FICHE TECHNIQUE

CERTIFICAT SAUVETEUR NATIONAL – PLAGE

ADAPTATIONS EN CONTEXTE DE COVID-19 POUR LES FORMATIONS, LES EXAMENS ET LES SITUATIONS DE TRAVAIL

SAUVETEUR NATIONAL
SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE

SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE

Édition mise à jour au 11 février 2022

CERTIFICAT SAUVETEUR NATIONAL – PLAGE

ADAPTATIONS EN CONTEXTE DE COVID-19

Pour l'enseignement et l'évaluation des candidats Sauveteur national lors du cours et de l'examen de requalification et pour le travail de surveillant-sauveteur lors des activités dans les lieux de baignade en contexte de COVID-19

Cette fiche technique présente les adaptations pour l'enseignement, l'entraînement, et l'évaluation, ainsi qu'en milieu de travail pour le surveillant-sauveteur en contexte de COVID-19

Cette fiche vise à soutenir les Moniteurs Sauveteur National et un complément au Guide du certificat Sauveteur national et au Guide de requalification Sauveteur national. Les membres affiliés et les gestionnaires de lieu de baignade sont invités à utiliser cette fiche pour entraîner et superviser leur équipe de surveillance aquatique des lieux de baignade.

Cette fiche pourrait être mise à jour en fonction de l'évolution de la situation. Pour demeurer informé, consulter régulièrement la page COVID-19 de votre tableau de bord sur le site www.sauvetage.qc.ca

Cette fiche a été validée par le groupe de travail SAT COVID-19 de l'INSPQ et du Réseau de santé publique en santé au travail (RSPSAT) et réalisée en collaboration avec l'APSAM.

Contacter la Société de sauvetage pour toute question relative à cette fiche : alerte@sauvetage.qc.ca

Table des matières

Gestion des cas et des symptômes 4
Rapporter un cas d'éclosion à la Société de sauvetage 5
PERSONNE RESPONSABLE DE L'APPLICATION DES MESURES SANITAIRES 5
DISTANCIATION PHYSIQUE 5
HYGIÈNE DES MAINS 7
ÉTIQUETTE RESPIRATOIRE 7
NETTOYAGE et DÉSINFECTION DES SURFACES FRÉQUEMMENT TOUCHÉES ET DES ÉQUIPEMENTS : 7
Matériel pour les candidats Sauveteur national (SN), les moniteurs et les surveillants-sauveteurs : 7
Matériel de secours, de formation et d'entraînement 8
Mannequin(s) pour la RCR avec des poumons 8
COMMENT UTILISER LES TABLEAUX 8
INFORMATIONS IMPORTANTES À RÉVISER POUR LES COURS ET LE TRAVAIL DE SURVEILLANCE AQUATIQUE 9
SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (items 1, 2a, 2b, 2c, 3) 11
SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (items 4 et 5a) 12
SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (items 5b et 5c) 13
SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (items 6, 7, 8 et 9) 14
SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (item 10a et 10b) (voir annexe « A » pour RCR) 15
SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (item 10c) 16
SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (item 12) 17
INFORMATIONS IMPORTANTES À RÉVISER POUR LA RÉANIMATION ET LES PREMIERS SOINS 18
Nettoyage et désinfection des équipements de secours 18
Nettoyage et désinfection des mannequins et changement des poumons 18
SAUVETEUR NATIONAL PLAGE – RÉANIMATION – RCR (ANNEXE A) 19
SAUVETEUR NATIONAL PLAGE – OBSTRUCTION DES VOIES RESPIRATOIRES & DÉTRESSE RESPIRATOIRE (A) 20
SAUVETEUR NATIONAL PLAGE – PREMIERS SOINS (ANNEXE A) 21

Exclusion des personnes symptomatiques des lieux de baignade

Les personnes présentant des symptômes font partie de la chaîne de transmission de la COVID-19. Des procédures tenant compte des éléments suivants peuvent éviter la transmission

Faire compléter un questionnaire des symptômes à chaque journée avant une activité. Un questionnaire des symptômes peut être utilisé par ces derniers pour les soutenir dans la réalisation de cette tâche. À noter que ce questionnaire comprend des lignes directrices pour aider les employeurs à identifier les contacts à risque dans leur milieu : https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/guide-auto-evaluation-symptomes-covid-19/

Le moniteur doit minimalement au début de chacun des cours effectuer un questionnaire verbal d'autoévaluation des symptômes à chacun des candidats

Évaluer les symptômes suggestifs de la COVID-19 :

1 symptôme parmi ceux-ci	OU	2 symptômes parmi ceux-ci
- Avez-vous la sensation d'être fiévreux, d'avoir des frissons comme lors d'une grippe, ou une fièvre mesurée avec une température prise par la bouche égale ou supérieure à 38,1 °C (100,6 °F)? - Avez-vous une perte soudaine de l'odorat sans congestion nasale (nez bouché), avec ou sans perte de goût? - Avez-vous une toux récente ou une toux chronique aggravée depuis peu? - Avez-vous de la difficulté à respirer ou êtes-vous essoufflé? - **Avez-vous un mal de gorge?**		- Mal de ventre - Nausées (maux de cœur) ou vomissements - Diarrhée - Nez qui coule ou congestion nasale (nez bouché) de cause inconnue - Fatigue intense inhabituelle sans raison évidente - Perte d'appétit importante - Douleurs musculaires généralisées ou courbatures inhabituelles (non liées à un effort physique) - Mal de tête inhabituel
Tout moniteur, surveillant-sauveteur ou candidats qui présente l'un ou plusieurs de ces symptômes ou ayant été en contact avec une personne infectée ou qui pourrait l'être ne doit pas travailler ou participer une activité dans un lieu de baignade.		

