

SAUVETAGE EN EAU VIVE – TECHNICIEN EN SÉCURITÉ DE SAUVETAGE EN RIVIÈRE. (TR I)

Objectif du cours	Initier les candidats à la sécurité dans les activités se déroulant en rivière. Donner au participant des notions de base de prévention, de pratique sécuritaire, d'auto récupération et d'intervention simple dans le cadre d'activités se déroulant en eau vive. Le participant mettra en pratique différentes techniques à sauvetage indirecte. Assimilation attendue: participation active à toutes les portions du cours. Démontrer une bonne mise en pratique de chaque point abordé (attitude, matériel, techniques, interventions, gestion de la sécurité).
Clientèle visée	Pagayeurs récréatifs, pratiquants de sport et d'activité de rivière, encadrant accompagnée d'un autre encadrant possédant un niveau SEV II ou III. Ce cours est destiné pour ceux qui doivent intervenir à partir du bord de l'eau ainsi que dans un environnement à faible risque dans des rapides de niveau de difficultés (R-I-II-III maximum).
Préalable	Aucun
Durée	16 heures présentiel plus la formation en ligne,
Encadrement	Maximum 8 participants pour un instructeur, minimum 4 participants.
Matériel minimum	Matériel fourni par les participants : Un sac à corde de 15 m minimum d'un diamètre de 8mm avec 2500 livres de résistance (fortement suggéré) VFI conforme à son secteur d'activité et bien ajusté avec ceinture de déclenchement automatique intégré (fortement suggéré) Pagaie pour la marche en eau vive (suggéré) Vêtements adaptés à la température de la date du stage, afin de permettre des immersions répétées. Souliers adaptés et casque adapté, couteau dentelé, sifflet (de type « Fox40 »). Matériel que le moniteur doit fournir : VFI conforme à son secteur d'activité et bien ajusté avec ceinture de déclenchement automatique intégré (en back-up) Des sacs à corde de 15 m minimum d'un diamètre de 8mm Des mousquetons à vis, des sangles tubulaires (5 mètres par 1 pouce) et des cordelettes (2 mètres avec 6mm de diamètre) pour prussik (pour faire les exercices et scénarios) Une trousse de premier soin pour le groupe Pagaie pour la marche en eau vive Livre <i>Sauvetage en eau vive</i> , 2007, FQCK et Société de sauvetage (optionnel)
Emplacement	Rapide d'au moins 50 mètres d'un maximum RIII et minimum RI, présentant les caractéristiques suivantes : un accès sécuritaire en amont, pour la mise à l'eau à la nage, une veine d'eau profonde, des contre-courants francs et une section calme et sécuritaire en aval. Un endroit moins profond pour pratiquer la marche en rivière. Il est possible d'utiliser plusieurs sites proches pour varier les mises en situation.
Évaluation	Les candidats doivent démontrer une implication constante, une compréhension des techniques, et une attitude sécuritaire pour eux et envers les autres.

Brevet

Le brevet est émis pour toute réussite. Les frais de traitement de dossier doivent être inclus dans les coûts du stage.
L'enseignant est responsable de faire parvenir à la fédération les coordonnées complètes des participants avec le résultat des évaluations dans les 30 jours suivants le stage. **Le brevet et une certification valide pour 3 ans**

Référence

Sauvetage en eau vive, produit et distribué par Canot Kayak Québec, la Société de Sauvetage et Eau Vive Québec.

TECHNICIEN EN SÉCURITÉ DE SAUVETAGE EN RIVIÈRE. (TR I)

