

GUIDE DE REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL 2020-2021

Le guide pour l'évaluation des candidats Sauveteur national lors de l'examen de requalification et pour la préparation au sauvetage lors de la réouverture progressive des lieux de baignade en contexte de COVID-19

Ce guide doit être utilisé en accompagnement au
Guide du certificat Sauveteur national et à la
Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

Édition du 10 juin 2020



AVERTISSEMENT

Le présent Guide a été spécifiquement adapté afin de répondre au besoin de requalification des préposés à la surveillance au Québec dans le contexte de la pandémie de COVID-19. La Société de sauvetage continue de suivre la situation relative à la COVID-19 et continuera de mettre à jour les informations en fonction des recommandations de la santé publique et basée sur les plus récentes recherches. L'information contenue dans ce document ne remplace ni ne supprime les directives énoncées par les autorités de santé publique. Nous recommandons aux Moniteurs Sauveteur national de toujours se référer à la version la plus récente de ce guide et de la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19.

Chaque Moniteur devra avant chaque cours ou examen remplir la fiche de vérification quotidienne : <https://www.cnesst.gouv.qc.ca/salle-de-presse/covid-19/Documents/DC100-2161B-liste-sports-loisirs.pdf> que vous retrouverez en annexe de ce document.

MOT DU GROUPE DE TRAVAIL

Bonjour à tous les moniteurs Sauveteur national,

Le groupe de travail de la requalification Sauveteur national est heureux de vous présenter le contenu de la requalification Sauveteur national respectant les exigences nationales ainsi que les adaptations proposées pour le sauvetage en situation de COVID-19.

La requalification est avant tout une vérification des habiletés en sauvetage et de la condition physique de chaque candidat. L'objectif est de s'assurer que les surveillants-sauveteurs sont en mesure de démontrer les habiletés et exigences de la norme Sauveteur national.

Vous trouverez dans ce document les items d'évaluation de la requalification Sauveteur national : les habiletés reliées à la condition physique, les différentes prises en charge des victimes ainsi que des situations de surveillance aquatiques. De plus, vous animerez un volet de perfectionnement qui diffère selon l'option.

Le présent guide est conçu pour le Moniteur Sauveteur national qui donne des requalifications Sauveteur national pour toutes les options.

Il est de votre responsabilité d'informer les participants, avant chaque épreuve, des critères d'évaluation présentés dans le Guide des certificats Sauveteur national (que vous devez avoir en main lors de l'examen) et des mesures de prévention relatives à la COVID-19 qui sont dans le Fiche Sauveteur National –Piscine – en situation de COVID-19.

Bon examen de requalification !

REMERCIEMENTS

La Société de sauvetage tient à remercier les bénévoles qui ont contribué au développement du guide de requalification. Vos judicieux conseils nous ont permis d'améliorer le présent

Équipe du projet

François Houle (responsable du groupe de travail bénévole), Maxime Chamberland, Guylaine Banville, Jonathan Pratt, Caroline Turgeon, Nathan Béchard et Katherine Paradis.

Révision et commentaires

L'équipe des mentors bénévoles de la Société de sauvetage pour leurs commentaires et suggestions

TABLE DES MATIÈRES

Table des matières

AVERTISSEMENT.....	2
MOT DU GROUPE DE TRAVAIL.....	2
REMERCIEMENTS	3
DÉROULEMENT D'UNE REQUALIFICATION SN.....	5
REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL.....	10
OPTION PISCINE	10
ITEMS DE CONDITION PHYSIQUE	11
ITEM 2E – DÉFI D'ENDURANCE	11
ITEM 2C – DÉFI SPRINT	11
REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL –.....	18
OPTION PARC AQUATIQUE.....	18
REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL.....	19
OPTION PLAGE CONTINENTALE	19
REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL –.....	27
OPTION PLAGE OCÉANIQUE	27
MOT DE LA FIN.....	28
BLOC DE REPRISE	28
ANNEXE 1 – MISE EN SITUATION POUR L'ITEM 10.....	29
ANNEXE 2 - MISE EN SITUATION POUR L'ITEM 10	33
ANNEXE 3 - Liste de vérifications quotidiennes – Cours/Examen - contexte de COVID-19..	37

DÉROULEMENT D'UNE REQUALIFICATION SN

REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL

PISCINE – PARC AQUATIQUE - PLAGES CONTINENTALE – PLAGES OCÉANIQUE

- Durée minimale de 4h.

Excluant le bloc de reprise. Du temps supplémentaire est requis au-delà de 12 participants ou en fonction du matériel disponible (ex. mannequins de sauvetage).

- Minimum de quatre (4) candidats

Si possible, inclure au minimum 10 personnes supplémentaires jouant le rôle de baigneurs lors de l'évaluation des situations de surveillance. Favoriser des membres des familles du même ménage que les candidats qui pourraient simuler des victimes pour ce même candidat et permettre ainsi de simuler « une prise en charge » sans tenir compte de la distanciation physique de 2 m, ou des usagers, des amis, ou de considérer de procéder à l'évaluation durant un bain libre une autre activité aquatique organisée en tenant compte de la distanciation physique de 2 m.

- Ratio moniteur/candidats : 1 :12 à 15¹ (Piscine et Parc aquatique) - 1 :12 (Plage) - 1 : 9 (Océanique). Il est recommandé d'ajouter 30 minutes /participants au-delà de 12.
- Préalable : détenir le brevet Sauveteur national de l'option

Toute personne dont le brevet Sauveteur national (avec l'option appropriée) est échu peut effectuer l'examen de requalification. Le candidat qui n'a pas le préalable et qui complète l'examen de requalification sera mis en échec pour faute de préalable.

HORAIRE TYPE DE L'EXAMEN

- Accueil des candidats et administration
- Partie pratique (dans l'eau)
 - Option Piscine
 - Option Parc aquatique
 - Option Plages continentales
 - Option Plages océaniques
- Fin de la requalification et mot de la fin
- Bloc de reprise (si nécessaire, maximum de 30 minutes)

Tout candidat se présentant avec un retard de 15 minutes ou plus pourrait se voir refuser l'accès à l'examen de requalification. Pour réussir l'examen, chaque candidat doit démontrer les habiletés de chacune des épreuves. Aucune exemption n'est acceptée, même avec un billet médical.

Durant la situation de la COVID-19, il se peut que le temps de l'examen puisse varier en fonction de différentes adaptations requises (ex. nombre de mannequins de sauvetage, dimension de la piscine, etc.)

QUOI FAIRE : AVANT - PENDANT - APRÈS

AVANT LA REQUALIFICATION

- Lire le présent guide de requalification.
- S'assurer que les candidats ont été avisés de comment se préparer à la requalification :
 - o <https://www.sauvetage.qc.ca/fr/sauvetage/requalifications>.
- Avoir en sa possession la liste des candidats inscrits à la requalification
- Avoir suffisamment de grilles d'évaluation Sauveteur national.
- Confirmer avec le membre affilié les heures et la date de réservation du plan d'eau.
- Confirmer avec le membre affilié le numéro d'examen :
 - o l'examen de requalification lorsqu'il est créé dans la base de données de la Société de sauvetage permet la transmission des résultats d'examen surplace immédiatement après l'examen à l'aide d'un téléphone cellulaire
- Préparer le matériel nécessaire.
- Assurez-vous d'avoir des produits nettoyants et désinfectants durant l'examen.
- Assurez-vous d'avoir accès à une station de lavage des mains avec du savon ou à avoir suffisamment de gel hydro-alcoolique.

PENDANT LA REQUALIFICATION

- Animer les épreuves et évaluer les candidats selon les exigences du certificat Sauveteur national en s'assurant de respecter intégralement les items tels que décrits au Guide du certificat Sauveteur national dans sa plus récente version et les règles de sécurité et d'hygiène en vigueur.
- Donner de la rétroaction aux candidats tout au long de la requalification.
- Offrir une formation complémentaire et une mise à jour au besoin.
- Effectuer le bloc de reprise au besoin (voir section « Bloc de reprise »)

APRÈS LA REQUALIFICATION

- Si un candidat échoue à la requalification, **remplir un rapport d'échec**, lui en remettre une copie et donner l'original au responsable de l'installation aquatique.
- Le rapport d'échec doit indiquer précisément le ou les points à voir qui n'ont pas permis d'atteindre l'Objectif d'apprentissage de l'item. Transmettre une image du rapport d'échec signé à alerte@sauvetage.qc.ca le jour de l'examen.

TRANSMISSION DES RÉSULTATS

- Transmettre les résultats en ligne dans un délai maximum de 24h ouvrable suivant la fin de l'examen sur le site Internet de la Société de sauvetage (www.sauvetage.qc.ca).
- Conserver les feuilles d'examen sous format papier, les notes justifiant la réussite ou l'échec des items par les candidats, les rapports d'échec pendant un minimum de 5 ans.

Note

La Société de sauvetage effectue des vérifications des examens de sauvetage et pourrait vous demander de fournir une copie numérisée de vos notes d'examen.

RAPPEL IMPORTANT AUX MONITEURS

Évaluation des candidats

Référez-vous à votre Guide du certificat Sauveteur national pour connaître le but, l'objectif, les points « à voir » et les remarques pour chaque item. Le Guide de requalification est un complément au guide du certificat.

Aucune pratique des candidats avant une épreuve

Il ne sera pas possible de pratiquer avec les équipements de secours avant d'effectuer une épreuve. Vous devez allouer quelques minutes pour que les candidats s'échauffent avant de faire une épreuve de condition physique et de prise en charge d'une victime.

Démonstration des actions :

Le moniteur doit demander aux candidats de démontrer les actions afin de les évaluer. Cela permet de se rapprocher de la réalité.