Gestion des cas et des symptômes : https://www.apsam.com/theme/risques-biologiques/covid-19-coronavirus/mesures-de-prevention-generales-recommandees/gestion-cas-symptomes

Si un moniteur, un surveillant-sauveteur ou un candidat commence à ressentir des symptômes sur les lieux de formation et de travail :

Lui faire porter un masque médical et l'isoler dans un local prévu à cette fin;

- Appeler le 1 877 644-4545 pour obtenir des consignes;
- La personne symptomatique devra consulter le Guide auto-soins (https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/guide-autosoins-covid-19pour plus de détails. Laisser un exemplaire du guide papier dans le local d'isolement.

Les candidats ayant été en contact avec la personne symptomatique doivent procéder à l'autosurveillance de leurs symptômes en attendant les consignes de la santé publique et appeler le 1 877 644-4545 s'ils développent des symptômes.

Le moniteur informe le candidat exclu de la matière à réviser et des lectures à faire à la maison dans l'attente de son retour aux activités.

Le moniteur, le surveillant-sauveteur ou le candidat qui présente un symptôme peut retourner au travail ou participer à une activité lorsque tous les critères suivants sont satisfaits :

- Une période d'au moins 10 jours écoulée depuis l'apparition du premier symptôme associé à la COVID-19 (incluant les symptômes non respiratoires);
- Amélioration du tableau clinique depuis 24 heures (excluant l'anosmie, l'agueusie et la toux résiduelle qui peut persister);
- Une absence de fièvre depuis 48 heures (sans prise d'antipyrétiques)

Rapporter un cas d'éclosion à la Société de sauvetage

Informer la Société de sauvetage de tout cas d'éclosion survenu dans le cadre d'un cours. Pour contacter la Société de sauvetage : alerte@sauvetage.qc.ca ou le 514-252-3100.

PERSONNE RESPONSABLE DE L'APPLICATION DES MESURES SANITAIRES

Une personne doit être responsable de l'application des mesures sanitaires. Le **moniteur du cours** (ou un autre membre du personnel) doit s'assurer du respecter des mesures sanitaires durant le cours. Par exemple, rappeler aux candidats les mesures de distanciation, **masque médical**, le maintien des dyades et toute autre mesure présentée dans cette fiche. Rappeler aux candidats d'éviter les rassemblements dans les vestiaires ou les croisements entre deux groupes.

Si la responsabilité de l'application des mesures sanitaires est confiée à un surveillant-sauveteur, ce dernier ne doit pas avoir une tâche de surveillance aquatique. La surveillance aquatique doit être effectuée sans distraction.

Rappeler aux participants qu'après les cours de retourner à leur domicile sans flâner sur les lieux du cours et d'éviter le covoiturage.

PORT DU MASQUE MÉDICAL EN CONTINU LORS DE LA SURVEILLANCE AQUATIQUE ET DE L'ENSEIGNEMENT

Le terme « masque médical » fait référence aux termes « masque de procédure » et « masque chirurgical ». Ce terme sera dorénavant privilégié dans les documents produits par la Société de sauvetage suivant les changements apportés dans les documents produits par la CNESST. Il est possible que le terme « masque de procédure » se retrouve dans des documents précédemment édités et ce, jusqu'à une prochaine révision de ceux-ci.

Le sauveteur ou le moniteur doit porter son masque en continu à l'intérieur, et ce, même si la distanciation est respectée sur le mirador ou même en présence d'une barrière physique. Il va de même qu'un sauveteur en patrouille ou en rotation, il doit garder son masque. À l'extérieur, le port du masque est requis lorsque des interactions à moins de 2 mètres sont inévitables.

Le masque peut être retiré exceptionnellement et pour une période la plus courte possible en respectant la distanciation physique ou en présence d'une barrière physique dans les situations suivantes :

- pour des raisons de santé ou de sécurité (ex. : buée obstruant la vue pendant la surveillance);
- s'il nuit à la communication, compréhension ou l'apprentissage (ex. : dans le cadre d'une formation ou d'une intervention avec le public);
- s'il empêche l'exécution de tâches liées au travail du surveillant-sauveteur (ex. intervention dans le bassin);
- si la personne travaille seule dans une cabine ou une pièce fermée (ex. : dans un bureau avec murs et porte);
- lorsque la personne mange et boit (ex. lors des repas, des pauses ou lorsque le sauveteur s'hydrate).

Dans le cas où le sauveteur à son masque lors de la surveillance et qu'il a une intervention dans l'eau. Le sauveteur devra descendre par l'échelle de sa chaise de surveillance, retirer son masque, le déposer sur sa chaise puis intervenir auprès sa victime dans l'eau. Après l'intervention, il devra se sécher remettre un nouveau masque et intervenir selon ce qui est indiqué dans les tableaux présentés dans cette fiche.

Il dans la responsabilité du membre affilié et du gestionnaire du lieu de baignade d'informer et de former son personnel au port du masque en continu durant la surveillance aquatique sur la façon de retirer son masque de façons sécuritaire avant une intervention dans l'eau.

DISTANCIATION PHYSIQUE

Plus il y a de contacts entre différentes personnes, plus les risques sont élevés qu'un de ces contacts soient avec une personne contagieuse et donc, plus les risques de transmission de la COVID-19 sont importants. Ainsi, la minimisation du nombre, de la fréquence et de la durée des contacts, ainsi que le respect de la distanciation physique de deux mètres en tout temps entre toutes les personnes sont les plus efficaces et doivent être priorisées.

