



Bonjour à tous

Voici en quelques lignes la présentation de nos formations :

- PSE 1, BNSSA,
- PSE 2
- Le SSA « littoral » et son maintien des acquis

A) Le Premiers Secours en Equipe de niveau 1 (PSE 1) :

Condition d'accès : être âgé de 16 ans

Pour être secouriste, il est nécessaire d'être titulaire de l'unité d'enseignement « premiers secours en équipe de niveau 1 ». Cette personne constitue le premier échelon opérationnel participant au secours à personnes. Le secouriste est formé et entraîné à la prise en charge de victimes d'un accident, d'un malaise ou d'une aggravation brutale d'une maladie. Pour se faire, il va intervenir seul ou en équipe, avec ou sans matériel, afin de réaliser les gestes de premiers secours qui s'imposent pour l'intégrité de la victime, et si nécessaire en attendant l'arrivée d'une équipe de secours à personnes (pompiers, etc.).

Cependant dans son rôle de témoin, le citoyen ne constitue que le premier maillon de la chaîne de survie. Immédiatement renforcé par l'échelon supérieur, le secouriste doit porter assistance à une victime en détresse, en mettant en exergue ses compétences et éventuellement le matériel mis à sa disposition.

Contrôle des connaissances :

Pas d'examen lors de cette formation vous êtes évalués tout au long de la formation par les formateurs

Le **PSE 1** est **pré requis obligatoire** afin de préparer et présenter :

- le Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique (BNSSA)
- LE BPJEPSAAN (anciennement le BEESAN)
- LE BP SURF (anciennement BE SURF)
- Certains BP à visée sportive

Formation organisée sur 4.5 jours et composée de plusieurs parties :

<u>1</u> Protection et sécurité	<u>10</u> La perte de connaissance
<u>2</u> Hygiène et Asepsie	<u>11</u> L'arrêt cardiaque et la noyade
<u>3</u> Les différents bilans	<u>12</u> Les malaises et aggravation des maladies
<u>4</u> Obstruction totale et partielle des voies aériennes	<u>13</u> Les brûlures
<u>6</u> Les hémorragies externes et autres	<u>14</u> Les plaies
<u>7</u> Les détresses circulatoires	<u>15</u> Les traumatismes du cou, du dos et des membres
<u>8</u> Les détresses neurologiques	<u>16</u> Relevages et brancardage
<u>9</u> Les détresses respiratoires	Mise en situation de fin de formation

Formations assurées par des moniteurs et instructeurs de secourisme qui ont une grande expérience de terrain (tous MNS l'été)

Durée de la formation : 39 heures

Dates proposées :

- Le 1.2.3.8.9 et 10 février 2019 (lieu SEIGNOSSE). Le 1^{er} et 8 février 2019 cours de 19 h à 22 h (sous réserve de modification).
- Le 5. 6.7.12.13 et 14 avril 2019. Le 5 et 12 avril 2019 cours de 19 h à 22 h (sous réserve de modification).
- Du 24 au 28 juin 2019 à SEIGNOSSE
- Du 23 au 27 septembre 2019 à LABENNE
- Du 21 au 25 octobre 2019 à LABENNE



- Ces dates sont des prévisions, toutes modifications seront sur notre site : www.sudouestsecourisme.com onglet « Calendrier »

Coût de la formation 240 € La formation peut être payée en plusieurs fois (nous consulter)

Un minimum de 8 candidats est demandé pour maintenir cette formation

En fin de formation PSE 1 on vous remet :

- Le certificat de compétences PSE 1 si le candidat atteint tous les objectifs (ou envoyé sous 15 jours),
- un livret de secourisme résumant la formation (avec photos et justificatifs),
- un Pocket Mask
- une protection faciale pour la pratique du bouche à bouche en toute sécurité.

Lieu de la formation : centre sportif Maurice Ravailhe (anciennement Hall des sports) salle du 1^{er} étage, avenue du parc des sports à Seignosse bourg ou centre Danielle CASANOVA 2 promenades des Pyrénées à LABENNE OCEAN (sous réserve de modification)

B) Le Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique (BNSSA).