THÈME	OBJECTIFS SPÉCIFIQUES	POINTS À EXPLIQUER OU À FAIRE RESSORTIR	DURÉ	FORMAT
INTRODUCTION	Aspects légaux du SEV Le candidat comprendra les paramètres quant à l'implication des aspects légaux selon son statut (sauveteur, amateur, professionnel)	▪ Les deux types de code au Québec (civil, criminel) ▪ Civil = la couronne contre l'individu et criminel deux parties ▪ La dynamique d'une poursuite, le lien de causalité, faute VS dommage ▪ Le principe du bon samaritain (code civil 1471) différence entre acte professionnel et acte de bon samaritain ▪ La situation de leader dans les sorties entre ami Pour les travailleurs la loi C-21 (responsabilité criminelle du travailleur guide ou sauveteur)	30 min	En ligne
	L'environnement de la rivière Le candidat développera un jugement quant à l'évaluation des risques et des difficultés lors d'une descente de rivière.	▪ Expliquer la création du courant (la pente) ▪ Expliquer les 3 éléments de base pour la formation de rapides et modification de la vitesse du courant ▪ La terminologie de l'orientation en rivière : Rivière centre, gauche droite toujours en regardant vers l'aval. ▪ Identifier les éléments de base d'un rapide (courant, contre-courant, veine, type de vague : rouleau, pyramidale, déferlante, pleureur, portefeuille, etc.) ▪ Expliquer les mouvements de rappel : ouvert, fermé, composante air vs eau, zone de sortie, lecture du retour d'eau et les irrégularités. Expliquer la différence avec le rouleau ▪ Connaît le système de classification international des rapides (RI à RVI)	20 min	En ligne

LA RIVIÈRE	Les obstacles et les dangers Le candidat distinguera les risques pouvant être rencontrés en rivière.	▪ Les pratiquants (évaluation du cours d'eau, mauvaise lecture de carte, de la rivière, etc.) ▪ Coincement d'un membre (et pièce d'équipement), le processus de coincement, le niveau critique pour les pied coincé, mi-cuisse et plus, ▪ Débris, glace, branche, infrastructure, toujours s'éloigné des débris quand on navigue ▪ Recyclage dans un rappel : difficulté de flottaison, que se passe t'il, les étapes pour sortir, direction vers la source pour avoir l'inertie et le courant qui nous dirigera vers la veine, position de protection des organes vitaux, Réaction à avoir pour le nageur qui se dirige dans le rappel ▪ Affouillement et le dressage : expliquer la dynamique de l'eau pour détecter le dressage dangereux ou inoffensif, comment se comporter en embarcation ou à la nage ▪ Passoire : Type de passoir, arbre, infrastructures, mécanisme de la passoire (laisse passer l'eau mais pas le reste), Comment éviter la passoire, comment affronter la passoire (nage offensive, prendre de la vitesse, et en prenant appui dessus chercher à passer par-dessus l'obstacle.) ▪ Empalement : expliquer ce qu'est l'empalement, type de rapide avec empalement possible ▪ La cravate : Description de la cravate, à la nage comment gérer l'embarcation pour éviter la cravate.	20 min	En ligne
	Préparation, planification et ressources Le candidat acquerra les connaissances de base sur l'utilisation des ressources utilisés dans les sports d'eau vive et en planification d'une sortie en rivière.	Expliquer différents moyens de reconnaissance d'un parcours ▪ Canot-kayak.qc.ca ▪ Livre : Sauvetage en eau-vive, de FQCK et Société de sauvetage ▪ Les cartes topos modifiées ▪ Les vidéos sur You tube ▪ Reconnaître les éléments importants sur la carte guide, les sites de camping, les distances, les mise à l'eau, les portages, les rapides ▪ Le CEHQ ▪ Comment transmettre l'information ▪	10 min	En ligne

TECHNICIEN EN SÉCURITÉ DE SAUVETAGE EN RIVIÈRE. (TR I)

THÈME	OBJECTIFS SPÉCIFIQUES	POINTS À EXPLIQUER ET À FAIRE RESSORTIR	DURÉ	FORMAT
LES ÉQUIPEMENTS	Les essentiels Le candidat décrira le matériel de base utilisé en eau vive et ses particularités	- Le sac à corde, l'entretien, la longueur (15 mètres), les diamètres (9,5mm 3/8, 7 mm ¼) les types de matériau (polypropylène, spectra et dyneema) pour les cordes, 2500 livres de résistance - Les méthodes de transport du sac à corde et les ceintures de déclanchement rapide. - Le VFI, l'entretien (non modifiable non réparable), les normes GC, MTQ - Le sifflet style fox et pourquoi Les casques, les protections nuques, lobe d'oreille (CE 1385)	10 min	En ligne
	L'habillement Le candidat décrira l'habillement de base utilisé en eau vive et ses particularités	- Soulier: chaussure fermée qui garde bien le pied en place avec une bonne adhérence - Types de vêtements et d'équipement pertinents en eau vive : les vêtements en néoprène, les vêtements nylon, gore tex etc.. - Les propriétés des différents types de vêtements.	10 min	En ligne
	L'équipement de sauvetage Le candidat décrira l'équipement de sauvetage de base utilisé en eau vive et ses particularités	- Les méthodes de transport du sac à corde et les ceintures de déclanchement rapide. - Couteau pour l'eau vive : Couteau pour l'eau vive, bout rond, dentelé pour couper les cordes avec le dos non coupant. - Une trousse de premier soin - Une trousse de réparation - Un moyen de communication fonctionnel - Une trousse de survie selon le contexte	10 min	En ligne