Référez-vous obligatoirement aux documents suivants de l'option appropriée durant la pandémie à la COVID-19

FICHES SAUVETEUR NATIONAL (OPTIONS- PISCINE –PLAGE-PARC AQUATIQUE) EN CONTEXTE DE COVID-19

- Ces fiches doivent être utilisées en accompagnement de Guide du certificat Sauveteur national
- Contient des recommandations pour l'évaluation du sauvetage en contexte de COVID-19
- Contient des recommandations pour l'enseignement et sur les situations en milieu de travail pour le surveillant-sauveteur en contexte de COVID-19
- Ces fiches pourraient être mises à jour régulièrement en fonction de l'évaluation de la situation.
- Pour demeurer informé, consultez régulièrement la section COVID-19 de votre tableau de bord

INTRODUCTION ET ADMINISTRATION

(10 MINUTES)

1- PRÉSENTER LA REQUALIFICATION

- Vérifier la liste des candidats inscrits à la requalification
- Vérifier l'identité de chacun des candidats (carte d'identité avec photo).
- Présenter la structure de la requalification propre à l'option offerte.
- Lire aux candidats avant chacune des épreuves, les points à voir.

2- TRANSMETTRE CES RENSEIGNEMENTS IMPORTANTS AUX CANDIDATS

- Mentionner aux candidats que leur brevet Sauveteur national est légalement requalifié au moment où les résultats de leur requalification sont inscrits dans leur dossier à la Société de sauvetage.
- Le moniteur Sauveteur national ne peut délivrer aucune attestation de réussite à la fin de la requalification.
- Informer les candidats à propos du site Internet de la Société de sauvetage (www.sauvetage.qc.ca).
- Inviter les candidats à mettre leurs informations à jour sur leur profil
 - o Chaque sauveteur doit créer un compte, notamment pour maintenir ses coordonnées à jour et recevoir son brevet de sauvetage à la bonne adresse.
Demander aux candidats de vérifier leurs informations incluant :
 - adresse et bon numéro d'appartement
 - coordonné cellulaire (pour communication futur).
 - o Important : Le changement d'adresse peut être fait seulement par le candidat en accédant à « Ma boîte à outils » de son tableau de bord.
- Faire part du préambule et des objectifs aux candidats

Préambule

La requalification Sauveteur national est une activité d'évaluation visant à vérifier que les surveillants-sauveteurs respectent toujours les exigences du certificat Sauveteur national. En plus de permettre l'évaluation des sauveteurs du Québec, la requalification donne l'occasion aux candidats d'être sensibilisés ou informés sur les nouveaux aspects théoriques et techniques ayant trait à leur rôle de surveillant-sauveteur, d'éducateur, de conseiller et d'ambassadeur de la prévention des noyades. **Les épreuves tiennent compte de la situation du Covid-19 et ont été adaptées pour limiter les contacts, les participants sont invités à suivre les consignes en vigueur par la santé publique relative à l'hygiène et à la distanciation physique.**

Pour chaque atelier de cette requalification, les candidats sont évalués une première fois. En cas d'échec, une seconde chance leur est accordée une fois que tous les autres candidats ont fait leur premier essai. S'ils sont toujours en situation d'échec, ils sont convoqués au bloc de reprise d'une durée de 30 minutes à l'intérieur duquel ils n'ont qu'un seul et dernier essai pour réussir l'épreuve. Ils peuvent alors demander l'aide des autres candidats (mais pas celle du moniteur) ou pratiquer de manière autonome. Lorsqu'ils se sentent prêts, ils n'ont qu'un seul essai pour démontrer l'habileté demandée. Si les 30 minutes sont écoulées, le moniteur est en droit d'exiger l'exécution de l'épreuve sans délai supplémentaire.

3- FORMULAIRES

Feuilles d'examen Sauveteur national

Transmettre les résultats de manière électronique directement dans la base de données de la Société de sauvetage (possible à l'aide de votre téléphone immédiatement après l'examen de requalification, demander à votre affiliation).

Conserver des notes, feuilles d'examen et tout autre document d'évaluation pour vos archives ou pour remettre sur demande lors des audits d'examen de requalification de la Société de sauvetage

Le moniteur doit remplir la feuille d'examen appropriée à l'option. Il est conseillé d'utiliser les fichiers inscriptibles (en format PDF) disponibles sur le site Internet de la Société de sauvetage.

Si la feuille d'examen est manuscrite, veuillez la numériser pour la conserver dans vos dossiers et la rendre disponible sur demande.

Durant la requalification, le moniteur doit remplir uniquement les cases des items concernant la requalification donnée. Il est obligatoire d'inscrire un √ pour un item réussi ou un F pour un item non réussi.

Sauveteur national – Piscine

Items de l'option Piscine : 2a, 2c, 2e, 9a, 9b, 9c, 9d et 10

Sauveteur national – Parc aquatique

Items de l'option Parc aquatique : 1a, 1b, 9b, 11a, 11b, 11c et 12a

Sauveteur national – Plage continentale

Items de l'option Plage continentale : 2a, 2b, 2c, 7, 10a, 10b, 10c, 10d et 11

Sauveteur national – Plage océanique

Items de l'option Plage océanique : 1a, 1b, 1c, 4b, 6, 9a, 9b, 9c, 9d et 10

EXEMPLE

SAUVETEUR NATIONAL SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE Piscine Révisée en 2012		Sexe	Date de naissance	Vérification des prélabiles														Résultat						
Recto : Veuillez inscrire en lettres moulées le nom et les coordonnées de chaque candidat				1*	2a*	2b*	2c*	2d*	2e*	2f*	3*	4*	5a*	5b*	*5c	6*	7*	8*	9a*	9b*	9c*	9d*	10	
				* Épreuves évaluées par le moniteur														† Épreuves obligatoires lors d'une requalification						
1 Prénom				✓		✓		✓											✓	✓	✓	✓	✓	
M F																								
Année																								

Le symbole « † » dans la feuille d'évaluation représente les items à évaluer lors de la requalification Sauveteur national où un résultat doit être inscrit.

REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL OPTION PISCINE

OBJECTIFS DE LA REQUALIFICATION

- Évaluer la performance dans les items ci-dessous (voir déroulement) :
- Sensibiliser les surveillants-sauveteurs à l'importance de maintenir une bonne condition physique.
- Sensibiliser les surveillants-sauveteurs à l'importance de pratiquer régulièrement les techniques de sauvetage, de premiers soins et de réanimation afin d'être en mesure d'intervenir efficacement en situation d'urgence.
- Offrir du perfectionnement aux surveillants-sauveteurs.
- Diffuser des informations importantes de la Société de sauvetage :

INVITER LES CANDIDATS À CONSULTER LE DOSSIER SPÉCIAL COVID-19 sur sauvetage.qc.ca

DÉROULEMENT

Condition physique (30 minutes)

Item 2e : Endurance

Item 2c : Sprint

Item 2a : Récupération d'un objet

Prise en charge (120 minutes)

Item 9a : Prise en charge d'une victime en détresse ou en train de se noyer

Item 9b : Prise en charge d'une victime immergée qui ne respire pas

Item 9c : Prise en charge d'une victime blessée à la colonne vertébrale

Item 9d : Prise en charge d'un nageur blessé

Situations de surveillance (60 minutes)

Item 10 : Situation de surveillance aquatique

Perfectionnement (15 minutes)

Item 5b et 6 : Chaise de surveillance : sécurité pour le surveillant-sauveteur

Fin de la requalification

Mot de la fin et bloc de reprise

ITEMS DE CONDITION PHYSIQUE

Calculez vous-même le temps et le nombre de longueurs parcourues par les candidats. Communiquez le résultat aux candidats immédiatement après l'épreuve.

Astuce : Diviser le groupe en plusieurs vagues afin d'être un seul candidat par couloir de natation.

MATÉRIEL

- Câbles pour séparer les couloirs de nage
- Papier et crayon pour inscrire le nombre de longueurs
- Chronomètre
- Guide du certificat Sauveteur national
- Briques ou objet de 9 kg (20 lbs)

ITEM 2E – DÉFI D'ENDURANCE

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Nage chronométrée de 400 mètres en couloirs

1. Offrir quelques minutes aux candidats pour s'échauffer.
2. Un seul candidat par couloir.

ITEM 2C – DÉFI SPRINT

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Sprint sous forme de course (50 m) entre les candidats : un seul candidat par couloir.

ITEM 2A – RÉCUPÉRATION D'UN OBJET

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Les candidats récupèrent un objet de 9 kg (20 lb).

NOTES – COVID 19.

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

ITEM 9A – VICTIME EN DÉTRESSE OU EN TRAIN DE SE NOYER (15 MINUTES)

(Le moniteur doit effectuer la lecture des points à voir)

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Mises en situation de sauvetage :

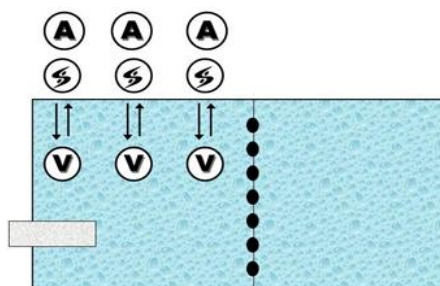
- Équipes de 3 candidats : 1 sauveteur, 1 victime et 1 aide.
- Les victimes sont en eau profonde, les sauveteurs et les aides sont à l'extérieur de l'eau.
- Le moniteur peut évaluer de 1 à 3 équipes à la fois.
- L'épreuve constitue une prise en charge complète de la victime y compris les traitements.

