

# **Cinquième colloque de Médecine de Montagne et d'Aventure**

**Du Mercredi 22 janvier au Dimanche 26 janvier 2020**

**Au centre de Villégiature de Jouvence**

Ce cinquième colloque a permis de réunir à nouveau Québécois Suisses et Français autour d'une passion commune, la médecine de montagne et d'aventure.

Un programme complet, varié, avec des présentateurs qui se sont énormément impliqués, permettant de répondre à nos attentes sur les dernières recommandations de prise en charge, les astuces et conseils pour améliorer notre pratique.

Un large panel de sujets, plus ou moins généraux ont été abordés : Traumatismes, prise en charge de la douleur, hypnose. Hypothermie, gelures, médecine d'expédition... La liste est loin d'être exhaustive. Des présentations de physiopathologie faisaient également partie du programme : altitude, ultra trail...

Deux présentations avaient lieu au même moment dans deux salles différentes, avec une orientation soit plutôt médicale soit plutôt préhospitalière, permettant à chacun de faire son choix selon ses préférences et interrogations.

Des mini-ateliers, pratiques étaient organisés l'après-midi pour tenter de rassasier notre soif de savoir : Techniques de survie, d'immobilisation, Soins en milieux éloignés, Soins de plaies et pansements, Hypnose, Recherche D.V.A, Progression sur Glacier et secours en crevasse.

Le tout dans une ambiance chaleureuse et conviviale, propice aux échanges d'expériences et de pratiques, enrichissants. D'inoubliables instants ludiques, tel le traditionnel tournoi de balai ballon, le Raid d'Aventure et la soirée de gala, ont resserrés les liens déjà présents entre les protagonistes de divers horizons et ont sublimé ce colloque, qui a tenu toutes ses promesses.

Nous sommes d'ores et déjà dans l'expectative du prochain Colloque, en France cette fois ci.