Comportements en rivière	La prévention et stabilisation Le candidat identifiera des comportements à adopter et à éviter en eau vive	- Les comportements préventifs En plus de conserver une attitude préventive soutenue, pour assurer la sécurité de tous, voici des règles d'or qu'il est bon de garder en tête : - Planifier l'organisation des actions - Éviter qu'une situation critique ne dégénère - Toujours assurer sa sécurité et celle de ses équipiers - Penser aux conséquences avant d'agir - Introduction à la gestion du risque - Les deux paramètres du calcul du risque, la probabilité x la conséquence - Le risque réel : risque quantifiable qui se présente réellement à un moment donné, peu de subjectivité. - Le risque perçu : évaluation subjective par un individu du risque réel. - Risque inhérent : le risque qui doit exister pour que l'activité se produise ex; noyade dans les activités nautiques. - L'avalanche de problème est causée par une accumulation des facteurs de risque= augmentation des probabilités qu'un accident se produise	10 min	En ligne
	Gestion des risques Le candidat décrira le concept de gestion des risques dans les activités et les sports de rivière	- Définition du risque - Risque = potentiel de perte ou de préjudice lié à une activité - La méthode de calcul du risque - Le degré de conséquence du risque - Multiplié par les chances d'occurrence (la fréquence) - Les risques réels = Risque quantifiable qui se présente réellement à un moment donné - Les risques perçus = Évaluation subjective d'un individu d'un risque réel - Risque inhérent = Risque qui existe dans une activité donnée. - Outil de gestion du risque : Plan de sortie, plan d'urgence	5 min	En ligne

	Signalisation et communication Le candidat utilisera la communication internationale en rivière comme outil de prévention.	Signalisation internationale, avec la pagaie ou le bras, et le sifflet ▪ Arrêt ▪ Tout va bien ▪ Besoin d'aide urgente ▪ Les directions : toujours indiquer positivement les directions à prendre ▪ Les coups de sifflet et leur signification. Un coup pour attirer l'attention et trois coups pour signaler une urgence ▪ Il y a aussi une signalisation qui est plus locale Autres signes à montrer non évalués selon la clientèle • Support requis • Pagaie perdue • Nageur dans l'eau • Comptage à communiquer • Corde nécessaire • Coincement • Corde sous tension • Donner du lousse sur la corde	5 min	En ligne
Organisation d'un sauvetage	Les base de l'organisations et les théories Le candidat appliquera les principes généraux lors d'une intervention d'urgence et démontrer d'auto-sauvetage un maximum d'efficacité lors d'un sauvetage.	Les priorités d'une situation de sauvetage Les priorités d'intervention • Moi (ma propre sécurité) • l'équipe (Membre de son....) • Les autres (les témoins, entourage, badauds) • la victime • l'équipement-cadavre Approche échelonnée en eau vive représente une approche qui sous-tend que le sauveteur doit intervenir avec la méthode la moins impliquante pour lui à la plus impliquante ▪ Parler ▪ Tendre ▪ Lancer ▪ Aller Choix approprié d'intervention ▪ Sécuritaire : Pour soi, son équipe et la victime dans le choix de la sécurité utilisé toujours dans le but de stabiliser la situation ▪ Rapide : Extraire la victime le plus rapidement possible en gardant la situation stable par contact direct ou indirect ▪ Simple : Dans le choix de la technique de sauvetage	10 min	En ligne