Conditions d'accès

- Etre titulaire du PSE 1
- Etre âgé de 17 ans
- Être apte physiquement (certificat médical obligatoire)

Compétences : Le titulaire du BNSSA peut assurer la surveillance des baignades en centre de vacances et de loisirs (surveillance des baignades en centre aéré, colonie de vacances) des baignades ouvertes gratuitement au public et réglementairement autorisées (plages, rivières, et lacs surveillés) et dans les piscines d'accès payant sous certaines conditions. Le titulaire du BNSSA obtient par équivalence la 3^{ème} partie (le spécifique) pour la délivrance du « **BAFA** »

Le BNSSA est organisé à la piscine AYGUEBLUE à St Geours de Marenne (40) ou / et au chalet « BAKEA » à SEIGNOSSE d'une durée d'une semaine du samedi 16 au 22 février 2019.

Examen prévu normalement le lundi 25 février à la piscine de MONT DE MARSAN.

Une autre formation BNSSA est prévue du 15 au 21 avril 2019 avec un examen à la piscine de DAX le lundi 29 avril 2019

- Ces dates sont des prévisions, toutes modifications seront sur notre site : www.sudouestsecourisme.com onglet « Calendrier »

D'autres d'examen sont prévus par la préfecture des Landes

L'association met à disposition un micro onde pour le déjeuner

La présence des candidats est obligatoire sur toutes les séances d'entraînements et cours de réglementation.

Journée type : entraînement aquatique de 7 h 00 à 9 h 00 et de 12 h 30 à 14 h 00

Réglementation ou secourisme : 9 h 15 à 11 h 15 et de 14 h 15 à 16 h 15

Des tests de présélection POUR PARTICIPER A LA SESSION de février seront organisés pour les



futurs BNSSA à la piscine au chalet « BAKEA » à SEIGNOSSE afin d'évaluer votre aptitude à suivre la semaine de préparation :

- **DATE : le dimanche 20 janvier 2019 de 9 h à 10 h**
 - **pour la formation du mois d'avril normalement dimanche 31 mars 2018.**
- ✓ 200 Mètres NL (Crawl) sans arrêt, (temps souhaité 3' à 3 '15)
 - ✓ 2 apnées de 15 m
 - ✓ Remorquage du mannequin en rétro-pédalage ou jambes de brasses
Ces 3 épreuves se font sans palmes.
 - ✓ 50 m en palmes, masque et tuba afin de vérifier l'efficacité de votre matériel.

Coût de la formation BNSSA : 360 €

La formation peut être payée en plusieurs fois (nous consulter)

Un chèque de 30 euros vous sera demandé en plus de la formation BNSSA.

Ce chèque sera encaissé dès l'obtention du BNSSA afin d'avoir une responsabilité civile et une défense pénale professionnelles. Cette adhésion FNMNS **est valable pour 12 mois**. Ce chèque sera détruit si vous n'obtenez pas votre BNSSA.

Cette adhésion vous permet de bénéficier de conseils, renseignements, de la mise à disposition d'un avocat pénaliste dans le droit des baignades afin de vous aider dans tous les problèmes notamment lors de noyade, contrat de travail, matériel mis à disposition non conforme, etc.
Cette adhésion est obligatoire en cas de réussite.

Une information vous sera faite lors de votre formation BNSSA sur les avantages d'adhérer à la Fédération Nationale des Métiers de la Natation et du Sport



Un minimum de 8 candidats est demandé pour maintenir cette formation

POUR LES PERSONNES QUI PASSENT LE PSE 1 et le BNSSA Coût total 560 €

Nota bene : les formations sont assurées par des moniteurs ou instructeurs de secourisme et du BNSSA qui ont une grande expérience de terrain (tous MNS l'été). Entraînements aquatiques encadrés par des BEESAN

Pour les personnes désireuses de travailler sur la côte Aquitaine le PSE 2 est obligatoire

Les épreuves de l'examen BNSSA

Epreuve n° 1 :

Elle consiste en un parcours de sauvetage aquatique en continu de 100 mètres, en bassin de natation, comprenant :

— un départ du bord du bassin ou d'un plot de départ, suivi de 25 mètres nage libre en surface avec parcours de 25 mètres, comprenant chacun 15 mètres en immersion complète sur un trajet défini (matérialisé au fond et sur les bords), puis d'une plongée suivie de la recherche d'un mannequin qui repose au fond de la piscine ; le candidat remonte le mannequin en surface, puis le remorque sur 25 mètres, visage hors de l'eau.

Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve, dans les conditions prescrites ci-dessus, en moins de :

— 2 minutes et 40 secondes inclus, lors de l'examen ;

— 3 minutes, lors de la vérification de maintien des acquis.

Un délai minimum de 10 minutes de récupération doit être laissé au candidat avant de prendre part à une autre épreuve.

Epreuve n° 2 :



Elle consiste en un parcours de sauvetage avec palmes, masque et tubas, en continu de 250 mètres, en bassin de natation :

- le candidat parcourt 200 mètres en palmes, masques et tuba en touchant le mur à chaque virage. A la fin du parcours de nage, il doit effectuer une immersion pour rechercher un mannequin situé à 5 mètres maximum du bord du bassin. - le candidat remonte le mannequin dans la zone des cinq mètres. Il le remorque sur le reste de la distance du parcours. Le candidat peut ne plus utiliser le masque et tuba ;

Pour être déclaré apte, le candidat doit réaliser l'épreuve en moins de 4 minutes et 20 secondes inclus.

Un délai minimum de 10 minutes de récupération doit être laissé au candidat avant de prendre part à une autre épreuve.

Epreuve n° 3 :

Elle consiste à porter secours à une personne en milieu aquatique comprenant :

- Le sauvetage d'une personne qui simule une situation de détresse se situant à 15 mètres au moins et 25 mètres au plus du bord ;
- la victime saisit le sauveteur de face ; après s'être dégagé de la situation, le sauveteur transporte la victime vers le bord en sécurité ; pendant le parcours le sauveteur rassure la victime ;
- le sauveteur sort la victime de l'eau sans utiliser les échelles ou tout autre moyen matériel ;
- après avoir sécurisé la victime, le candidat effectue une vérification des fonctions vitales et ensuite, il explique succinctement sa démarche.

Le candidat effectue l'épreuve en short et tee-shirt. Le port d'une combinaison, lunettes de piscine, masque, pince nez ou tout autre matériel n'est pas autorisé.

Pour être déclaré apte, le candidat doit réaliser correctement l'ensemble de l'épreuve.

Epreuve n° 4 :

Elle consiste en un questionnaire à choix multiple (QCM) d'une durée maximale de 45 minutes durant lequel les questions posées doivent permettre d'appréhender les connaissances du candidat dans les domaines réglementaires et pratiques, faisant l'objet de diverses réglementations édictées par plusieurs départements ministériels.

Le QCM est composé d'un ensemble de quarante items portant sur les domaines suivants :

- ✓ Secourisme / Aspects juridiques et réglementaires concernant la sécurité et le sauvetage aquatique
- ✓ Textes sur l'organisation et la sécurité des lieux de baignade / Signalisation d'un poste de secours ;
- ✓ Signalisation des aides et matérialisation des lieux de baignade / Balisage ;
- ✓ Règlements sur la conduite des embarcations et la pratique des sports nautiques et subaquatiques dans la zone Littorale ;
- ✓ Organisation des secours / Dispositions matérielles d'organisation et d'activation des postes de secours ;
- ✓ Mise en œuvre des moyens d'alerte / Connaissance et diffusion des informations météorologiques ;
- ✓ Observations du champ de surveillance, diffusion des incidents, modalités d'alerte du poste de secours ;
- ✓ Connaissance de l'organisation des structures publiques de secours, conduite à tenir en cas d'accident ;
- ✓ Mesures conservatoires / Premiers soins d'urgence / Alerte des secours publics / Mise en œuvre de moyens supplémentaires de secours.

La notation se fait sur un total de **quarante points**.

Pour être déclaré apte, le candidat doit avoir obtenu une note **supérieure ou égale à 30**.

C) Le Premier Secours en Equipe de niveau 2 (PSE 2)

Pour les personnes désireuses de travailler sur la côte aquitaine le PSE 2 est obligatoire



Le Premiers Secours en Equipe de niveau 2 (PSE 2) se caractérise par la notion d'équipe et donc la possibilité de coordonner des actions de secours complexes, associées à l'utilisation de matériels nécessitant une connaissance technique préalable. Le titulaire du PSE 2 est appelé « équipier secouriste ».