MATÉRIEL

- Aides de sauvetage en quantité suffisante

Important : Rappeler aux candidats qu'il est primordial de réagir rapidement afin d'éviter des séquelles liées à la noyade qui peuvent se manifester jusqu'à 72 heures suivant l'aspiration d'eau. Toute personne qui présente des difficultés respiratoires suivant une noyade doit consulter immédiatement un médecin.

SCHÉMA DE L'ACTIVITÉ



POUR MIEUX PRÉVOIR VOTRE TEMPS...

Une vague de 3 candidats
prend 2 à 3 minutes à
évaluer.

4 vagues maximum

=

12 minutes d'évaluation

NOTES - COVID 19 :

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

ITEM 9B – VICTIME IMMERGÉE QUI NE RESPIRE PAS (30 MINUTES)

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Mises en situation de sauvetage :

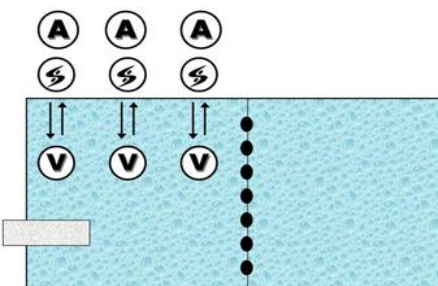
- Équipes de 3 : 1 sauveteur, 1 victime et 1 aide.
- Les victimes sont en eau profonde, les sauveteurs et les aides sont à l'extérieur de l'eau.
- Les aides ne peuvent pas aider à sortir la victime pour plus d'une d'équipe si nécessaire, conserver les tandems ou les trios inchangés.

Important : Revenir avec les candidats sur les points importants de l'épreuve tels que les normes de réanimation en situation de COVID-19, le positionnement du sauveteur, l'importance de réagir rapidement et efficacement, la protection des voies respiratoires de la victime lors de la remontée et l'importance de diminuer le délai entre la sortie de l'eau et le début des compressions. Donner de la rétroaction aux candidats sur la préparation de la victime à la défibrillation.

MATÉRIEL

- 1 masque de poche, 1 paire de gants, une protection oculaire et un masque de procédure par candidat (incluant l'aide)
- Jusqu'à 3 mannequins par moniteur pour la réanimation (suivre les règles d'hygiène recommandées)

SCHÉMA DE L'ACTIVITÉ



POUR MIEUX PRÉVOIR
VOTRE TEMPS...

Une vague de 3 candidats
prend 5 à 6 minutes à
évaluer.

4 vagues maximum
=
24 minutes d'évaluation

NOTES– COVID 19.

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

ITEM 9C – VICTIME BLESSÉE À LA COLONNE VERTÉBRALE (45 MINUTES)

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

1. Dans un premier temps, en équipe de 2 candidats (1 sauveteur et un mannequin), pour chaque candidat, évaluer le retournement d'une victime (mannequin), inconsciente et qui respire, blessé à la colonne vertébrale se trouvant en eau profonde pour ensuite la transporter dans la partie peu profonde (15 mètres).
2. Dans un deuxième temps, en équipe, 2 à 4 sauveteurs doivent effectuer la prise en charge d'une victime blessée à la colonne vertébrale en respectant l'ensemble des éléments « à voir » :
 - Équipes de 4 candidats : 2 sauveteurs, 1 témoin et 1 mannequin de sauvetage (pour la victime) en partie peu profonde.
 - Tous les candidats doivent être évalués minimalement à titre de sauveteur 1 ou 2. Chaque sauveteur est évalué individuellement et comme membre d'une équipe (par exemple, 12 candidats = minimum 6 mises sur planche).
 - Si vous avez accès à plusieurs planches dorsales, évaluez un maximum de 3 équipes à la fois;

REMARQUES

L'activité d'évaluation doit se réaliser avec une « victime consciente » qui respire afin d'être en mesure d'évaluer tous les points « à voir » de l'item. Toutefois, les candidats doivent être en mesure de réagir pour tous les types de victimes. Les types de victimes sont énumérés dans les remarques de l'item. Faire un bref rappel des étapes à faire en fonction de chaque type de victime et des complications possibles.

MATÉRIEL

- Mannequin de sauvetage, planches dorsales, et masque de procédure pour tous les sauveteurs et témoin (lors de la mise sur planche en partie peu profonde).

NOTES – COVID 19.

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

ITEM 9D – NAGEUR BLESSÉ (30 MINUTES)

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Mises en situation de sauvetage :

- Toutes les victimes doivent être **DANS L'EAU** puisque l'approche et le remorquage doivent être évalués dans le cadre de l'item 9d.
- Le moniteur évalue 1 à 3 sauveteurs à la fois.
- Les surveillants-sauveteurs évalués se positionnent côte à côte (à 2 m de distance), dos à la piscine. Au signal du moniteur, le premier sauveteur se retourne face à la piscine et débute sa surveillance afin de reconnaître le nageur blessé et intervenir auprès de lui. Lorsque le premier sauveteur débute son intervention, donner le signal au second sauveteur de débiter sa surveillance et ainsi de suite.
- Les témoins (avec masque de procédure) peuvent aider à sortir la victime seulement si nécessaire et privilégier le maintien de la distance de 2 m.

Il s'agit d'une évaluation de la prise en charge d'une victime blessée, dans un contexte de situation de surveillance. Chaque sauveteur est évalué individuellement, et non comme membre d'une équipe. Seule l'intervention auprès de la victime blessée est évaluée. Les autres aspects d'une situation de surveillance (positionnement, évacuation, assistance aux autres sauveteurs, etc.) seront évalués lors d'une autre activité.

Les sauveteurs doivent effectuer le sauvetage et la prise en charge de la victime de manière réaliste par rapport à la mise en situation. **Les candidats doivent démontrer les actions et ce, même si ce sont des consignes à distance en fonction du contexte de la pandémie (et non le faire verbalement en faisant semblant).**

L'annexe 1 de ce document propose des mises à situation ainsi que des types de victimes. En tout temps, les types de victimes et l'évaluation de la prise en charge doivent être conformes avec l'annexe A et l'item correspondant du Guide du certificat Sauveteur national. Les messages clés doivent tous être transmis aux candidats.

MATÉRIEL

- Sifflet, gants et masque de poche, protection oculaire et masque de procédure (chirurgicaux)
- Objets de sauvetage (qui permette une distance de 2 m avec la victime)
- Mises en situation (annexe 1)

NOTE IMPORTANTE

L'activité permet d'insister sur l'importance de traiter les manifestations plutôt que de poser un diagnostic.

NOTES – COVID 19.

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

ITEM 10 –SITUATION DE SURVEILLANCE (1 HEURE)

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Mises en situation de sauvetage à titre de surveillant-sauveteur au sein d'une équipe de surveillance (leader ou membre).

- Les victimes et baigneurs doivent être majoritairement dans l'eau
- Choisir des situations ne nécessitant pas de matériel contenu dans une trousse de premiers secours
- Le nombre de sauveteurs dans une équipe est à déterminer par le moniteur.
- Le moniteur évalue 1 équipe à la fois.
- Chaque membre de l'équipe doit être l'intervenant principal lors d'une situation ; c'est à ce moment qu'il est considéré comme le leader de l'équipe.
- L'équipe de surveillants-sauveteurs se positionne pour simuler une surveillance de baignade libre et doit effectuer un balayage visuel afin de reconnaître la victime et intervenir auprès d'elle. Selon le cas, l'équipe doit continuer la surveillance ou effectuer une évacuation. Évaluer la surveillance selon les items 5a et 5b.
- L'utilisation des stations de surveillance n'est pas requise pour évaluer cet item et ce en raison du contexte de la pandémie. Si utilisées, suivre les consignes de désinfection (voir la Fiche Sauveteur National – en contexte de COVID-19)
- Pour gagner en efficacité, les retours (en configuration à 2 m de distance pour tous) peuvent se faire lorsque tous les membres de l'équipe ont réalisé leur intervention en tant que leader.

Il s'agit d'une évaluation de chaque candidat :

- comme **membre** et **leader** lors de l'intervention d'une situation de surveillance.

Lire aux candidats : Les sauveteurs doivent effectuer le sauvetage et la prise en charge de la victime de manière réaliste par rapport à la mise en situation. Les candidats doivent démontrer les actions (et non le faire verbalement). Par exemple, le témoin qui appelle l'ambulance doit se déplacer vers le téléphone. Ce témoin simule d'être au téléphone pendant toute la durée de la situation. Avant chaque mise en situation, situez avec les candidats la zone de surveillance, le téléphone d'urgence, le matériel de secours, les sorties d'urgence et le DEA. Si vous utilisez le matériel de secours de l'installation : **nettoyer et désinfecter après usage**.

L'annexe 2 de ce document propose des mises à situation ainsi que des types de victimes :

- conformes avec l'annexe A du Guide du certificat Sauveteur national.
- messages clés (points à voir) doivent tous être transmis aux candidats.

MATÉRIEL

- Sifflet, gants et masque de poche, masque de procédure (chirurgicaux)
- Objets de sauvetage : permettant une distance de 2 m
- Mises en situation (annexe 2)

NOTES- COVID 19.

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

PERFECTIONNEMENT :

Utilisation du mirador et de l'objet de sauvetage (15 MINUTES)

Se référer à la section Surveillant-sauveteur en situation de travail de la Fiche Sauveteur national – Covid-19 pour alimenter la discussion avec les candidats sur la surveillance en situation de Pandémie

INFORMATION AU MSN POUR LA DISCUSSION AVEC LES PARTICIPANTS

La quantité de blessures reliées aux chaises de sauveteur en piscine est très importante. La CNESST relève de nombreuses chutes liées à une mauvaise utilisation des miradors.