THÈME	OBJECTIFS SPÉCIFIQUES	POINTS À EXPLIQUER ET À FAIRE RESSORTIR	DURÉ	FORMAT	
SOINS D'URGENCE	Soins d'urgence Le candidat décrira certaines blessures possibles dans les sports d'eau vive	▪ Décrire l'hypothermie et la différence avec le choc thermique ▪ Expliquer les problématiques liées à l'eau : ○ Immersion vs submersion, immersion = une partie du corps dans l'eau, submersion = tout le corps dans l'eau ○ La noyade est une situation dans laquelle une personne est aux prises avec la présence de liquide à l'entrée des voies respiratoires : noyade mortelle, noyade non mortelle ou sans séquelle ▪ Blessure colonne vertébrale à soupçonner comme mécanisme dans les sports d'eau vive Communication et procédures d'urgence	10 min	En ligne	

Technique de sauvetage	Nœuds Le candidat exécutera les nœuds de base	TOUT NŒUD PRÉSENTÉ AVEC DES BRINS CROISÉS DOIT être refait ▪ Nœud en huit double: non croisé ▪ Nœud en huit filés: pour faire la corde de prussik ▪ Nœud de sangle: sangle tubulaire, nœud bien à plat ▪ Nœud de prussik: avec jonction de la cordelette dans le bout droit, accomplir trois tours <i>Ne pas montrer d'autres nœuds à ce niveau.</i>	30 min	En ligne (théorie) - Exercice spécifique (présentiel)
---------------------------------------	---	---	--------	--

	Nage en rivière Le candidat accomplira la descente d'un rapide à la nage, de façon sécuritaire et en visant l'auto récupération. (site sécuritaire, rapide R1 ou R2)	<u>À valider, avant la pratique :</u> - Nager 50 mètres en eau-calme avec son VFI (défensif - la glisse, offensif) - Évaluation du site : profondeur d'eau, difficulté des rapides, présence de danger ■ <u>4 position :</u> ○ Position de sécurité : Nage passive, on ne fait que flotter ○ Nage défensive : tête vers le haut et pied vers le bas allongés, pieds collés et prêt à amortir les obstacles pour se protéger. Séquence de respiration avec les séquences de vagues, se diriger en perdant de la vitesse (bac arrière) avec des angles par rapport au courant. ○ Nage offensive : C'est le crawl, permet d'accélérer pour contrôler la trajectoire. Permet de rejoindre une victime et de garder un contact visuel sur celle-ci. À utiliser quand il n'y a aucun risque pour le nageur. Pour franchir une zone de contre-courant il est préférable de rouler vers l'aval avec la main vers l'aval qui viendra accrocher dans le courant inverse. ○ Position d'observation : <i>Prendre avantage des vagues pour se hisser plus haut et analyser ce qui s'en vient. Possible à faire sur le ventre ou sur le dos.</i> ■ Entrée d'eau à la nage : ○ Utilisation du CORPS pour la trajectoire de nage ○ Plongeon d'arrêt, observation, eau peu profonde, atterrissage sur le Torse, au moment de l'impact fermer les bras vers le bas pour arrêter de caller. ○ <i>Saut d'arrêt, eau plus profonde, observation, faire le ciseau avec les pieds pour arrêter de caller</i> ■ Nage défensive avec pagaie : les techniques pour tenir la pagaie, main sur le T, main sur le manche, en position de rétroimpulsion pour s'aider. ■ Nage défensive en eau peu profonde : Modifié la position des pieds, un pied au-dessus de l'autre pour parer les obstacles, attendez le bon moment pour vous lever et marcher vers la rive. ■ Nage offensive avec pagaie : Prise sur le T, prise sur le manche ■ Franchissement d'un obstacle : Approche de la situation, utilisation de la nage offensive, augmenter la vitesse, utiliser de façon agressive vos bras pour vous lever et glisser sur l'obstacle. ■ Nage dans un rappel : Se diriger vers la source puis rejoindre la veine d'évacuation. Position de protection pour les organes et les membres du corps (<i>la nage dans un rappel doit-être enseigné mais pas nécessairement pratiqué par les participants.</i>)	6h	Exercice spécifique et simulations (présentiel)
--	---	---	----	---