- Prévoir l'utilisation de moyens technologiques (visioconférence) pour effectuer les apprentissages qui étaient habituellement effectués en classe.
- Effectuer des démonstrations avec des mannequins ou à l'aide de vidéo. N'effectuer aucune démonstration avec un candidat et ne pas demander aux candidats d'effectuer une démonstration sur un autre candidat.
- Prévoir des configurations pour favoriser la distanciation physique de 2 m sur la plage et dans l'eau
- Favoriser les dyades lors de l'évaluation : toujours les mêmes participants pour le travail d'équipe. Rappeler régulièrement aux candidats durant la formation et les examens de maintenir une distance de 2 m
- Favoriser en tout temps les dyades soit des groupes de deux candidats qui se choisissent et qui effectueront les habiletés qui sont requises en équipe ou avec une victime. Les groupes de dyade seront les mêmes durant toute la durée du cours.
- Pour les interventions où il est impossible de maintenir une distance minimale de deux mètres, se référer aux adaptations présentées dans les tableaux présentés dans cette fiche. D'autres adaptations pourraient être mises en place pourvu que les consignes de sécurité soient appliquées.
- Installer une barrière physique adéquate pour séparer le travailleur des autres travailleurs et de la clientèle et doivent porter le masque.
- Le port du masque de procédure médical de qualité et d'une protection oculaire (lunettes avec protection sur le côté ou visière) sont recommandés : si hors de l'eau, debout dans la partie peu profonde. Lors des cours et des examens, permettre des temps d'arrêt durant l'enchaînement des habilités requise lors de la pratique d'un sauvetage afin de permettre aux participants qui doivent compléter l'intervention en partie peu profonde

et sur la plage de se sécher et d'enfiler un masque de procédure de qualité. La protection oculaire n'est pas nécessaire lorsque tout le monde présent porte un masque médical.

- Se changer à la maison et apporter un sac pour leurs effets personnels

HYGIÈNE DES MAINS

- Faire la promotion et appliquer l'hygiène des mains (eau tiède et savon pendant au moins 20 secondes ou solution hydro-alcoolique (au moins 60 % alcool) pendant au moins 20 secondes s'il n'y a pas d'accès à de l'eau et à du savon).
    - à l'arrivée et au départ du travail (ou du cours),
    - avant ou après s'être touché le visage (yeux, nez, bouche)
    - après avoir toussé, éternué ou s'être mouché
    - après avoir touché des surfaces fréquemment touchées (interrupteurs, poignées de porte, micro-ondes, rampes d'escalier, etc.)
    - avant et après les pauses et les repas, lors du passage aux toilettes, à l'entrée et à la sortie des ascenseurs.
    - avant le port et lors du retrait des équipements de protection

- Éviter de se toucher les yeux, le nez ou la bouche avec les mains ou des gants.

ÉTIQUETTE RESPIRATOIRE

- Respecter et faire la promotion de l'étiquette respiratoire : tousser dans son coude replié, ou dans un mouchoir et se moucher dans un mouchoir que l'on jette immédiatement dans une poubelle fermée après utilisation, puis se laver les mains dès que possible.

NETTOYAGE et DÉSINFECTION DES SURFACES FRÉQUEMMENT TOUCHÉES ET DES ÉQUIPEMENTS :

- Nettoyer, minimalement à chaque quart de travail et lorsqu'elles sont visiblement souillées, les surfaces fréquemment touchées
- Pour les équipements partagés (bouées, tubes de sauvetage, mannequin, etc.), nettoyer après chaque quart de travail et les désinfecter quotidiennement.
- Pour les chaises de sauveteur, nettoyer après chaque quart de travail.
- Après utilisation, désinfecter les équipements de protection individuels réutilisables (ex. protection oculaire) et le masque de poche.
- Nettoyer les aires de repas après chaque repas et les désinfecter quotidiennement

Matériel pour les candidats Sauveteur national (SN), les moniteurs et les surveillants-sauveteurs :

Après utilisation, désinfecter les équipements de protection individuels réutilisables (ex. protection oculaire) et le masque de poche.

- Prévoir des masques médicaux en quantité suffisante (recommandé 3 et +) et une protection oculaire à porter lors : des situations et interventions à moins de 2 m, des interventions hors de l'eau ou en partie peu profonde. La protection oculaire n'est pas nécessaire lorsque tout le monde présent porte un masque médical. Se sécher avant de mettre un masque médical. À noter que le masque médical doit être changé toutes les quatre heures, ou plus tôt s'il est humide, mouillé ou endommagé. Dans l'eau, un masque de médical de niveau 3 pourrait être utilisé.

- Sifflet, masque de poche (avec filtre viral), gants, gel hydro-alcoolique, palmes, masque et tuba.
- Selon les conditions environnementales : lunettes soleil polarisées et protection solaire

Matériel de secours, de formation et d'entraînement

Toujours suivre les recommandations pour le nettoyage et la désinfection si on prévoit un échange entre les participants et une dyade.

- Matériel de secours : perche de sauvetage, bouée-tube avec corde de 2 m, bouée torpille ou tube (le VFI qui est parfois utilisé comme objet de sauvetage n'est pas recommandé en raison de la difficulté de maintenir une distance de 2 m avec la victime lors des sauvetages) et planche dorsale. Trousse de premiers soins (requise en fonction des interventions lorsque requis : 1 trousse de premiers soins par candidat ou par dyade) et aquaplane ou embarcation de sauvetage.
- Mannequin(s) de sauvetage

Mannequin(s) pour la RCR avec des poumons (selon la meilleure option et dans l'ordre de préférence) :

1- Ratio de 1 mannequin : 1 candidat
2- Ratio mannequin/participants recommandé au guide des programmes 1 : 3 :
   - les candidats ventilent avec le masque de poche muni d'un filtre viral (si ce dernier est disponible pour tous)
   - si masque de poche sans filtre viral : changement de poumons et désinfection selon la procédure entre chaque candidat

COMMENT UTILISER LES TABLEAUX

Les tableaux dans les pages suivantes présentent les adaptations des items à enseigner et à évaluer. Le choix du niveau de contact doit être effectué en présentant le moins de risque, par exemple lors de la pratique initiale des habiletés on privilégie une approche sans contact ou avec les mannequins. Les habiletés de sauvetage avec contact doivent être évaluées afin de s'assurer de la maîtrise des habiletés par les participants. Les crochets indiquent les choix possibles pour chacun des items et les † sont les items de la requalification.