Conditions d'accès :

- Etre titulaire du PSE 1

Pas d'examen en fin de formation vous êtes évalués tout au long de la formation par les formateurs

Les Parties abordées sont :

- | | |
|---|---|
| <u>1</u> La Protection en PSE 2 | <u>7</u> Les souffrances psychique et comportements inhabituels |
| <u>2</u> Les différents bilans du PSE 2 | <u>8</u> Le relevage et le brancardage en PSE 2 |
| <u>3</u> Les malaises et affections spécifiques | <u>9</u> Les situations à nombreuses victimes |
| <u>4</u> Les atteintes circonstanciées (10 séquences) | <u>10</u> Mise en situation de fin de formation |
| <u>6</u> Les Traumatismes (bassin, abdomen, crâne, Dos, thorax, etc.) | |

Durée de la formation : 28 heures sur 4 jours

Dates :

- Du 26 février au 1^{er} mars 2019 à SEIGNOSSE
- Du 23 au 26 avril 2019 à LABENNE
- De 4,5,11 et 12 mai 2019 à SEIGNOSSE
- Du 28 au 31 octobre 2019 à LABENNE

Un minimum de 8 candidats est demandé pour maintenir cette formation

Ces dates sont des prévisions, toutes les modifications seront sur notre site : www.sudouestsecourisme.com onglet « Calendrier »

Coût de la formation 230 €

La formation peut être payée en plusieurs fois (nous consulter)

Le coût de la formation PSE 2 comprend :

- Le certificat de compétence PSE 2 si le candidat atteint tous les objectifs (ou envoyé sous 15 jours),
- un livret de secourisme résumant la formation (avec photos et justificatifs),
- une protection faciale pour la pratique du bouche à bouche en toute sécurité.

POUR LES PERSONNES QUI PASSENT LE PSE 1, PSE 2 et le BNSSA Coût total 760 €

Lieu de la formation (sous réserve de disponibilité de salle) : centre sportif Maurice Ravaille, avenue du parc des sports à Seignosse bourg ou centre Danielle CASANOVA 2 promenades des Pyrénées à LABENNE OCEAN (sous réserve de modification)

D) Surveillance et Sauvetage Aquatique sur le Littoral

Le contenu du stage répond à l'arrêté du 19 février 2014 instituant l'unité d'enseignement "Surveillance et sauvetage aquatique sur le Littoral".

A l'issue de la formation, l'apprenant doit être capable de s'intégrer à un dispositif de surveillance évolutif, et de mettre en œuvre des techniques opérationnelles de sauvetage coordonnées à l'aide de matériels spécialisés. En particulier, il doit être capable :

- de situer son rôle et sa mission au sein d'un dispositif évolutif et adaptable aux conditions du moment ;
- d'effectuer une analyse des risques particuliers présents sur sa zone ;
- de développer des actions de préventions adaptées aux risques et pratiques sur sa zone ;
- de participer à un dispositif de surveillance en mettant en œuvre des techniques opérationnelles adaptées et mettant éventuellement en œuvre des matériels spécifiques



- de participer à une action coordonnée de sauvetage, dans sa zone, ou à proximité immédiate de celle-ci, à l'aide de techniques opérationnelles adaptées ou mettant en œuvre des matériels spécifiques ;
- de réaliser les gestes de premiers secours adaptés.

Durée de la formation initiales 28 heures (sur 4 voir 5 jours suivant les conditions océaniques) / MAC SSA L (recyclage) sur 1 jour

✓ **Dates :**

- du 22 au 26 avril 2019 à LABENNE OCEAN / **MAC SSA L le 24/04**
- du 21 au 25 octobre 2019 à LABENNE OCEAN / **MAC SSA L le 23/10**

Un minimum de 8 candidats est demandé pour maintenir cette formation

Ces dates sont des prévisions, toutes modifications seront sur notre site : www.sudouestsecourisme.com
onglet « Calendrier »

Coût de la formation : 280 euros

La formation peut être payée en plusieurs fois (nous consulter)

POUR LES PERSONNES QUI PASSENT LE PSE 1, PSE 2 , BNSSA et le SSA « Littoral »

Coût total 1000 € La formation peut être payée en plusieurs fois (nous consulter)

Le coût de la formation « SSA littoral » comprend :

- Le certificat de compétence SSA mention « littoral ». Il sera envoyé sous 1 mois si le candidat a atteint tous les objectifs demandés.
- **Le repas méridien**

Le SSA « littoral » donne par équivalence le SSA « EAUX INTERIEURS »

N'hésitez pas à nous contacter pour de plus amples renseignements.

Sportivement

Stéphane GUEROUE président de l'association