

SAUVETEUR NATIONAL PLAGE CONTINENTALE (20 H)

PLAN DE COURS – 1 MONITEUR

Mise à jour : Juin 2025

SAUVETAGE SECOURISME NAUTISME ÉDUCATION NATATION

INTRODUCTION ET OBJECTIFS DU COURS

Le cours Sauveteur national – Plage continentale est conçu dans le but de développer les valeurs fondamentales, le jugement, les connaissances, les habiletés et la condition physique requis pour devenir un surveillant-sauveteur sur une plage continentale. Cette formation met l'accent sur les habiletés, les principes et les pratiques, et les processus de prise de décision de la surveillance aquatique qui permettront au surveillant-sauveteur d'effectuer une supervision sécuritaire et efficace sur une plage continentale.

Suite à la réussite du cours, le candidat obtient le brevet Sauveteur national – Option plage continentale.

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE ET CONTENU

À la fin du cours, le candidat sera en mesure de :

- ❑ Démontrer ses connaissances des principes et des techniques de la surveillance aquatique faisant partie des items à évaluer de ce cours et de répondre à des questions tirées du Manuel canadien de sauvetage et du manuel Alerte : la pratique de la surveillance aquatique (item 1);
- ❑ Démontrer sa compréhension de ce qui suit :
 - Les éléments qui varient d'une plage continentale à une autre (ou de temps à autre) et l'impact que l'analyse de ceux-ci a sur la surveillance aquatique (item 2);
 - Les dangers environnementaux des plages continentales (item 2);
- ❑ Démontrer sa capacité à utiliser des aides de sauvetage flottantes ou non-flottantes, adaptées à différents types de victimes, sur les plages continentales supervisées (item 3);
- ❑ Démontrer trois entrées à l'eau et trois sorties de victimes appropriées pour une plage continentale (item 4);
- ❑ Démontrer ses habiletés à plonger en apnée : en utilisant un masque, des palmes et un tuba, en nageant 5 m à la surface; en effectuant un plongeon de surface tête première pour nager 15 m sous l'eau; puis refaire surface, purger le tuba et nager 5 m à la surface (item 5);
- ❑ Démontrer ses habiletés en sauvetage en utilisant l'équipement : lors d'une approche de 5 m sur la plage avec une aide de sauvetage et des palmes; une entrée à l'eau; l'enfilage des palmes et nage sur 50 m (item 6);
- ❑ Démontrer sa capacité à utiliser efficacement un aquaplane ou une embarcation de sauvetage : approche 5 m sur la plage, entrée à l'eau avec une embarcation de sauvetage, la récupération d'une victime située à une distance de 100 m et le retour sur la plage (item 7);
- ❑ Démontrer sa condition physique anaérobie et son endurance :
 - En nageant 50 m en 60 secondes ou moins (item 8a);
 - En nageant 400 m en 10 minutes ou moins (item 8b);
- ❑ Communiquer efficacement avec les usagers, les victimes, les autres surveillants-sauveteurs, les superviseurs et le personnel des services d'urgence (item 9);
- ❑ Effectuer une surveillance efficace d'une plage continentale en utilisant les techniques de positionnement et de rotation des surveillants-sauveteurs (item 10a);
- ❑ Démontrer des techniques efficaces de balayage visuel et des habiletés d'observation efficace sur une plage continentale (item 10b);
- ❑ Démontrer sa capacité à prévenir les incidents :

- À reconnaître les situations où une prompt intervention du surveillant-sauveteur peut éviter un sauvetage d'urgence (item 10c);
- En effectuant l'accueil et l'encadrement sécuritaire des groupes d'enfants venant en sortie à la plage (item 10c);
- ❑ Rechercher efficacement une personne perdue sur une plage continentale tant comme membre que comme leader d'une équipe (item 11);
- ❑ Prendre en charge :
 - Une victime en détresse ou en train de se noyer (item 12a);
 - Une victime immergée qui ne respire pas et y effectuer la RCR adéquatement (item 12b);
 - Une victime blessée à la colonne vertébrale (item 12c);
 - Un nageur blessé (item 12d);
- ❑ Intervenir lors d'une situation d'urgence en tant que seul surveillant-sauveteur, avec le soutien d'un membre du personnel auxiliaire, afin de démontrer le jugement, les connaissances, les habiletés et la condition physique nécessaire à ce type d'intervention (item 13a);
- ❑ Intervenir lors d'une situation d'urgence dans un environnement aquatique supervisé en tant que membre d'une équipe de surveillants-sauveteurs, afin de démontrer le jugement, les connaissances, les habiletés et la condition physique nécessaire à ce type d'intervention (item 13b).

ÉVALUATION

Tous les éléments (items) du cours sont évalués par le moniteur sur une base progressive. Le candidat sera évalué tout au long des exercices, des activités et des mises en situation.