Voici des recommandations issues d'enquêtes de la CNESST (et basées notamment sur les recommandations de la Société de sauvetage) :

- Avoir un minimum de 3 points d'appui en montant ou en descendant. Ça signifie qu'on ne doit pas avoir d'objet flottant dans les mains!
- Faire face à l'échelle en montant ou descendant
- S'assurer que la plateforme est sèche
- Un dégagement autour du siège permettant d'y mettre les deux pieds s'il faut le contourner
- Le sauveteur doit être dégagé de la surveillance lors de la rotation lorsqu'il monte ou descend
- Les sauveteurs doivent être pieds nus (ou avec une chaussure appropriée, ce qui exclut les gougounes)
- Ne pas sauter les dernières marches
- Choisir des objets de sauvetage permettant une distance de 2 m : perche de sauvetage, bouées avec corde (évitez le VFI).
- Plusieurs facteurs sont en jeu tels que la profondeur de l'eau, les baigneurs présents dans la zone, l'état de la victime, les autres obstacles (câbles par exemple), l'état du mirador, etc.
- En 2017, dans la revue Alerte, la Société de sauvetage appelait à la prudence, rappelait que ce n'était pas recommandé de sauter à partir de chaises amovibles et que le Guide des certificats recommande une profondeur de l'eau d'un minimum de 3m pour sauter d'un mirador.
- Le lancer d'objet flottant présente également des risques, notamment l'anneau métallique de la bouée tube et le fait que le sauveteur qui manque son lancer n'a plus son objet flottant pour approcher un baigneur.



Il est recommandé de ne pas monter AVEC UN OBJET DE SAUVETAGE sur le mirador et il suffit de simplement suspendre l'objet de sauvetage sur le crochet généralement attaché au mirador. Le sauveteur pourra le récupérer après être descendu de la chaise de manière sécuritaire. Ce mode de fonctionnement va dans la continuité des mesures de sécurité préconisées depuis de nombreuses années. Le gain minime de rapidité d'un saut ou d'un lancer ne contrebalance pas les risques inhérents au saut.

REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL – OPTION PARC AQUATIQUE

DÉROULEMENT

Note : Les items doivent être pratiqués dans des installations caractéristiques des parcs aquatiques telles qu'une piscine à vagues, un bassin de réception, une glissade, etc.

Condition physique (15 minutes)

Item 1a : Transport d'une victime blessée à la colonne vertébrale

Item 1b : Approche et transport

Prise en charge (3 heures 15 minutes)

Adaptation des activités de prises en charge de la requalification Sauveteur national option Piscine au contexte du parc aquatique

Item 11a : Prise en charge d'une victime en détresse ou en train de se noyer

Item 11b : Prise en charge d'une victime immergée qui ne respire pas

Item 11c : Prise en charge d'une victime blessée à la colonne vertébrale

Items 9b et 12 : Sauvetage dans une glissade en situation de surveillance aquatique (vous pouvez vous inspirer des annexes 1 et 2, avec les adaptations nécessaires)

Perfectionnement (30 minutes)

Le contenu du bloc perfectionnement est au choix du moniteur. Le choix du sujet devrait tenir compte des besoins des candidats ainsi que des réalités de l'environnement.

Fin de la requalification

Mot de la fin et bloc de reprise

REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL OPTION PLAGE CONTINENTALE

DÉROULEMENT

Condition physique (30 minutes)

Item 2a : Course – nage – remorquage

Item 2b : Sprint de sauvetage

Item 2c : Transport d'une victime

Prise en charge (120 minutes)

Item 10a : Victime en détresse ou en train de se noyer

Item 10b : Victime immergée qui ne respire pas

Item 10c : Victime blessée à la colonne vertébrale

Item 10d : Nageur blessé en situation de surveillance aquatique (vous pouvez vous inspirer de l'annexe 1 , avec les adaptations nécessaires)

Item 7 : Utilisation d'une embarcation de sauvetage (à voir dans l'une des situations de prises en charge)

Situations de surveillance (60 minutes)

Items 11: Situations de surveillance aquatique (vous pouvez vous inspirer de l'annexe 2, avec les adaptations nécessaires)

Perfectionnement (15 minutes)

Utilisation du mirador et de l'objet de sauvetage

Fin de la requalification

Mot de la fin et bloc de reprise

ITEM 2A - COURSE - NAGE - REMORQUAGE

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Le candidat doit effectuer l'épreuve physique en 6 minutes ou moins, tout en respectant les distances établies. Il doit courir avec une aide de sauvetage sur une distance de 100 mètres, entrer à l'eau et nager sur une distance de 100 mètres afin de récupérer une victime de taille similaire à la sienne, puis la remorquer sur une distance de 100 mètres, soit jusqu'à la rive; le tout en moins de 6 minutes.

MATÉRIEL

- Aquaplane (pour le moniteur)
- Bouées tubes ou bouées torpilles (une par sauveteur)
- Indicateur de ligne d'arrivée dans l'eau
- Chronomètre (pour le moniteur)

ITEM 2B - SPRINT DE SAUVETAGE

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Le candidat doit effectuer l'épreuve physique en respectant les distances établies.

MATÉRIEL

- Aquaplane (pour le moniteur)
- Bouées tubes ou bouées torpilles (une par sauveteur et le même durant l'examen ou désinfection entre chaque sauvetage)
- Paires de palmes (chaque candidat est responsable d'apporter ses palmes)
- Indicateur de ligne d'arrivée dans l'eau

ITEM 2C - TRANSPORT D'UNE VICTIME

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Le candidat doit récupérer une victime passive se trouvant à une profondeur équivalant aux hanches du sauveteur et la transporter sur la rive.

MATÉRIEL

- Indicateur de ligne d'arrivée sur le sable

NOTES - COVID 19.

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

ITEM 10A – VICTIME EN DÉTRESSE OU EN TRAIN DE SE NOYER (30 MINUTES)

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

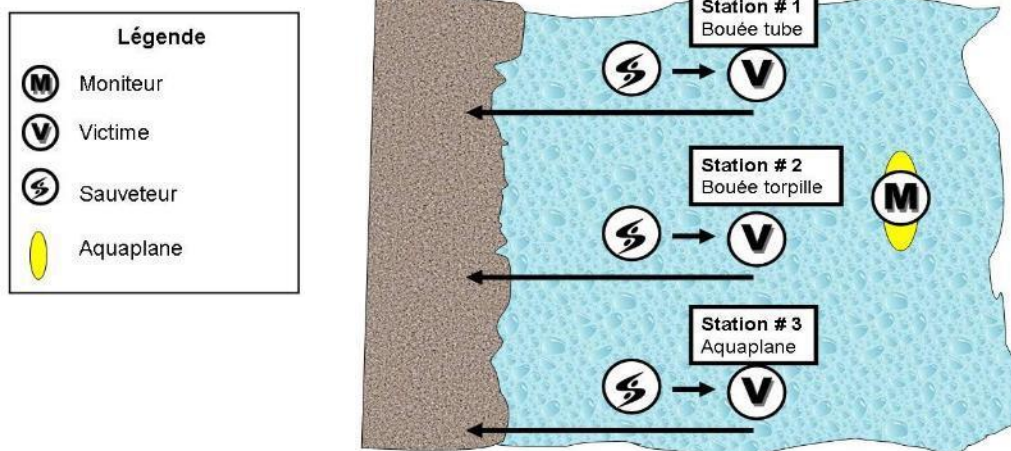
Le candidat doit intervenir auprès d'une victime qui se noie en eau profonde en respectant l'ensemble des éléments « à voir » avec une des trois aides (une des trois stations) :

- Équipes de 2 candidats : 1 sauveteur et 1 victime (**un tandem pour l'examen**).
- L'aide de sauvetage est la bouée tube, la bouée torpille ou l'aquaplane.
- Le sauveteur et la victime sont déjà en eau profonde. Le sauveteur fait une approche vers la victime avec une aide de sauvetage pour la récupérer.
- Une fois la victime récupérée, le sauveteur la remorque vers la plage sur quelques mètres.
- Le moniteur évalue la capacité du sauveteur à effectuer la récupération et l'évaluation rapide de la victime.
- Le moniteur évalue l'Item 7 : utilisation d'une embarcation dans une situation de prise en charge.

MATÉRIEL

- Bouées-tubes, bouées-torpilles et aquaplanes

SCHÉMA DE L'ÉPREUVE



STRATÉGIE D'ENSEIGNEMENT

Vous pouvez combiner cet item avec la prise en charge d'une victime immergée qui ne respire pas (voir page suivante).

REMARQUE SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE – COVID 19.