	Sac à corde Le candidat utilisera de façon efficace et sécuritaire un sac à corde pour un sauvetage dans un rapide	<u>À valider avant la pratique :</u> - Vérifier (solidité, nœuds pas rapport, bris, type de corde, état, recharger le sac) - Dangers reliés au sac à corde: les deux règles, le couteau et ne jamais s'attacher ou enrouler une corde autour de soi Lancer (exercice dans l'eau) ■ Choix de site approprié : Sécuritaire pour le lanceur, adhérent, baisser le centre de gravité dans la position ■ Procédure de lancer (dans l'ordre), ○ Ouvrir le sac au maximum ○ Tenir le brin mort sans enrouler la corde ○ Choix du site ○ Prendre une position solide ○ Choisir la méthode de lancer selon l'environnement ○ Contacte auditif et visuel ○ Attendre la meilleur trajectoire (un peu en amont à votre portée), être bien vue de la victime ○ Confirmer le tire en criant trois fois corde ■ Types de lancer (softball, au-dessus, sur le côté) ○ Lancer vers le nageur le sac, plus loin que celui-ci ○ Pratiquer tous les types de lancer car la situation ne permet pas toujours de faire un type en particulier ■ Comment attraper la corde (nageur) : Attraper la corde comme si c'était un bâton en prenant soin de ne pas l'enrouler autour de la main. ■ Position du nageur : se tourner sur le dos la corde sur l'épaule du côté opposé de la rive d'où la corde provient. ■ Contrôle de la corde (lanceur) : Assurer le nageur en pendule ○ Technique de vecteur assisté par une autre personne ○ Assurance Dynamique : en mouvement sur la rive ○ Position statique : se préparer à absorber le choc, position base, corde autour de la taille brin mort vers l'aval, être prêt à donner du lousse, pour créer de la friction utiliser des éléments naturels (arbre, rocher etc...) ○ Peut-être assurer par une autre personne ■ Recharge du sac : En vrac avec petites loupes pour éviter le mélange ■ Tires subséquentes : Garder le brin mort en main, puis récupérer la corde pour relancer ○ Méthode spaghetti, ramener la corde à deux mains et laisser tomber à vos pieds ○ Placer un pied sur le brin mort ○ Pour rive dégagée ■ Division de la corde : technique pour diviser la corde en deux lorsque la distance est courte et qu'il y a deux nageurs ○ Ramener la corde avec une main en faisant des loupes simples dans la main qui tient le brin mort ○ C'est la main qui reçoit la corde et accumule les poules qui va relancer la corde ○ Relancer en estimant la distance ■ Méthode loupes en papillon, Faire des loupes en papillon dans la main qui tient le brin mort. ○ La main qui reçoit la corde accumule les loupes. (Elle est statique) ○ Méthode très utile pour ligne de dégagement à partir d'une berge	4h	Exercice spécifique et simulations (présentiel)
--	--	--	----	---

	Marche en rivière (eau peu profonde) Le candidat emploiera la technique nécessaire pour des déplacements en rivière, en section peu profonde.	<u>À valider avant la pratique :</u> Quand? Limite du niveau d'eau mi-cuisse, genoux ○ Prendre connaissance des sections avals ○ Évaluer les risques potentiels pour la victime ○ S'il y a décrochage ne jamais chercher à reprendre pied ▪ Marche seul : ○ Centre de gravité bas et évaluer le fond du court d'eau en marchant ○ Assuré la stabilité avec votre prochain appui ○ Faire face à l'amont en formant une base triangulaire en fonction de la force du courant ▪ Marche seul avec troisième jambe : Avoir un point d'appui supplémentaire ○ Utilisation d'une pagaie, d'une branche, d'un bâton ○ Avoir deux points d'appui en tout temps (pieds et pagaie/ les deux pieds) ▪ Marche en groupe: 2 techniques à exécuter, en ligne droite et marche en pyramide ○ Le sauveteur le plus fort en avant avec une pagaie ○ Création du compte courant pour les autres ○ Le leader en arrière dirige la séquence et le déplacement ○ Tenir les gens au niveau des bretelles des VFI ○ En pyramide utile pour sortir une personne blessée au centre de la formation <i>Utilisation d'une corde en préhension si support de la rive nécessaire</i>	2h	Exercice spécifique et simulations (présentiel)
--	--	---	----	---