Pour repérer rapidement les mises à jour veuillez consulter les mises à jour 11 février 2022 indiquée en jaune

INFORMATIONS IMPORTANTES À RÉVISER POUR LES COURS ET LE TRAVAIL DE SURVEILLANCE AQUATIQUE

Pour le Moniteur Sauveteur National (MSN) et le Gestionnaire de lieu de baignade – à réviser avant de donner une formation, un examen initial de qualification, un examen de requalification ou d'organiser un entraînement

1) Questionnaire des symptômes : https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/guide-auto-evaluation-symptomes-covid-19/
2) Recommandations de santé publique - consignes à suivre pour la personne qui présente des symptômes de la COVID-19 : https://benevolatrdp.ca/wp-content/uploads/2021/02/20-210-53w_consignes-personnne-symptomes-1.pdf

3) Recommandations pour un retour au bureau réussi et diminution de la distanciation à l'intérieur : https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/salle-presse/communiques/recommandations-pour-un-retour-au-bureau-reussi

4) COVID-19 : Lieu de baignade – questions et réponses par l'INSPQ : https://www.inspq.qc.ca/publications/3004-lieux-baignade-qr-covid19

5) Guide de normes sanitaires en milieu de travail pour le secteur des activités intérieures et extérieures de sport, de loisir et de plein air – COVID-19 de la CNESST. https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/guide-covid-19-activites-interieures-exterieures

6) Mesures de prévention pour la santé des travailleurs et des travailleuses du secteur des activités intérieures et extérieures de sport, de loisir et de plein air - COVID-19 : https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/affiche-covid-19-activites-interieures-exterieures

7) Affiche - Mesures de prévention pour la santé des travailleurs et des travailleuses du secteur de la formation qualifiante - COVID-19 : https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/affiche-covid-19-formation-qualifiante

8) APSAM. COVID-19 Premiers secours et premiers soins. Pour les Secouristes en milieu de travail, premiers intervenants et sauveteurs : Réanimation sur une victime qui n'est pas victime de noyade ou qui est victime de noyade, Masque de poche avec filtre HEPA ou filtre viral https://www.apsam.com/theme/risques-biologiques/covid-19-coronavirus/premiers-secours-et-premiers-soins et Bulletin clinique COVID-19 Chaîne de survie : https://www.urgences-sante.qc.ca/wp-content/uploads/2020/05/2020-05-28-Chaine-de-survie.pdf

9) Masques médicaux : voir les spécifications ici : https://www.apsam.com/theme/risques-biologiques/covid-19-coronavirus/mesures-de-prevention-generales-recommandees/epi#protection-respiratoire

10) Vérification quotidienne avant l'activité avec la Liste de vérifications quotidiennes (secteur des activités de sport et de plein air) : https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/organisation/documentation/formulaires-publications/liste-covid-19-activites-interieures-exterieures

11) Mesure de contrôle dans les milieux de travail en contexte d'apparition de variants sous surveillance rehaussée : https://www.cnesst.gouv.qc.ca/sites/default/files/documents/dc100-2205.pdf

12) Trousse – COVID-19 : Guides et outils https://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/prevention-securite/coronavirus-covid-19/trousse-covid-19-guide-outils

Note importante

Les recommandations contenues dans cette fiche ne s'adressent qu'aux Sauveteurs nationaux et non aux professionnels de la santé qui sont formés en soins pré hospitaliers (dont les techniciens ambulanciers paramédicaux), ni aux premiers répondants, tels que définis dans la Loi sur les services pré hospitaliers d'urgence. Ces derniers doivent se référer aux mesures de la Direction médicale nationale des services pré hospitaliers d'urgence : https://www.urgences-sante.qc.ca/wp-content/uploads/2020/07/Document-de-pr%C3%A9cision-protocoles-MRSI_2020-07-09-17h.pdf

SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (items 1, 2a, 2b, 2c, 3)

#item	Niveau de contact					Adaptations du candidat lors des situations d'apprentissage et au travail	Désinfection (équipement de sauvetage)		
	Pas de contact requis maintien de la distance de physique	Mannequin de RCR avec des poumons	Mannequin de sauvetage	Membre de la bulle familiale	Dyade (porter masque médical hors de l'eau ou partie peu profonde)	Aucune démonstration avec un candidat.	Après usage d'un candidat lorsque ratio 1 :1 ne peut être maintenu	Après usage par une dyade	À la fin de la journée
1 - Théorie et pratique de la surveillance aquatique	✓					• Cette partie peut se donner en visioconférence ou à la plage avec distanciation et port du masque.			
2a - Condition physique : course, nage, remorquage †	✓		✓	✓		• Lavage des mains et nettoyage de l'aide de sauvetage entre chaque usage.			✓
2b - Condition physique : sprint de sauvetage †	✓					• Chacun des participants doit avoir son propre équipement : palmes.			
2c - Condition physique : transport d'une victime †	✓		✓	✓					✓
3 - Analyse d'une plage continentale	✓								
4 -Communications du surveillant sauveteur	✓					• Communication avec les usagers et les victimes (et les autres surveillants-sauveteurs et les superviseurs) : maintenir une distance de 2 m lorsque possible, si à moins de 2 m faire porter à la victime un masque médical et enfiler un masque médical et une protection oculaire. • Communication avec les services d'urgence : lorsque requis, prévenir rapidement les services préhospitaliers d'urgence. Les aviser si la victime présente des symptômes respiratoires.			

SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (items 4 et 5a)

<table>
<tr><th rowspan="2">#item</th><th colspan="5">Niveau de contact</th><th rowspan="2">Adaptations du candidat
lors des situations d'apprentissage et au travail</th><th colspan="3">Désinfection
(équipement de sauvetage)</th></tr>
<tr><th>Pas de contact requis
maintien de la distance de physique</th><th>Mannequin de RCR
avec des poumons</th><th>Mannequin de sauvetage</th><th>Membre de la bulle familiale</th><th>Dyade (porter masque médical hors de l'eau ou partie peu profonde)</th><th>Après usage d'un candidat lorsque ratio 1 :1 ne peut être maintenu</th><th>Après usage par une dyade</th><th>À la fin de la journée</th></tr>
<tr><td>5a - Surveillance d'une plage continentale : Balayage visuel et observation</td><td>✓</td><td></td><td></td><td></td><td></td><td>Nous encourageons l'apprentissage de ces habilités par apprentissage mixte soit à distance par des moyens telle que la visioconférence, les candidats pourront faire la démonstration de leur apprentissage à la plage.
Balayage visuel et observation
Privilégier l'utilisation des stations de surveillance surélevée afin de favoriser la distanciation physique de 2 m. Le port du masque médical en continue est obligatoire durant la pratique de la surveillance aquatique si la distante de 2 m ne peut être maintenu.

Les surveillants-sauveteurs porteurs de lunettes correctrices doivent prendre des mesures pour éviter que des lunettes qui s'embuent deviennent une distraction à la surveillance aquatique. Dans l'éventualité où il est impossible d'éliminer la buée, et seulement si aucune solution n'est possible, les surveillants-sauveteurs pourront enlever leur masque médical durant leur fonction de surveillance mais devront strictement respecter une distanciation physique de plus de 2 mètres et prioriser des stations de surveillance surélevée.

• Le renforcement de la distanciation physique de 2 m entre les baigneurs ne doit pas devenir une distraction à la surveillance : lorsque nécessaire prévoir assigner à un membre de l'équipe qui n'a pas de responsabilité de surveillance d'une zone de la plage d'éduquer les usagers à l'autodiagnostic des signes et des symptômes de la COVID-19, aux comportements d'hygiène, à l'étiquette respiratoire et à la distanciation physique.</td><td></td><td></td><td></td></tr>
</table>

SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (items 5b et 5c)

#item	Niveau de contact					Adaptations du candidat lors des situations d'apprentissage et au travail	Désinfection (équipement de sauvetage)		
	Pas de contact requis maintien de la distance de physique	Mannequin de RCR avec des poumons	Mannequin de sauvetage	Membre de la bulle familiale	Dyade (porter masque médical hors de l'eau ou partie peu profonde)	Lors des interventions, privilégier la méthode qui compte le moins de risque.	Après usage d'un candidat lorsque ratio 1 :1 ne peut être maintenu	Après usage par une dyade	À la fin de la journée
5b- Surveillance d'une plage : positionnement et rotation	✓					Positionnement et rotation • Lors des rotations sur les chaises de surveillance : le nettoyage se fait à chaque quart de travail ou entre les formations. Le surveillant-sauveteur doit être positionné de manière sécuritaire (Ex. demeurer assis ou conserver 3 appuis pour effectuer la désinfection). Rendre accessible un produit nettoyant et désinfectant à la chaise de surveillance			✓
5c-Surveillance d'une plage : interventions	✓	✓	✓	✓	✓	Interventions • Vérifier l'état et l'accessibilité des équipements de secours : bouée tube, masque de poche (avec filtre viral) et sifflet • Toute intervention et communication avec les baigneurs doit se faire par une approche échelonnée maintenant préférablement une distance de 2 m : porter un masque, parler à la victime, lancer un objet, tendre une perche, lancer une bouée avec corde, et ainsi de suite. • Lors d'une intervention qui nécessite d'être à moins de 2 m : porter un masque médical et en faire porter un aussi à la victime si elle le tolère. • Équipements de secours : éviter de partager, idéalement, chaque sauveteur à son propre équipement : bouée-tube (à favoriser plus que VFI), sifflet et masque poche. Le nettoyage se fait à chaque quart de travail ou entre les formations et désinfection à la fin de la journée	✓	✓	✓

SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (items 6, 7, 8 et 9)

#item	Niveau de contact					Adaptations du candidat lors des situations d'apprentissage et au travail	Désinfection (équipement de sauvetage)		
	Pas de contact requis maintien de la distance de physique	Mannequin de RCR avec des poumons	Mannequin de sauvetage	Membre de la bulle familiale	Dyade (porter masque médical hors de l'eau ou partie peu profonde)	Lors de l'utilisation d'une embarcation, les candidats portent un masque et des protections oculaires. Prévoir un masque et une protection oculaire pour la victime.	Après usage d'un candidat lorsque ratio 1 :1 ne peut être maintenu	Après usage par une dyade	À la fin de la journée
6-Entrées à l'eau et sorties	✓			✓	✓	• Le candidat démontre la sortie avec la prise sous les bras à l'extérieur de l'eau en portant un masque • Choisir une technique de sortie qui est la moins risqués pour le sauveteur tout en maintenant une distance de 2 m lorsque c'est possible. • Il est permis de démontrer les habiletés de sorties par étape : prendre une pause afin de permettre aux dyades dès que rendu hors de l'eau, de se sécher et de mettre un masque médical pour pratiquer les sorties.			
7-Utilisation d'une embarcation †	✓							✓	✓
8- Habiletés de plongée en apnée	✓		✓	✓	✓				✓
9- Recherche sur une plage : personne perdue	✓					• Chacun des candidats à son propre équipement.			✓

SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (item 10a et 10b) (voir annexe « A » pour RCR)

#item	Niveau de contact					Adaptations du candidat lors des situations d'apprentissage et au travail	Désinfection (équipement de sauvetage)		
	Pas de contact requis maintien de la distance de physique	Mannequin de RCR avec des poumons	Mannequin de sauvetage	Membre de la bulle familiale	Dyade (porter masque médical hors de l'eau ou partie peu profonde)		Après usage d'un candidat lorsque ratio 1 :1 ne peut être maintenu	Après usage par une dyade	À la fin de la journée
						Intervention • Le sauveteur qui effectue la sortie de la victime à partir de la promenade doit porter un masque médical • Utilisation efficace des barrières de protection : masque de poche avec un filtre visuel Suivi de la situation post noyade : • Observations de l'état de la victime après la noyade et réconfort : amener la victime au local premiers secours lorsque sortie de l'eau, le sauveteur devra enfiler un masque médical, une protection oculaire (lunettes ou visière) et des gants si la distance de 2 m ne peut être respectée. Le sauveteur doit se sécher avant d'enfiler un masque. On doit faire porter à la victime un masque médical après la sortie de l'eau sauf si la victime est un enfant (et si elle le tolère en fonction de sa capacité respiratoire)			
10a Victime en détresse ou en train de se noyer †	✓		✓	✓	✓	• Le candidat doit prioriser utiliser un aide de sauvetage professionnel qui permettrait de maintenir une distance de 2 m : perche de sauvetage, bouée avec corde. • Minimiser le temps de contact à moins de 2 m avec la victime (votre dyade) • Pour pratiquer le transport avec la tête hors de l'eau : la victime est votre dyade ou un membre de votre bulle familiale • Indiquer au candidat que lors l'une intervention : lorsqu'il est impossible d'avoir moins de 2 m, le sauveteur doit intervenir auprès de la victime par derrière (autrement dit : la victime doit être dos au sauveteur lors du sauvetage) • Préparer vous pour une intervention sans aide de sauvetage : pratiquer avec votre dyade ou une personne de votre bulle familiale. • Le sauveteur et la victime doivent porter des lunettes de natation pendant la pratique de cet item.			✓
10b- Prise en charge d'une victime immergée qui ne respire pas †		✓	✓	✓	✓	La victime immergée est simulée par un membre de la dyade, la sortie est effectuée par un sauveteur qui porte un masque médical et protection oculaire (ex. lunettes de natation dans l'eau). Le sauveteur dans l'eau sort de l'eau et se sèche et enfile les ÉPI, l'évaluation de l'ABC sur un mannequin de RCR • Remontée rapide tout en maintenant une bonne prise sur la victime pour protéger les voies respiratoires en se tenant à distance de celle-ci • Sortie de l'eau – (avec assistance) : le 2e sauveteur qui assiste doit porter un masque médical, une protection oculaire et des gants • Sortie de l'eau : une fois sortie de l'eau le sauveteur doit se sécher et enfiler un masque médical, une protection oculaire et des gants pour effectuer l'évaluation (L'ABC) de la victime (mannequin)	✓		✓
		Partie hors de l'eau pour la RCR	Partie dans l'eau	Partie dans l'eau	Partie dans l'eau				

SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (item 10c)

#item	Niveau de contact					Adaptations du candidat lors des situations d'apprentissage et au travail	Désinfection (équipement de sauvetage)		
	Pas de contact requis maintien de la distance de physique	Mannequin de RCR avec des poumons	Mannequin de sauvetage	Membre de la bulle familiale	Dyade (porter masque médical hors de l'eau ou partie peu profonde)	• Si c'est un autre candidat (dyade) qui joue le rôle de la victime, le port du masque médical requis lorsque : partie peu profonde ou hors de l'eau • Nettoyer les parties touchées des équipements de sauvetage (perche, bouée annulaire) entre chaque formation et désinfection quotidienne. Trousse de premiers soins : après utilisation et selon le cas, jeter ou nettoyer et désinfecter le matériel utilisé selon les recommandations. Planche dorsale et les courroies : nettoyer selon la procédure.	Après usage d'un candidat lorsque ratio 1 :1 ne peut être maintenu	Après usage par une dyade	À la fin de la journée
10c- Prise en charge d'une victime blessée à la colonne vertébrale †	✓		✓	✓	✓	• Minimiser le temps de contact à moins de 2 m avec la victime et avec votre dyade <u>Retournement :</u> • Approche et transport sur 15 m avec mannequin • Démontrer les techniques de réduction des mouvements de la victime : l'étau et la prise modifiée du corps avec un mannequin à flottaison neutre ou un membre de votre bulle familiale ou de votre dyade. • Démontrer la technique de la canadienne avec un membre de votre bulle familiale ou de votre dyade. <u>Mise sur planche et transport :</u> • Victime (mannequin de sauvetage) déjà dans l'eau, le sauveteur intervient avec un ou équipe de sauveteurs : la mise sur planche et sortie se fait avec de 2 à 4 sauveteurs soit en jumeler deux dyades et tous les sauveteurs hors de l'eau et en partie peu profonde doivent porter un masque médical. • Pendant la formation, les candidats devront pratiquer au moins une fois la mise sur planche sur une vraie personne. Les sauveteurs doivent porter un masque médical. Pour la requalification, la mise sur planche est faite sur un mannequin.			✓