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

ITEM 10B – VICTIME IMMERGÉE QUI NE RESPIRE PAS

(30 MINUTES)

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

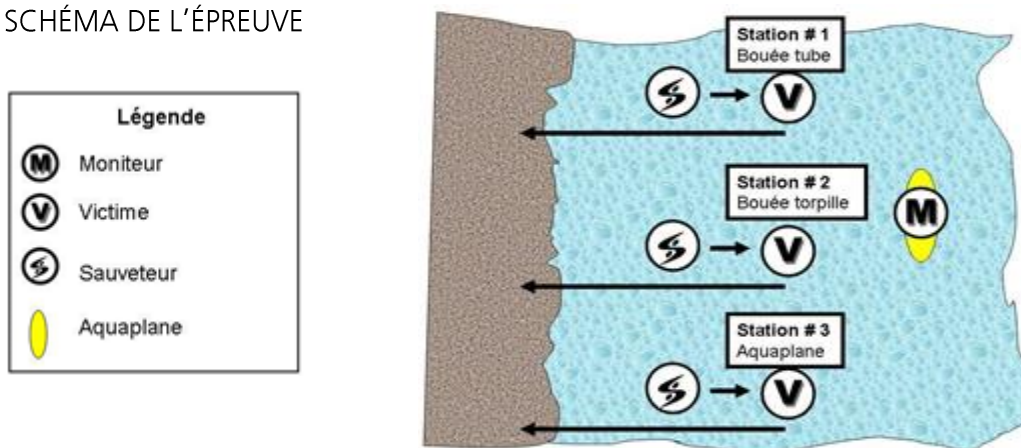
Le candidat doit intervenir auprès d'une victime immergée qui ne respire pas en respectant l'ensemble des éléments « à voir » :

- Équipes de 2 candidats : 1 sauveteur et 1 victime (un tandem pour l'examen).
- L'aide de sauvetage est la bouée tube, la bouée torpille ou l'aquaplane.
- Le sauveteur et la victime sont déjà en eau profonde. Le sauveteur fait une approche vers la victime avec une aide de sauvetage pour la récupérer.
- Une fois la victime récupérée, le sauveteur la remorque ou la transporte vers la plage sur quelques mètres.
- Le moniteur évalue la capacité du sauveteur à effectuer la récupération et l'évaluation rapide de la victime.
- Le moniteur évalue l'Item 7 : utilisation d'une embarcation dans une situation de prise en charge.

MATÉRIEL

- Bouées-tubes, bouées-torpilles et aquaplanes

SCHÉMA DE L'ÉPREUVE



STRATÉGIE D'ENSEIGNEMENT

Vous pouvez combiner cet item avec la prise en charge d'une victime en détresse ou en train de se noyer (page précédente).

NOTES – COVID 19.

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

ITEM 10C – VICTIME BLESSÉE À LA COLONNE VERTÉBRALE (30 MINUTES)

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION (SANS PLANCHE DANS L'EAU)

Le candidat doit effectuer le retournement d'une victime, inconsciente et qui respire, blessée à la colonne vertébrale située dans l'eau en zone peu profonde pour ensuite la transporter près de la plage (en équipe) en respectant les éléments « à voir » :

- Équipes de 4 candidats : 3 à 4 sauveteurs et 1 mannequin (victime) (un tandem).
- Chaque candidat doit jouer le rôle du sauveteur leader de la situation.
 - o S'il y a 12 participants, on doit effectuer 12 situations
- Les sauveteurs et la victime sont déjà dans l'eau en zone peu profonde.
- L'aide de sauvetage est soit la bouée tube, soit la bouée torpille.
- Approche, retournement et transport de la victime en stabilisant la colonne vertébrale.
- Sortie de l'eau de la victime et dépôt de la victime sur le sable ou sur une planche dorsale (selon l'équipement de la plage).
- Le moniteur évalue la capacité des sauveteurs à effectuer la récupération, l'évaluation rapide de la victime ainsi que la sortie d'une victime potentiellement blessée à la colonne.

MATÉRIEL

- Bouées-tubes et bouées-torpilles
- Planche dorsale (optionnel)
- Masques de procédure (chirurgical)

NOTES – COVID 19.

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

ITEM 10D – NAGEUR BLESSÉ (30 MINUTES)

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Mises en situation de sauvetage :

- Toutes les victimes doivent être **DANS L'EAU** puisque l'approche et le remorquage doivent être évalués dans le cadre de l'item 10d.
- Le moniteur évalue 1 à 3 sauveteurs à la fois.
- Les surveillants-sauveteurs évalués se positionnent côte à côte, dos à l'eau. Au signal du moniteur, le premier sauveteur se retourne face à l'eau et débute sa surveillance afin de reconnaître le nageur blessé et intervenir auprès de lui. Lorsque le premier sauveteur débute son intervention, donner le signal au second sauveteur de débiter sa surveillance et ainsi de suite.
- Les témoins ne peuvent pas aider à sortir la victime si nécessaire (**sauf si tandem**).

Il s'agit d'une évaluation de la prise en charge d'une victime blessée, dans un contexte de situation de surveillance. Chaque sauveteur est évalué individuellement, et non comme membre d'une équipe. Seule l'intervention auprès de la victime blessée est évaluée. Les autres aspects d'une situation de surveillance (positionnement, évacuation, assistance aux autres sauveteurs, etc.) seront évalués lors d'une autre activité.

Les sauveteurs doivent effectuer le sauvetage et la prise en charge de la victime de manière réaliste par rapport à la mise en situation. Les candidats doivent démontrer les actions (et non le faire verbalement).

L'annexe 1 de ce document propose des mises à situation ainsi que des types de victimes. Adaptez ces situations à l'environnement en plage. En tout temps, les types de victimes et l'évaluation de la prise en charge doivent être conformes avec l'annexe A et l'item correspondant du Guide du certificat Sauveteur national. Les messages clés doivent tous être transmis aux candidats.

MATÉRIEL

- Sifflet, trousse de premiers soins, gants et masque de poche
- Objets de sauvetage
- Mises en situation (annexe 1)

**POUR MIEUX PRÉVOIR
VOTRE TEMPS...**

Une vague d'un maximum de 3 équipes prend 5 à 6 minutes à évaluer.

4 vagues maximum

=

24 minutes d'évaluation

NOTES IMPORTANTES

L'activité permet d'insister sur l'importance de traiter les manifestations plutôt que de poser un diagnostic.

NOTE – COVID 19.

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

ITEM 11 –SITUATION DE SURVEILLANCE (60 MIN)

ACTIVITÉ D'ÉVALUATION

Mises en situation de sauvetage à titre de surveillant-sauveteur au sein d'une équipe de surveillance (leader ou membre).

- Les victimes et baigneurs peuvent être dans l'eau ou sur la plage.
- Le nombre de sauveteurs dans une équipe est à déterminer par le moniteur.
- Le moniteur évalue 1 équipe à la fois. Chaque membre de l'équipe doit être l'intervenant principal lors d'une situation ; c'est à ce moment qu'il est considéré comme le leader de l'équipe.
- L'équipe de surveillants-sauveteurs se positionne pour simuler une surveillance de baignade libre et doit effectuer un balayage visuel afin de reconnaître la victime et intervenir auprès d'elle. Selon le cas, l'équipe doit continuer la surveillance ou effectuer une évacuation.
- Pour gagner en efficacité, les retours peuvent se faire lorsque tous les membres de l'équipe ont réalisé leur intervention en tant que leader.

Il s'agit d'une évaluation de chaque candidat comme membre et leader d'une équipe de surveillance. Tous les aspects d'une situation de surveillance sont évalués.

Les sauveteurs doivent effectuer le sauvetage et la prise en charge de la victime de manière réaliste par rapport à la mise en situation. Les candidats doivent démontrer les actions (et non le faire verbalement). Par exemple, le témoin qui appelle l'ambulance doit se déplacer vers le téléphone. Ce témoin simule d'être au téléphone pendant toute la durée de la situation. Avant chaque mise en situation, situez avec les candidats la zone de surveillance, le téléphone d'urgence, le matériel d'urgence, les sorties d'urgence et le DEA. Idéalement, utilisez le vrai matériel de l'installation.

L'annexe 2 de ce document propose des mises à situation ainsi que des types de victimes. Adaptez ces situations à l'environnement en plage. En tout temps, les types de victimes et l'évaluation de la prise en charge doivent être conformes avec l'annexe A et l'item correspondant du Guide du certificat Sauveteur national. Les messages clés doivent tous être transmis aux candidats.

MATÉRIEL

- Sifflet, trousse de premiers soins, gants et masque de poche, protection oculaire et masque de procédure
- Objets de sauvetage
- Mises en situation (annexe 2)

NOTES IMPORTANTES

La Société de sauvetage, en collaboration avec ses partenaires, a émis une position à l'effet que les surveillants-sauveteurs ne doivent JAMAIS sauter en bas d'un mirador.

NOTES – COVID 19.

Se référer à la Fiche Sauveteur National – Piscine – en situation de COVID-19

PERFECTIONNEMENT :

Utilisation du mirador et de l'objet de sauvetage (15 MINUTES)

Se référer à la section Surveillant-sauveteur en situation de travail de la Fiche Sauveteur national – Covid-19 pour alimenter la discussion avec les candidats sur la surveillance en situation de Pandémie

INTRODUCTION

La quantité de blessures reliées aux chaises de sauveteur en plage est importante. La CNESST relève de nombreuses blessures liées à une mauvaise utilisation des miradors, qu'il s'agisse de blessures d'usures aux chevilles ou aux genoux, ou bien carrément d'une blessure à la colonne vertébrale.

Voici des recommandations issues d'enquêtes de la CNESST (et basées notamment sur les recommandations de la Société de sauvetage) :

- Avoir un minimum de 3 points d'appui en montant ou en descendant. Ça signifie qu'on ne doit pas avoir d'objet flottant dans les mains!
- Faire face à l'échelle en montant ou descendant
- S'assurer que la plateforme est sèche
- Un dégagement autour du siège permettant d'y mettre les deux pieds s'il faut le contourner
- Le sauveteur doit être dégagé de la surveillance lors de la rotation lorsqu'il monte ou descend
- Les sauveteurs doivent être pieds nus (ou avec une chaussure appropriée, ce qui exclut les gougounes)
- Ne pas sauter les dernières marches

En conclusion, mentionnez que depuis quelques années, la Société de sauvetage **s'est positionnée contre le saut des chaises en milieu plage**. Les sauveteurs avaient l'habitude de créer « tas de sable » et d'y sauter pour descendre. Or, il faut descendre par l'échelle. Voici des pistes de réflexion :

-Depuis longtemps, la Société de sauvetage met en garde les sauveteurs contre le saut des chaises (des articles sont parus sur ce sujet dans la revue Alerte printemps/été 2010 et printemps/été 2017).

