en prévoyant que l'assureur ne soit placé ni trop près ni trop loin du tronc, à un endroit suffisamment dégagé. Ce dernier doit également être en capacité de communiquer avec le grimpeur.
- S'assurer que les deux extrémités de la corde touchent le sol, par contrôle visuel, ou en demandant à une personne au sol.
- Lors de la descente, rectifier des chemins de corde si nécessaire.
- Positionner l'échelle de façon à ce que la sortie soit relativement aisée (dernier barreau au-dessus de la branche d'accueil).
- Au sol, il faut « boucler » la moulinette en faisant un nœud de pêcheur double avec les deux extrémités de corde (permet le secours sur l'atelier, indique son chemin au grimpeur et évite les fausses routes).
- Confectionner, côté grimpeur, à  $\approx 1,50$  mètre au-dessus de la jonction, un nœud de double huit, et côté assureur, un nœud autobloquant.
- Vérification du bon fonctionnement des ateliers (pas de frottements, bon coulissement...).
- Rangement du matériel pour une bonne présentation.

## Présentation de l'atelier

### Accueil

- Présentation des animateurs.
- Présentation du site et du périmètre de sécurité.

### Prévention

- Les cheveux doivent être attachés.
- Pas de chewing-gum, ni bijoux, ni cigarette...
- Les poches doivent être vidées
- Mise en garde sur les dangers du balancement.

### Baudrier

- Présentation : boucles, résistance, porte-bagages, pipi...
- On évite de marcher sur les sangles de cuisse.
- Vêtements à l'intérieur du baudrier (attention aux vêtements épais).
- Vérifications : réglage des sangles, serrage au-dessus du bassin...

## Mousqueton

- Présentation : résistance, ouverture et fermeture...
- Distribution : « le mousqueton reste sur l'anneau central durant toute l'activité »

## Corde

- Présentation : résistance, aller-retour d'une même corde.
- On évite de marcher sur la corde.

## Le grimpeur

- Présentation du nœud de Huit.
- Il accroche son mousqueton dans la boucle du nœud de Huit.

## L'assureur

- Présentation du nœud de Prusik.
- Il accroche son mousqueton dans la grande boucle du nœud autobloquant.

## Contrôle

- Chacun vérifie qu'il est bien connecté à la corde à la boucle de son nœud (contrôle individuel).
- Chacun vérifie que l'autre est bien connecté à la corde à la boucle de son nœud (double contrôle).

## Technique d'assurance

(L'assureur est celui sur qui repose toute la sécurité de l'atelier. Cette étape est donc une clé importante de sa réussite).

- L'assureur garde les mains en dessous du nœud autobloquant.
- Il tire la corde vers le bas, il monte le nœud vers le haut...etc...etc... en restant debout sur ces jambes
- La corde doit toujours être tendue.
- Insister sur sa position stable.
- Le grimpeur ne commence à grimper que lorsque la corde est tendue. Il peut s'en assurer en vérifiant que son nœud de huit est devant son torse.
- Présentation de la technique du grimper à l'échelle.

**Test de sécurité ou de confiance** en haut de l'échelle (3-4 m)

- L'assureur monte le système autobloquant du nœud de Prusik au maximum (frein à main).
- Les pieds restent plantés dans le sol.

- Le grimpeur s'assoit tranquillement et confortablement dans son baudrier et se laisse suspendre en lâchant le tronc et les branches.

## **Grimper**

- Le grimpeur suit le chemin de corde.
- En aucun cas il n'ouvre son mousqueton.
- Il n'utilise pas la corde pour grimper.
- Pour plus d'aisance, il ne doit pas hésiter pas à s'éloigner du tronc, à reculer sur les grosses branches, tout en faisant attention à ne pas peser sur les branches fragiles...

**La cime de l'arbre est en option ... à chacun son sommet !**

## **Descente**

### Du côté de l'assureur

- L'assureur tend la corde au maximum (Sec !) et réalise un "frein à main" en remontant la corde sur le nœud autobloquant et en immobilisant le tout avec la main.
- Il ne fait rien tant qu'il ne sent pas le poids du grimpeur au bout de la corde : « Assieds-toi dans ton baudrier, j'ai mis le frein ! »
- Il garde toujours une main sous le nœud autobloquant en effectuant un angle droit avec la corde (on parle du "L" ou du "J").
- Il met l'autre main sur le nœud autobloquant et appuie dessus.
- Il contrôle la vitesse de la descente : lentement !
- Si le nœud ne bloque pas assez, il bloque la corde en relevant la partie sous le nœud autobloquant (CF Frein à main). On passe ainsi de la position "L" ou "J" à celle du "U".

### Du côté du grimpeur

- Le grimpeur s'assoit dans son baudrier
- Il se laisse descendre par l'assureur.
- Il ne désescalade pas.
- Il est assis confortablement dans son baudrier, face à l'arbre, les pieds contre le tronc.
- Il garde les mains libres et se faufile entre les branches.
- Il reprend le même itinéraire que celui de la montée.

## **Retour au sol**

- Une fois les deux pieds du grimpeur au sol, l'assureur donne du mou, pour lui permettre de se décrocher, d'inverser les rôles ou de changer d'arbre.

## **Vérification des consignes**

- Il est possible de refaire faire une démo rapide par 2 participants...

- La première demi-heure, il est primordial d'être très vigilant et de vérifier l'application des consignes de sécurité.
- Il faut insister sur le fait que si le participant ne sait plus comment faire, l'EGA est là pour rappeler et montrer les consignes.

## **Consignes spécifiques liées à la sécurité de l'atelier**

La difficulté de la conduite de cet atelier réside dans le fait que l'on peut avoir jusqu'à 4 arbres équipés, accueillant chacun un binôme de participants.

Il est donc primordial pour l'EGA de choisir un poste d'observation qui lui permette de voir tous les assureurs en même temps. Il y a donc trois règles à suivre pour assurer la sécurité de l'atelier dans des conditions optimales :

- Choisir un groupe d'arbres suffisamment proches et sur un terrain dégagé pour que l'EGA ne soit pas gêné dans sa fonction et puisse avoir tous les postes d'assureur en même temps dans son champ de vision. S'il doit se déplacer au cours de l'animation, il doit veiller à pouvoir le faire en ayant toujours à l'œil l'ensemble des assureurs.
- Les mêmes règles s'appliquent s'il doit intervenir auprès d'un participant.
- Dans le cas où les deux précédents points ne pourraient pas être respectés, l'EGA doit demander à tous les participants de bloquer l'activité (les grimpeurs stoppent leur ascension ; les assureurs effectuent un frein à main), le temps pour lui de résoudre le problème.

## **Remarques**

### **La place de l'atelier dans une animation.**

#### Intérêt de l'atelier

La moulinette est un atelier souvent dit « sensoriel » basé sur la confiance en l'autre. La moulinette présente un intérêt dans la mise en confiance du grimpeur, vis-à-vis de lui-même, de son assureur et du matériel. Il peut être proposé pour tout public (enfants, adultes, événement grand public...)

C'est un moyen d'accéder à un poste d'observation inhabituel, tant pour un public en découverte que pour un public averti (de la classe verte au groupe de scientifiques).

#### Variantes

Afin de développer un peu plus ses sens, cet atelier peut être proposé les yeux bandés ou pieds nus.

Ce « voyage à la cime » s'enrichira des apports complémentaires de l'EGA qui l'anime. Les approches peuvent être très variées (naturaliste, artistique, sensorielle, contemplative, etc...).