SAUVETEUR NATIONAL PISCINE – OPTION PLAGE (item 12)

#item	Niveau de contact					Adaptations du candidat lors des situations d'apprentissage et au travail	Désinfection (équipement de sauvetage)		
	Pas de contact requis maintien de la distance de physique	Mannequin de RCR avec des poumons	Mannequin de sauvetage	Membre de la bulle familiale	Dyade (porter masque médical hors de l'eau ou partie peu profonde)	• Le surveillant-sauveteur doit porter un masque médical et une protection oculaire s'il n'est pas sur la chaise de sauveteur et impossibilité de maintenir une distance de 2 m avec les baigneurs • Si port d'un masque de procédure, le retirer le masque de procédure avant d'entrer à l'eau • Éviter d'allonger la durée de temps entre les rotations au-delà des règles de l'art en matière de surveillance aquatique (maximum 30 minutes entre les rotations) pour optimiser la vigilance Les équipements de secours doivent être facilement accessibles au sauveteur. Ex. : près de la chaise pour éviter d'être près des baigneurs • Le port de lunette soleil polarisée est fortement recommandé pour la surveillance d'une plage.	Après usage d'un candidat lorsque ratio 1 :1 ne peut être maintenu	Après usage par une dyade	À la fin de la journée
11- situations de surveillance aquatique †	✓	✓	✓	✓	✓	• Choix et démonstration de techniques de sauvetage efficaces de sauvetage : démontrer toujours une approche échelonnée en sauvetage et ainsi lorsque c'est possible se tenir à 2 m de la victime • Prodiguer les premiers soins appropriés, si nécessaire : à distance de 2 m lorsque possible en donnant les conseils à la victime pour auto-soins ou à son accompagnateur pour prodiguer les soins	✓	✓	✓

INFORMATIONS IMPORTANTES À RÉVISER POUR LA RÉANIMATION ET LES PREMIERS SOINS

Pour le Moniteur Sauveteur National (MSN) et le Gestionnaire de lieu de baignade – à réviser avant de donner une formation, un examen initial de qualification, un examen de requalification ou d'organiser un entraînement

Le candidat Sauveteur national doit effectuer les mêmes mesures de prévention qu'enseignées dans le Guide du certificat Sauveteur national. L'utilisation des barrières de protection inclut, entre autres, le port du masque médical, de la protection oculaire, des gants ainsi que le lavage des mains (avant et après) et la désinfection du matériel et des surfaces afin de pouvoir intervenir auprès d'une personne présentant des signes et des symptômes.

1) *Bulletin de la chaîne de survie de la Direction médicale nationale des services pré hospitaliers d'urgence :* https://www.urgences-sante.qc.ca/wp-content/uploads/2020/05/2020-05-28-Chaine-de-survie.pdf

2) Recommandations de la Société de sauvetage sur les premiers secours et la réanimation dans un contexte de COVID-19 : https://www.lifesaving.ca/cmsUploads/lifesaving/File/COVID-19%20Resuscitation%20%26%20First%20Aid%20Recommendations%20UPDATE%20April%202021_FR-Final.pdf

3) Premiers secours et premiers soins (PSPS) en milieu de travail (INSPQ) :: https://www.inspq.qc.ca/sites/default/files/covid/2996-premiers-soins-milieux-travail-covid19.pdf

Nettoyage et désinfection des équipements de secours

1) Le Moniteur Sauveteur national doit désinfecter les équipements de secours en fonction des recommandations du bulletin d'information sur le nettoyage, décontamination et gestion de la qualité de l'eau : https://www.lifesaving.ca/cmsUploads/lifesaving/File/COVID-19%20Resuscitation%20%26%20First%20Aid%20Recommendations%20UPDATE%20April%202021_FR-Final.pdf

Nettoyage et désinfection des mannequins et changement des poumons

2) Le Moniteur Sauveteur national doit désinfection les mannequins selon la procédure pour le contrôle des maladies dans le cadre de formation en réanimation **du Manuel canadien de sauvetage page 7-17**

SAUVETEUR NATIONAL PLAGE – RÉANIMATION – RCR (ANNEXE A)

	Niveau de contact					Adaptations du candidat lors des situations d'apprentissage et au travail	Désinfection (équipement de sauvetage)		
	Pas de contact requis maintien de la distance de physique	Mannequin de RCR avec des poumons	Mannequin de sauvetage	Membre de la bulle familiale	Dyade (porter masque médical hors de l'eau ou partie peu profonde)	• Ces habiletés peuvent être enseignées par visioconférence et pratiquer sur un mannequin fabriqué à la maison. • Le sauveteur doit assurer sa propre sécurité en tout temps. Il doit aussi assurer celle de la personne à secourir, et celle des autres travailleurs ou témoins présents sur les lieux. Il doit donc porter des équipements de protection individuels et respecter des règles de sécurité. • Utiliser selon la situation les choix d'intervention #1 à #3 • Disposer du matériel de protection individuel selon les directives, désinfecter le matériel et le local, se laver les mains et prendre une douche savonneuse après une intervention *#3 Ventilations par les proches :* • *Si des membres de la famille ou des proches sont à proximité de la victime et formés pour intervenir, il est raisonnable de voir s'ils seraient disposés à assurer la ventilation, étant donné qu'il est fort probable qu'ils soient eux-mêmes déjà infectés*	Après usage d'un candidat lorsque ratio 1 :1 ne peut être maintenu	Après usage par une dyade	À la fin de la journée
Réanimation cardio-respiratoire (RCR)	✓	✓				*Pour la pratique à deux sauveteurs : Évaluer les compressions et ventilations séparément ou utiliser une dyade. La pratique de la ventilation est obligatoire, veuillez prévoir un nombre suffisant de poumons.* *#1 RCR à deux sauveteurs en situation de noyade :* • *les sauveteurs peuvent envisager d'administrer des ventilations bouche à masque avec filtre ; nécessitant une équipe de deux sauveteurs, dont un qui assure une étanchéité complète pendant les ventilations et les compressions* *#2 RCR à un sauveteur en situation de noyade :* • *Si un seul sauveteur intervient, un masque de poche muni d'un filtre et d'une courroie serre-tête peut être placé sur le visage de la victime pour créer une étanchéité* *Si pas d'antécédent de de noyade :* • *Massage cardiaque en utilisant les compressions seulement* • *Couvrir le visage de la victime à l'aide d'une serviette ou d'un vêtement ou d'un masque pour créer une couverture protectrice sur la bouche.* • *RCR avec ventilation (pédiatrie) en utilisant un masque de poche avec filtre viral*	✓	✓	