-Il est également recommandé de ne pas sauter des miradors en piscine (ou à partir des miradors qui sont positionnés dans l'eau comme à la plage du Domaine de Rouville)

- Discussion sur la gestion de l'objet de sauvetage, dans le respect des consignes de sécurité pour monter et descendre du mirador. En conclusion, mentionnez qu'il est **recommandé de ne pas monter la bouée tube ou la bouée torpille sur le mirador et de simplement suspendre l'objet de sauvetage sur le crochet généralement attaché au mirador ou encore de l'installer sur le sable**. Le sauveteur pourra le récupérer après être descendu de la chaise.

Ce mode de fonctionnement va dans la continuité des mesures de sécurité préconisées depuis de nombreuses années. Le gain minime de rapidité d'un saut ou d'un lancer ne contrebalance pas les risques inhérents au saut.

REQUALIFICATION SAUVETEUR NATIONAL – OPTION PLAGE OCÉANIQUE

DÉROULEMENT

Condition physique (45 minutes)

Pour l'Item 1c, se référer à l'Item 2c de la partie aquatique de l'option Plage continentale.

Pour les items 1a et 1b, se référer au Guide du certificat Sauveteur national - Plage océanique.

Item 1a : Course – nage - remorquage

Item 1b : Course – nage - course

Item 1c : Transport d'une victime

Prise en charge (3 heures)

Adaptation au contexte de plage océanique des activités de prises en charge de la requalification Sauveteur national, option Plage continentale.

Item 9a : Prise en charge d'une victime en détresse ou en train de se noyer

Item 9b : Prise en charge d'une victime immergée qui ne respire pas

Item 9c : Prise en charge d'une victime blessée à la colonne vertébrale

Items 9d et 10 : Prise en charge d'un nageur blessé en situation de surveillance aquatique
(vous pouvez vous inspirer des annexes 1 et 2, avec les adaptations nécessaires)

À voir dans l'une des situations de prise en charge

Item 6 : Utilisation d'une embarcation de sauvetage

Item 4b : Surveillance d'une plage océanique : positionnement et rotation

Perfectionnement (15 minutes)

Le contenu du bloc perfectionnement est au choix du moniteur. Le choix du sujet devrait tenir compte des besoins des candidats ainsi que des réalités de l'environnement.

Fin de la requalification

Mot de la fin et bloc de reprise

MOT DE LA FIN

(5 MINUTES)

DÉROULEMENT

- Donner des commentaires généraux sur l'ensemble de la requalification.
- Rappeler qu'il est de la responsabilité de chaque surveillant-sauveteur de maintenir ses connaissances et ses habiletés à jour afin d'intervenir adéquatement dans une situation d'urgence.
- Inviter les candidats ayant échoué à un ou plusieurs items à rester pour le bloc de reprise.
- Signer les formulaires des candidats (réussite comme échec) et remplir les grilles d'évaluation.
- Inviter les candidats à faire part de leurs commentaires et/ou plaintes via alerte@sauvetage.qc.ca.
- Le moniteur Sauveteur national, invite les participants à devenir Moniteur en sauvetage ou Moniteur Sauveteur National.

FIN DE LA REQUALIFICATION POUR LES CANDIDATS AYANT RÉUSSI TOUS LES ITEMS

BLOC DE REPRISE

(MAXIMUM DE 30 MINUTES)

Les candidats ayant échoué à l'un ou plusieurs des items de l'examen de requalification doivent être invités à demeurer après la requalification pour le bloc de reprise durant lequel ils ont l'occasion de tenter, pour une dernière fois, de réussir les items pour lesquels leur performance a été jugée insuffisante. Cela implique évidemment qu'ils auront été informés des erreurs commises durant la requalification.

Tout candidat se présentant à une requalification a déjà suivi et réussi son cours Sauveteur national. Si un candidat ne peut se conformer aux exigences minimales définies par les critères d'évaluation, il se verra refuser l'émission d'un nouveau brevet Sauveteur national. Le moniteur Sauveteur national devra recommander au candidat dans cette situation de participer à des entraînements supplémentaires afin de satisfaire aux exigences minimales qui seront réévaluées lors d'un prochain examen de requalification.

Le sauveteur qui échoue à une deuxième requalification devra reprendre son cours de Sauveteur national au complet.

FIN DE LA REQUALIFICATION POUR TOUS LES CANDIDATS

ANNEXE 1 – MISE EN SITUATION POUR L'ITEM 10

Les pages suivantes présentent 4 mises en situation avec 3 victimes dans chaque cas. Le moniteur peut ajouter des nouveaux cas en respectant l'annexe A du Guide du certificat.

Mise en situation A — Bain libre dans une installation aquatique	
Victime 1	
Gilles, 63 ans	Confus, présence de tremblements. Gilles est faible et fatigué. Il n'a pas mangé depuis 5 heures et a des nausées.
Témoin :	« Mon mari est diabétique! Il traîne toujours son glucomètre dans son sac de sport. »
Retour en groupe :	Les candidats devraient être sensibilisés au fait que la victime peut avoir une trousse pour effectuer des tests sanguins (glucomètre). Les victimes conscientes devraient être encouragées à utiliser leur trousse et prendre du glucose si leur taux de sucre est bas. Il ne faut jamais donner quoi que ce soit par la bouche à une victime inconsciente.
Victime 2	
Victor, 45 ans	Présente un point dans le dos, maux à l'estomac, pouls non-palpable au niveau du poignet, faiblesse et respiration rapide. Ne prend aucun médicament et n'a pas consulté de médecin depuis quelques années.
Témoin :	« Victor s'est remis au vélo depuis quelques semaines, et ça lui arrive de temps en temps, mais jamais aussi intensément ! »
Retour en groupe :	Le sauveteur doit savoir reconnaître les manifestations d'un problème cardiaque autres que la douleur thoracique. Il doit comprendre l'importance d'appeler rapidement les SPU afin de favoriser les chances de survie.
Victime 3	
Marie, 36 ans	Présente une douleur à la tête et une perte de mémoire. La victime est confuse, ressent des étourdissements et entend un bourdonnement dans l'oreille.
Témoin :	« Elle a manqué son virage et s'est cognée la tête sur le mur ! » *Attention, ne pas reproduire la cause de la blessure*
Retour en groupe :	Les blessures à la tête et les commotions cérébrales ne sont pas à prendre à la légère. Il est important de retirer immédiatement la victime de toute activité physique ou sportive. Le sauveteur devrait demander de l'aide médicale.

Mise en situation B — Visite d'un groupe scolaire (10 à 15 ans) à la piscine municipale	
Victime 4	
Olivia, 12 ans	Démangeaisons au cou, respiration sifflante, expression de peur au visage, faiblesse des jambes et des bras, langue épaissie.
Témoin :	« J'ai partagé ma salade de fruits avec elle, puisqu'elle avait oublié son lunch! »
Retour en groupe :	Il est important que les sauveteurs reconnaissent les critères d'inclusion de l'administration d'épinéphrine, afin d'administrer le plus rapidement possible la médication. Les critères sont : - avoir été en contact avec un allergène au courant des 4 dernières heures ET - présenter une détresse respiratoire OU défaillance circulatoire OU présenter deux symptômes parmi : urticaire, difficulté respiratoire, défaillance circulatoire (mineure), symptômes gastro-intestinaux
Victime 5	
Maxime, 15 ans	Incapacité à bouger son bras droit et sa main droite, présente une grande douleur à l'épaule lorsqu'il tente de bouger ou lorsqu'on lui touche la clavicule ou l'épaule. Présence d'œdème (enflure) sur la clavicule.
Témoin :	« Maxime a toujours été casse-cou, mais là, c'est du jamais vu! On voit une bosse sur sa clavicule! »
Retour en groupe :	Une blessure ou une fracture à la clavicule peut se produire suite à une chute sur le bras ou l'épaule. Une radiographie et une évaluation médicale sont nécessaires, puisque la blessure à la clavicule peut dissimuler une autre lésion (neurologique, vasculaire ou pulmonaire).
Victime 6	
Alisha, 15 ans	Rougeur sur tout le dos, douleur, sensibilité au toucher, présence de quelques cloques
Témoin :	« Elle se faisait bronzer au soleil depuis quelques heures déjà. Je lui ai rappelé de mettre de la crème solaire et de se protéger, mais elle ne voulait pas ! »
Retour en groupe :	Les sauveteurs ne devraient jamais crever les cloques d'une victime présentant un coup de soleil ou une brûlure par radiation. La victime devrait consulter un professionnel de la santé si la brûlure est de grande superficie ou si les cloques sont nombreuses. Le sauveteur devrait demeurer alerte aux signes et symptômes d'un coup de chaleur, par exemple, si la victime vomit ou fait de la fièvre.