DESCRIPTION DU COURS

- | | |
|------------------------|--|
| Durée : | ❑ 20 heures minimum |
| Matériel obligatoire : | ❑ Masque de poche et gants |
| | ❑ Sifflet |
| | ❑ Palmes, masque et tuba |
| | ❑ Manuel Alerte : la pratique de la surveillance aquatique |
| | ❑ Manuel canadien de sauvetage |
| | ❑ Manuel canadien de premiers soins |
| | ❑ Règlement sur la sécurité dans les bains publics |
| Validité du brevet : | ❑ 2 ans si utilisé comme permis de travail |

PRÉALABLES

Être âgé d'au moins 15 ans au dernier jour du cours ou à l'examen

- ❑ Détenir le brevet Sauveteur national – Piscine (Croix de bronze si le cours se donne en 40h)
- ❑ Détenir le brevet Premiers soins – Général

Le candidat est responsable de prouver qu'il détient les préalables requis, au plus tard au premier cours. Il doit remettre au moniteur une photocopie d'une preuve d'âge et des brevets nommés ci-haut. Autrement, le membre affilié se réserve le droit de refuser au candidat l'accès au cours Sauveteur national – Plage.

PRÉSENCE

La présence et la participation du candidat à l'ensemble des séances sont de rigueur pour être en mesure de compléter la formation adéquatement. Il est de la responsabilité du candidat de se mettre à jour et de récupérer la matière manquée lors d'une absence.

ATTITUDES ET COMPORTEMENTS

Un comportement respectueux et sécuritaire sera exigé tout au long de la formation, sans quoi le candidat peut se voir refuser l'accès au cours.

PLAINTES EN VERTU DE LA POLITIQUE SUR LE HARCÈLEMENT ET LES INCONDUITES

Le processus de plainte de la Société de sauvetage comprend deux sections. Il y a les plaintes d'abus, harcèlement, négligence et violence et les plaintes de natures administratives, par exemple une contestation de résultat, les normes des programmes qui ne seraient pas respectées.

Pour le premier type de plainte, vous serez redirigé vers une plateforme du gouvernement. Offrant un recours impartial, confidentiel, accessible et efficace, le PILS (Protecteur de l'intégrité en loisirs et en sport) contribue à créer et à maintenir des environnements sains, sécuritaires et respectueux dans l'ensemble des milieux de loisir et de sport.

Pour les plaintes de nature administrative, ce sont des membres de l'équipe de la Société de sauvetage qui assureront le suivi. Selon la nature de celle-ci, des informations pourraient être demandées au moniteur, à l'évaluateur, au membre affilié et bien sûr à la personne qui fait la plainte. Lorsque toutes les informations seront récoltées, un suivi pourra être fait au plaignant.



PLAINTES DE NATURE ADMINISTRATIVE

PLAINTES D'ABUS, HARCÈLEMENT, NÉGLIGENCE ET VIOLENCE

POLITIQUE, RÈGLES ET PROCÉDURES EN MATIÈRE DE PROTECTION DE L'INTÉGRITÉ

La Société de sauvetage emboîte le pas avec les fédérations sportives reconnues par le Gouvernement du Québec, en adoptant une [*Politique, règles et procédures en matière de protection de l'intégrité*](#).

ADMINISTRATION

La Société de sauvetage est un organisme à but non lucratif qui repose sur l'engagement, le dévouement et le professionnalisme de ses moniteurs et de ses membres affiliés (organisations). La Société de sauvetage développe ses formations en concertation avec son comité médical et diverses instances nationales et internationales, dont *l'International Lifesaving Federation*.

La réussite de cette formation vous permettra d'obtenir un brevet émis par la Société de sauvetage reconnu par les instances gouvernementales. Après la transmission des résultats à la Société de sauvetage par le moniteur ou le membre affilié, la Société de sauvetage s'engage à vous faire parvenir votre brevet dans les 10 jours ouvrables.

Dès la réception de votre brevet, vous devez vérifier si les renseignements vous concernant sont exacts. En cas d'erreur, vous disposez de 3 mois suivant la date de l'examen pour communiquer avec la Société de sauvetage afin d'effectuer les changements nécessaires.

Pour tout commentaire, question ou suggestion, ou simplement pour vous impliquer dans l'un de nos programmes, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

CONTACT

Gestionnaire du cours (membre affilié) : _____

Téléphone : _____ Courriel : _____

Coordonnées :

AVIS IMPORTANT

POUR TOUTE QUESTION TECHNIQUE, LE MONITEUR DÛMENT ACCRÉDITÉ ENSEIGNANT LE COURS DEVRA TOUJOURS VOUS RÉFÉRER À LA DOCUMENTATION OFFICIELLE DE LA **SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE**

Vous souhaitez approfondir vos connaissances?

Consultez la rubrique **SAUVETAGE** de notre site Internet et explorez toutes les possibilités qui s'offrent à vous!

www.sauvetage.qc.ca

 **SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE**
7665 bd. Lacordaire, Montréal, Québec, H1S 2A7
514 252-3100 et 1 800 265-3093

