



# RÈGLE PRATIQUE

« I AM SAFE. . . »



JANVIER 2022

Nous utilisons tous des acronymes dans notre vie aéronautique, à commencer par les plus anciens d'entre nous qui ont appris à utiliser le très célèbre « ACHEVER ».

Force est de constater que nombre d'entre eux nous viennent des Etats Unis tels que ARROW (Vérification des documents) ou CAN WE (Préparation du vol).

Nous avons aussi GAFOR désormais remplacé par AROME, Applications de la Recherche à l'Opérationnel à Mésos-Echelle (<http://www.meteofrance.fr/prevoir-le-temps/la-precision-du-temps/le-modele-a-maille-fine-arome>)

Quant à nous, pour garder à l'esprit les basiques fondamentaux du pilotage, une affiche de la Commission Formation vous recommande de **Faire appel au PNC**.

Dans le cadre de la préparation de vos vols, figure l'acronyme I'M SAFE, littéralement SUIZ-JE EN SECURITE POUR ENTREPRENDRE MON VOL ? Autrement dit, suis-je APTE à entreprendre un vol. La connaissance de soi est donc fondamentale. Posez-vous les 6 questions qui correspondent aux 6 lettres de l'acronyme et qui concernent votre état physique avant le vol !

## Question n° 1 : Impératifs / Incertitudes

- ✘ Ai-je des obligations après vol qui peuvent peser sur mes décisions en vol ? (Objectif destination)
- ✘ De quelles incertitudes dois-je tenir compte (Marges horaires ...)

## Question n° 2 : Maladie / Médicaments

- ✘ Suis-je malade ou en passe de l'être ? Une conséquence COVID ?
- ✘ Ai-je pris des médicaments ou un traitement qui peuvent influencer sur mon aptitude à réaliser le vol projeté, quels effets secondaires ?

## Question n° 3 : Soucis / Stress

- ✘ Ai-je des soucis personnels et/ou professionnels susceptibles de réduire ma vigilance et/ou ma disponibilité ?

## Question n° 4 : Alimentation / Alcool

- ✘ Ai-je suffisamment mangé aujourd'hui ?
- ✘ Ai-je prévu un en-cas (Nourriture et boisson) me permettant de lutter efficacement contre l'hypoglycémie et la déshydratation ?
- ✘ Ai-je consommé des boissons alcoolisées ?

## Question n° 5 : Forme / Fatigue

- ✘ Suis-je suffisamment en forme pour réaliser le vol projeté ?
- ✘ Comment prendre en compte la fatigue en cours de vol si l'étape est longue, si une charge de travail élevée est prévue ou bien si les conditions de vol s'annoncent difficiles (Météo, chaleur, etc ...) ?

## Question n° 6 : Expérience / Erreurs

- ✘ Mon expérience totale, récente et sur la machine est-elle suffisante ?
- ✘ Quelles erreurs particulières suis-je susceptible de commettre aujourd'hui ?

## **En conclusion ?**

- ✔ Votre première préoccupation avant d'envisager un vol est de vous poser les questions sur votre état de forme et I'M SAFE est fait pour vous y aider. Ces questions permettent de préparer une mesure à adopter face à une menace identifiée par vous-même !
- ✔ Il ne sert à rien de partir en vol si votre état de forme n'est pas satisfaisant et il vous revient de prendre la décision d'annuler et de reporter votre vol.
- ✔ Ces éléments de sécurité figurent dans le Mémo du pilote VFR de la FFA dont vous serez destinataire avec votre licence 2022 et que vous pouvez retrouver [ICI](#).

Bons vols !

La Commission Formation FFA, en collaboration avec la Commission Prévention Sécurité.