Mise en situation C — Fête aquatique (5 à 7 ans)	
Victime 7	
Jacob, 5 ans	Index enflé et rouge, peut faire de légers mouvements, mais cela est très douloureux.
Témoin :	« Je lui ai lancé le ballon et il l’a reçu directement sur le bout du doigt! »
Retour en groupe :	Le sauveteur n’est pas en mesure d’enrayer la possibilité d’une fracture ou d’une lésion musculo-squelettique. Si le transport en ambulance n’est pas nécessaire, il la victime devrait consulter un médecin pour approfondir l’évaluation et obtenir un diagnostic.
Victime 8	
Noémie, 7 ans	La victime a chaud, transpire et est fatiguée. Elle semble faire de la fièvre et a mal à la tête. Elle répond vaguement aux questions qui lui sont posées.
Témoin :	« Il fait chaud ici ! Elle allait bien ce matin, mais elle ne se ressemble plus maintenant »
Retour en groupe :	Une victime dont l’état de conscience est altéré devrait être évaluée au niveau médical. Tenter de refroidir la victime en utilisant différents moyens (vêtements ou couvertures humides ou mouillés, immersion dans l’eau froide et boissons froides selon le niveau de conscience).
Victime 9	
Anaïs, 6 ans	S’étouffe après avoir mangé du <i>popcorn</i> . Difficulté respiratoire. Anaïs porte les mains à son cou.
Témoin :	« Anaïs n’a pas écouté maman et a mangé du <i>popcorn</i> juste avant d’entrer dans la piscine! »
Retour en groupe :	Les techniques de désobstruction des voies respiratoires doivent être amorcées le plus rapidement. Afin de ne pas ralentir le délai avant d’entreprendre les manœuvres de désobstruction, certaines techniques pourraient être exécutées dans l’eau (selon le contexte, l’environnement et la victime).

Mise en situation D — Entraînement de sauvetage sportif	
Victime 10	
Olivier, 22 ans	Toux sèche intermittente, difficulté à respirer, sifflement audible à l'inspiration, peur. Les difficultés respiratoires persistent malgré les interventions. Aucune médication.
Témoin :	« Ça lui arrive depuis quelque temps, quand il fait de gros efforts »
Retour en groupe :	Il est important de placer la victime dans une position confortable qui lui procure du confort. La position tripode est généralement bien tolérée par les victimes. Cela consiste à être assis ou debout, légèrement penché vers l'avant, les bras reposant sur un objet ou un mur.
Victime 11	
Nathalie, 17 ans	Elle sort de l'eau en présentant une respiration rapide, superficielle et incontrôlable. Elle est étourdie.
Témoin :	« On s'entraîne pour l'épreuve « nage avec obstacles », où on doit nager sous un obstacle se trouvant à la surface de l'eau. Nathalie n'a pas écouté les consignes de l'entraîneur et elle a accéléré volontairement sa respiration. »
Retour en groupe :	Les candidats devraient être sensibilisés aux risques de l'hyperventilation volontaire et des risques de syncope qui y sont associés.
Victime 12	
François, 19 ans	Douleur subite au mollet, spasme musculaire
Témoin :	« Il se pratiquait à remorquer une victime et il a commencé à se plaindre d'une grosse douleur au mollet »
Retour en groupe :	Les crampes musculaires peuvent être causées par différents facteurs, tels qu'une déshydratation, une carence en minéraux, une chaleur excessive ou un effort physique extrême ou prolongé.

ANNEXE 2 - MISE EN SITUATION POUR L'ITEM 10

Victime 1	
Alex, 55 ans	Alex interpelle un sauveteur alors qu'il vient de s'accrocher au bord de l'eau. Il se plaint d'une vive douleur au mollet. Il indique au sauveteur qu'il croit avoir une crampe. Il est en mesure d'assister le sauveteur lors de la sortie de l'eau en se hissant avec ses bras, mais pas de sortir de l'eau seul. Une fois hors de l'eau, il est en mesure d'étirer sa jambe et faire un massage de son mollet.
Retour en groupe :	Une blessure comme une crampe due à l'effort peut souvent être traitée par un seul sauveteur et de façon assez rapide pour que les activités aquatiques puissent se poursuivre, en fonction de l'installation. Dans un tel cas, une communication rapide et efficace doit être faite entre les membres de l'équipe de surveillance afin que les sauveteurs qui demeurent en surveillance couvrent la zone du sauveteur qui traite le cas. Un déplacement peut être nécessaire pour s'assurer que l'entièreté du plan d'eau reste surveillée de façon adéquate.
Victime 2	
Sam, 15 ans	Sam s'étouffe avec une gomme qu'il mâchait. Il est en eau peu profonde et touche bien au sol. Après quelques manœuvres de désobstruction, Sam recrache la gomme et recommence à respirer, mais ressent une douleur au niveau de la trachée.
Retour en groupe :	Les techniques de désobstruction des voies respiratoires doivent être amorcées le plus rapidement possible. Afin de ne pas ralentir le délai avant d'entreprendre les manœuvres de désobstruction, certaines techniques pourraient être exécutées dans l'eau (selon le contexte, l'environnement et la victime).
Victime 3	
Sasha, 35 ans	Sasha est venu avec son enfant de 4 ans (Charlie), mais semble l'avoir perdu de vue. Inquiet, il va voir le sauveteur et lui demande de l'aide pour trouver Charlie. Charlie se trouvait dans le dépôt qui avait été laissé débarré, attiré par les différents jouets qui s'y trouvent.
Retour en groupe :	Lors d'une recherche de personne disparue, la priorité des sauveteurs doit être de s'assurer que la personne recherchée n'est pas dans le bassin. Pour se faire, un premier balayage visuel de l'entièreté du fond bassin doit être effectué. Pour la procédure complète de recherche d'une personne disparue, nous vous référons à l'item 8 du Guide du certificat Sauveteur national, option piscine. Notons toutefois qu'il n'est pas absolument nécessaire d'évacuer la piscine pour y effectuer une recherche efficace. Les procédures de recherche devraient être effectuées en perturbant au minimum les opérations de l'installation, dans la mesure du possible.

Victime 4	
Dominique, 30 ans	Dominique sort du sauna où il a passé environ 45 min. Il vient s’asseoir sur le bord de la piscine, les pieds dans l’eau et tente de s’asperger d’eau avec ses mains. Il est chancelant et semble être sur le point de tomber à l’eau à tout moment. Il se sent étourdi et il y a un délai lorsqu’il répond à des questions simples. Il répète qu’il a soif et qu’il a très chaud.
Retour en groupe :	Lorsqu’une victime présente des symptômes de problème reliés à la chaleur, il est primordial d’agir en fonction de ses signes vitaux afin de déterminer quels traitements sont adéquats. Par exemple, il est recommandé de donner de l’eau fraîche à boire et d’immerger une victime qui se plaint d’avoir chaud, à condition que son état de conscience le permette, c’est-à-dire qu’elle est alerte. Certains traitements peuvent présenter un risque pour la sécurité de la victime si son état de conscience est altéré. Dans cette situation, un appel à l’ambulance est nécessaire en raison de l’état de conscience de la victime. Dépendamment de la taille de l’équipe de sauveteurs et des procédures de l’installation, une évacuation du bassin peut être nécessaire.
Victime 5	
Gabrielle, 10 ans	Gabriel(le) saute en eau profonde sans objet flottant et se met immédiatement à non-nageur. Gabriel(le) reprend vite ses esprits une fois hors de l’eau, il/elle respire bien et veut retourner dans l’eau.
Retour en groupe :	Un ceinturage arrière efficace doit être effectué pour sortir les épaules de la victime de l’eau tout au long du transport vers le bord. Si la victime désire retourner dans l’eau, il peut être opportun de lui imposer une aide flottante comme une VFI pour le reste de la baignade, en plus des conseils Aquabon à prodiguer.
Victime 6	
Daniel(le), 20 ans	Daniel(le) se tord la cheville en sautant à pieds joints dans la piscine. Daniel(le) n’arrive pas à sortir seul de l’eau et a de la difficulté à marcher seul. Sa cheville est enflée et a une teinte bleutée. Daniel(le) est accompagné de son ami Pascal(e), qui semble très inquiet de la situation. Daniel(le) doit participer à une compétition d’athlétisme dans deux semaines et Pascal(e) craint que ce ne sera pas possible.
Retour en groupe :	Responsabiliser une victime, Pascal(e) dans le présent cas, peut changer une situation où un témoin est nuisible en une à laquelle le témoin peut aider notre intervention. On peut lui demander d’aller préparer le véhicule dans lequel elle sera transportée, tenir la glace, rassurer la victime, etc.

Victime 7	
Claude, 60 ans	Claude glisse sur le bord de la promenade et chute directement sur le côté de sa hanche. [ATTENTION, NE PAS REPRODUIRE LA CHUTE AFIN D'ÉVITER UNE BLESSURE]. Claude n'arrive plus à se lever et il ressent une grande douleur quand il tente de bouger le bas de son corps. Il indique avoir entendu et senti un « crac » lors de sa chute. Claude refuse que l'on appelle une ambulance. Il n'est pas accompagné et il n'a personne que l'on pourrait joindre pour assurer son transport.
Retour en groupe :	Lorsqu'une personne refuse que vous contactiez les SPU, vous devez vous assurer que la personne se rend de façon sécuritaire vers un médecin. Si un transport ambulancier vous semble la seule façon sécuritaire d'assurer le transport, vous devez les contacter malgré l'opposition de la victime.
Victime 8	
Pascal(e), 20 ans	Pascale(e) est allergique aux arachides. Il est accoté au bord de l'eau et se gratte les bras. Il semble avoir une légère difficulté à respirer. Il soupçonne avoir été en contact avec des noix dans un gâteau d'anniversaire. Pascal(e) a son epipen dans son casier et se sent mieux après l'injection.
Retour en groupe :	Il est important que les sauveteurs reconnaissent les critères d'inclusion de l'administration d'épinéphrine, afin d'administrer le plus rapidement possible la médication. Les critères sont : - avoir été en contact avec un allergène au courant des 4 dernières heures ET - présenter une détresse respiratoire OU défaillance circulatoire OU présenter deux symptômes parmi : urticaire, difficulté respiratoire, défaillance circulatoire (mineure), symptômes gastro-intestinaux Dans cette situation, un appel à l'ambulance est nécessaire. Dépendamment de la taille de l'équipe de sauveteurs et des procédures de l'installation, une évacuation du bassin peut être nécessaire.
Victime 9	
Emmanuel(le), 70 ans	Emmanuel(le) a de la difficulté à respirer. Il vient de compléter une série de sprints dans le cadre de son entraînement. Son inhalateur est dans son sac, qui se trouve sur la promenade, à la sortie des vestiaires. Sa respiration s'améliore avec la prise de médicaments.
Retour en groupe :	En présence d'une difficulté respiratoire, il est important de trouver une position dans laquelle la victime sent que sa respiration n'est pas encombrée. Dans le cas spécifique de l'asthme, assurez-vous que la respiration de la victime s'améliore assez rapidement, sans quoi vous devrez peut-être contacter les SPU.