SAUVETEUR NATIONAL PLAGE – OBSTRUCTION DES VOIES RESPIRATOIRES & DÉTRESSE RESPIRATOIRE (A)

	Niveau de contact					Adaptations du candidat lors des situations d'apprentissage et au travail	Désinfection (équipement de sauvetage)		
	Pas de contact requis maintien de la distance de physique	Mannequin de RCR avec des poumons	Mannequin de sauvetage	Membre de la bulle familiale	Dyade (porter masque médical hors de l'eau ou partie peu profonde)	• Ces habiletés peuvent être enseignées par visioconférence et pratiquer sur un mannequin fabriqué à la maison. **Pour toutes les interventions de premiers secours, suivre ces recommandations** : 1. Le sauveteur doit assurer sa propre sécurité en tout temps. Il doit aussi assurer celle de la personne à secourir et celle des autres travailleurs ou témoins présents sur les lieux. Il doit donc porter des équipements de protection individuels ou respecter des règles de sécurité afin d'assurer sa sécurité et celle des autres. 2. Lorsque cela est possible, garder une distance minimale de deux mètres avec la personne. 3. Si une intervention à moins de deux mètres est nécessaire : prendre les mesures appropriées	Après usage d'un candidat lorsque ratio 1 :1 ne peut être maintenu	Après usage par une dyade	À la fin de la journée
Obstruction des voies respiratoires	✓	✓	✓	✓	✓	*Victime consciente (bébé) :* • *(avec un mannequin)* *Victime inconsciente :* • *Évaluer avec un mannequin* • *Le sauveteur doit simuler les manœuvres durant la pratique, éviter les contacts à l'intérieur de 2 m.* • *Utiliser un mannequin pour démontrer les manœuvres* • *Simulation de victime : ne pas tousser*	✓	✓	
Détresse respiratoire	✓			✓	✓	• *Utilisez les barrières de protection appropriée : masques médical, une protection oculaire et de la solution hydroalcoolique doit être accessible à proximité de la trousse* *Choc anaphylactique* • *Assister immédiatement la victime pour administrer auto-injecteur et maintenir une distance de 2 m pour la surveillance de la victime dans la mesure du possible ou enfiler un masque de procédure et protection oculaire pour rassurer la victime et faire porter un masque médical à la personne visée par les soins si elle a des symptômes de la COVID-19 et si elle le tolère.*			

SAUVETEUR NATIONAL PLAGE – PREMIERS SOINS (ANNEXE A)

	Niveau de contact					Adaptations du candidat lors des situations d'apprentissage et au travail	Désinfection (équipement de sauvetage)		
	Pas de contact requis maintien de la distance de physique	Mannequin de RCR avec des poumons	Mannequin de sauvetage	Membre de la bulle familiale	Dyade (porter masque médical hors de l'eau ou partie peu profonde)	• Ces habiletés peuvent être enseignées par visioconférence et pratiquer sur un mannequin fabriqué à la maison ou un membre de la bulle familiale. **Pour toutes les interventions de premiers secours, suivre ces recommandations** : 1. Le sauveteur doit assurer sa propre sécurité en tout temps. Il doit aussi assurer celle de la personne à secourir et celle des autres travailleurs ou témoins présents sur les lieux. Il doit donc porter des équipements de protection individuels ou respecter des règles de sécurité afin d'assurer sa sécurité et celle des autres. 2. Lorsque cela est possible, garder une distance minimale de deux mètres avec la personne. 3. Si une intervention à moins de deux mètres est nécessaire : prendre les mesures appropriées	Après usage d'un candidat lorsque ratio 1 :1 ne peut être maintenu	Après usage par une dyade	À la fin de la journée
Victimes inconscientes, problèmes reliés à la chaleur et au froid, blessures aux os et articulations; blessures à l'abdomen ou à la poitrine	✓	✓	✓	✓	✓	Évaluer l'ABC : à 2 m de la victime Victimes conscientes (adulte et enfant) • Maintenir une distance de 2 m avec la victime et donner des consignes pour l'auto-soin. • Si possible, la personne visée par les secours et les soins met un masque médical si elle a des symptômes de la COVID-19. Victime inconsciente : • Évaluer avec un mannequin ou simulation par une personne du même ménage • Maintenir une distance de 2 m pour la surveillance de la victime dans la mesure du possible ou enfiler un masque médical et protection oculaire pour rassurer la victime • Ne pas mettre de masque à une victime inconsciente. Utilisez les barrières de protection appropriée : masques médicaux, une protection oculaire et des gants.	✓	✓	
Brûlures; blessure au visage; blessures possibles à la tête; convulsions	✓			✓	✓				