	Dégagement de victime avec corde (corde de vie) Le candidat appliquera les techniques de montage pour l'installation d'une ligne stabilisatrice de base de façon sécuritaire, efficace et rapide	<u>À valider avant la pratique.</u> Les principes : Utilisation pour stabiliser une personne prise dans la rivière ○ L'importance de l'établissement du contact ○ Rapidité du système ○ Toujours sécurisé les lieux en amont et en aval Les techniques sont cotées du plus simple au plus complexe* Dégagement d'une rive : ■ Lasso deux personnes : Favoriser l'utilisation de 2 sac à corde (sauf si manque de ressource) ○ Jonction brins à brins en utilisant le nœud simple double pour que celui-ci roule sur les obstacles. 1 longueur de bras sur le brin mort. ○ Pieds sur le sac, on empile en vrac une quantité de corde correspondant à la distance entre la berge et au-delà de la victime. On débute le vrac à partir d'une distance de 1 bras du nœud de jonction. ○ Lancer de chaque côté de la victime ○ La personne aval croise sous la corde de son partenaire pour se rendre le plus haut possible en amont pour tirer la victime vers le haut. ■ Avec un seul sac : Lorsque la victime est très proche et que l'on manque de ressource ○ Sortir la corde du sac, pied sur le brin mort et sur le sac (pour les sauveteurs) ○ Empiler la corde en vrac à partir du milieu ○ Lancer de chaque côté de la victime ○ La personne aval croise sous la corde de la personne amont, se rendre en amont (plus haut possible) pour tirer la victime vers le haut ■ Lasso une personne : ○ Pendre l'extrémité fermée du sac dans la main du lancé ○ Glisser l'autre main dans l'ouverture du dessus du sac (et agripper une poignée de corde, en gardant la main à l'intérieur du sac) ○ D'un geste vif, utiliser la main (sur la partie fermée du sac) pour faire sortir la corde comme un gros lasso. (Comme si on tranchait quelque chose horizontalement avec un sabre) ○ Interchanger les brins ○ Déplacement en amont pour tirer sur la victime vers le haut. Dégagement de deux rives : Deux équipes déployées d'un côté à l'autre de la rivière ○ Technique pour traverser la corde : Lancer, tirer, pagayer, nager ○ La corde, de l'aval vers l'amont ○ Offre un bon support à la victime ■ Assister le dégagement : faire glisser une pagaie ■ Ligne de dégagement par le fond ○ Faire passer une deuxième corde d'une rive à l'autre. ○ En utilisant des prussiks avec pagaie de chaque côté de la rive pour caller la corde vers le fond de la rivière tenter un dégagement de la jambe de la victime ■ Ligne de dégagement latéral : consiste à installer une corde sur la ligne stabilisatrice qui glissera pour enserrer la personne coincée. ○ Le sauveteur installe un mousqueton sur un nœud en huit au bout du deuxième sac à corde et il fixe ce sac sur la ligne stabilisatrice. ○ Par la suite le sauveteur lance le sac à l'autre rive en amont de la ligne stabilisatrice. ○ Le sauveteur responsable de la ligne de dégagement, qui a capté la corde, décent en aval de la ligne stabilisatrice pour venir serrer la victime.	3h	Exercice spécifique et simulations (présentiel)
--	---	---	----	---

Technique de récupérations	Système d'avantage mécanique Le candidat expérimentera la construction d'un système d'avantage mécanique simple	▪ Ancrage simple à un point et ancrage 5 tours morts ○ Installation d'un ancrage simple ○ Protection de l'ancrage ▪ Système de traction directe de base 2 :1 et 3 :1 ○ Sécuriser le système ○ Passer un nœud ○ Reprendre la tension	1h	Explication en ligne, exercice spécifique et démonstration mené par l'instructeur (présentiel)
-----------------------------------	--	---	-----------	---