Victime 10	
Maxime, 15 ans	Maxime vient de débiter ses cours de sauvetage et est très curieux du métier de sauveteur. Maxime a une foule de questions à poser au sauveteur en poste, mais plus que tout, il redoute l'épreuve de la brique. Maxime ne se laisse pas décourager facilement, il veut sentir que le sauveteur prend sa demande au sérieux.
Retour en groupe :	Lors d'une relation publique qui s'avère insistante ou qui nécessite plus qu'une réponse simple à une question, il est important de signaler aux autres sauveteurs que nous devons délaisser notre zone de surveillance pour quelques secondes.
Victime 11	
Jessi(e), 14 ans	Jessi(e) sort de l'eau et va s'asseoir sur le bord du mur. Il/elle a la tête dans les mains et ne bouge presque pas. Quand le sauveteur l'interroge, il/elle répond de façon très sèche et directe et se plaint d'un mal de tête aigu. Jessi vient tout juste de manger chez un ami avant de venir à la piscine. Jessi(e) est connu diabétique depuis peu et a son glucomètre et sa médication au vestiaire.
Retour en groupe :	Les candidats devraient être sensibilisés au fait que la victime peut avoir une trousse pour effectuer des tests sanguins (test de glycémie). Les victimes conscientes devraient être encouragées à utiliser leur trousse et prendre du glucose si leur taux de sucre est bas. Il ne faut jamais donner quoi que ce soit par la bouche à une victime inconsciente.
Victime 12	
Joël(le), 12 ans	Joël(le) joue dans l'eau quand il est pris de convulsions. Celles-ci ne durent que quelques secondes, mais laissent tout de même Joël(le) dans un état de faiblesse. Un des parents de Joël(le), José(e), est au sauna et avait laissé Joël(le) se baigner seul. Joël(le) n'a pas d'antécédent d'épilepsie.
Retour en groupe :	Des convulsions peuvent être le symptôme de plusieurs conditions, pas uniquement de l'épilepsie. Assurez-vous que la victime consulte un médecin suite aux convulsions, qu'elle soit connue épileptique ou non.

Liste de vérifications quotidiennes



Ce document vise à soutenir le secteur des activités de loisir, de sport et de plein air pour la prise en charge de la santé et la sécurité du travail (SST) dans leur milieu de travail. Il vise à garantir que les activités puissent reprendre ou continuer dans les conditions les plus sécuritaires et les plus saines possibles dans le contexte de la COVID-19.

L'employeur a validé avec le travailleur ou la travailleuse ou le participant son état de santé et qu'il ou qu'elle ne présente pas de symptômes.

NOTE : _____

Les travailleuses et les travailleurs sont informés de la procédure prévoyant de quitter le travail lorsqu'ils sont déjà sur les lieux ou de ne pas se présenter au travail s'ils présentent au moins un des symptômes liés à la COVID-19.

NOTE : _____

L'employeur a réaménagé la disposition des postes de travail, les différents lieux d'activité, et revu les méthodes de travail et d'animation pour respecter, dans la mesure du possible, la distanciation physique de 2 mètres.

NOTE : _____

Dans la mesure du possible, la distanciation physique de 2 mètres est respectée de l'entrée à la sortie du travail et lors des pauses et des repas.

NOTE : _____

La salle à manger et les autres lieux de repas sont nettoyés avant et après chaque utilisation et désinfectés chaque jour (ex. : tables, poignée de réfrigérateur, dossiers des chaises, micro-ondes).

NOTE : _____

De l'eau et du savon ou une solution hydroalcoolique à au moins 60 % sont disponibles aux endroits névralgiques pour se laver les mains.

NOTE : _____



Les règles d'hygiène des mains, de l'étiquette respiratoire et de la distanciation physique sont affichées et respectées.

NOTE : _____

Mesures spécifiques

Les fournisseurs, les sous-traitants, les partenaires et les participants ont été informés des mesures de prévention mises en œuvre dans l'entreprise ou l'organisation pour diminuer et contrôler les risques associés à la COVID-19 et sensibilisés à l'importance de les respecter.

NOTE : _____

Des mesures sont prises pour limiter le nombre de participants sur le site de l'entreprise ou de l'organisation et les diverses salles ainsi que dans les différents lieux d'activité.

NOTE : _____

Des questions sont posées aux participants qui se présentent sur le site de l'entreprise ou de l'organisation pour confirmer l'absence de symptômes liés à la COVID-19 (toux, fièvre, contact avec personne symptomatique, etc.).

NOTE : _____

Les participants qui présentent des symptômes sont informés de leur obligation de reporter leurs activités.

NOTE : _____

Une solution hydroalcoolique avec une concentration d'au moins 60 % est fournie aux travailleurs en milieu de travail où une installation de lavage des mains n'est pas disponible à proximité.

NOTE : _____

L'hygiène des mains est réalisée à l'entrée du site avant et après les activités, les repas, les pauses et lors du passage aux toilettes et après le retrait des équipements de protection individuelle.

NOTE : _____

Les objets non essentiels (revues, journaux, bibelots) sont retirés des lieux de pratique de l'activité et du site de l'entreprise ou de l'organisation.

NOTE : _____



Une signalisation (ex. : marquage au sol) a été mise en place pour établir la mesure de 2 mètres de distanciation physique près de l'accueil, des toilettes et à l'entrée des vestiaires et de tout autre espace commun (ex. : banc, estrades, belvédère), si applicable.

NOTE : _____

Des barrières physiques ont été installées lorsque nécessaire et où c'est possible (entre les postes de travail, et entre le personnel et la clientèle).

NOTE : _____

Le nombre et la disposition des différents équipements dans les lieux d'activité de loisir, de sport et de plein air ont été revus pour respecter, dans la mesure du possible, la distanciation physique de 2 mètres (ex. : retrait de tables, de bancs, de chaises).

NOTE : _____

Des mesures sont prises pour respecter la distanciation physique de 2 mètres dans les vestiaires.

NOTE : _____

Les activités en groupe doivent permettre de respecter une distance minimale de 2 mètres entre les animateurs (entraîneurs, guides, moniteurs, etc.) et les participants (ex. : marquage au sol).

NOTE : _____

La pièce, les surfaces et les objets touchés par le participant ou le membre du personnel présentant des symptômes sont désinfectés une fois qu'il est parti, et l'accès à ces lieux et objets est restreint durant cette période.

NOTE : _____

Des mesures sont prises lors des transactions financières (ex. : privilégier le paiement par carte sans contact, éviter de toucher aux cartes des usagers).

NOTE : _____

S'il y a échange d'argent, le travailleur doit se laver les mains ou se les désinfecter avec une solution hydroalcoolique d'une concentration d'au moins 60 % immédiatement après.

NOTE : _____

Lorsque c'est possible, le partage des outils, des équipements et de tout autre objet entre le travailleur et une autre personne est évité.

NOTE : _____



Au poste de travail (à la réception ou dans les lieux de pratique), les surfaces, les équipements, les outils et le matériel sont désinfectés entre chaque utilisation ou lorsqu'ils doivent être partagés.

NOTE : _____

Les toilettes et les autres blocs sanitaires sont nettoyés à chaque quart de travail et désinfectés tous les jours.

NOTE : _____

Les surfaces fréquemment touchées (ex. : poignées de portes, robinetterie, matériel de jeu, téléphones, accessoires informatiques, équipements) sont nettoyées et désinfectées régulièrement (ex. : à chaque quart de travail, durant la période de battement entre deux activités, avant et après chaque utilisation).

NOTE : _____

Les produits pour désinfecter les équipements et les outils sont facilement accessibles et identifiables dans tous les lieux névralgiques.

NOTE : _____

Les équipements et les articles de sport, de loisir ou de plein air (ex. : kayak, canoë, vélo, canne à pêche, jeux) destinés à la location ou à l'emprunt sont désinfectés avant et après chaque utilisation.

NOTE : _____

L'entretien adéquat des installations est assuré (nettoyage et désinfection réguliers des surfaces, concentrations adéquates de désinfectant dans les bassins, comme prescrites dans le [Règlement sur la qualité de l'eau des piscines et autres bassins artificiels](#)).

NOTE : _____

Des équipements de protection individuelle adaptés au risque sont fournis (ex. : protection respiratoire, lunettes de protection, visière recouvrant le visage jusqu'au menton, gants).

NOTE : _____

Avant de quitter le site, le membre du personnel en contact avec les participants doit retirer, de façon sécuritaire, les équipements de protection et jeter l'équipement non réutilisable dans la poubelle ou dans des contenants ou des sacs refermables réservés à cet effet, puis désinfecter l'équipement réutilisable (protection oculaire, si réutilisable) avec un produit adapté à celui-ci; dans la mesure du possible, retirer ses vêtements et les mettre dans un sac de plastique ou de tissu. Laver ses vêtements portés au travail avec le savon à lessive habituel.

NOTE : _____