

# JETTE-TOI À L'EAU !

## ET DEVIENS NAGEUR-SAUVETEUR (H/F)

### FORMATION

#### BNSSA

(BREVET NATIONAL DE SÉCURITÉ ET DE SAUVETAGE AQUATIQUE)

DU 25/01/24

AU 18/05/24



## RUBAN PÉDAGOGIQUE & PROGRAMME FORMATION

### BNSSA

Le BNSSA permet d'assurer la surveillance des lieux de baignade ouverts gratuitement au public, aménagés et réglementairement autorisés sous certaines conditions et la surveillance d'établissements de baignade d'accès payant.

Le rôle d'un titulaire du BNSSA consiste à assurer la prévention, la surveillance et l'intervention.

Le diplôme du BNSSA autorise son titulaire à effectuer exclusivement une mission de surveillance. Il ne peut en aucun cas permettre de participer à une mission d'animation ou d'enseignement.

### OBJECTIFS

Le candidat au B.N.S.S.A. doit être capable de :

- Situer son rôle et sa mission
- Mettre en œuvre les matériels qu'il est susceptible d'utiliser
- Respecter le cadre légal dans lequel il est amené à conduire sa mission
- Situer les rôles de différents acteurs du secours intervenant dans le domaine du sauvetage en milieu aquatique
- Évaluer les risques spécifiques au milieu aquatique
- Identifier les différents risques liés aux pratiques et adopter les attitudes de surveillance adaptées
- Identifier les conduites accidentogènes et mener les actions de prévention adaptées
- Adopter une conduite à tenir appropriée en présence d'une personne en situation de difficulté ou de détresse dans sa zone de surveillance, en ou hors milieu aquatique
- Effectuer les gestes qui sauvent

### CONTENU DE FORMATION

#### Module 1 : La pratique aquatique (60H)

- Entraînements de natation
- Les techniques de sauvetage
- Les techniques de nage et de l'apnée

- Le palmage
- La recherche de victime et le sauvetage (dégagement, le transport dans l'eau, la sortie de l'eau...)
- Les techniques de prévention
- Entraînements aux examens physiques

## Module 2 : Les plans d'eau (3H)

- Surveillance de baignade en plan d'eau et les spécificités
- Situer son rôle et sa mission et s'adapter aux conditions du moment
- Développer des actions de prévention adaptées aux risques et pratiques sur la zone définie par le plan d'eau
- Analyser les risques présents sur la zone
- Mettre en œuvre les techniques opérationnelles et participation à une action coordonnée de sauvetage en milieu naturel

## Module 3 : La réglementation et gestion du stress (9h)

- Aspects juridiques et réglementaires concernant la sécurité et le sauvetage aquatique
- Textes sur l'organisation et la sécurité des lieux de baignade
- Signalisation d'un poste de secours
- Signalisation des aides et matérialisation des lieux de baignade, balisage
- Règlements sur la conduite des embarcations et la pratique des sports nautiques et subaquatiques dans la zone littorale
- Organisation des secours
- Dispositions matérielles d'organisation et d'activation des postes de secours
- Mise en œuvre des moyens d'alerte
- Connaissance et diffusion des informations météorologiques
- Observation du champ de surveillance, diffusion des incidents, modalités d'alerte du poste de secours
- Connaissance de l'organisation des structures publiques de secours, conduite à tenir en cas d'accident
- Gestion du stress

## Module 4 : Accompagnement de parcours (3h)

- Travail sur la poursuite du parcours
- Aide à l'insertion professionnelle
- Accompagnement individuel et/ou collectif

## Module 5 : PSE 1 (35h)

### PRÉ-REQUIS

- Cette formation est ouverte aux candidats âgés de 16 à 77 ans (minimum de 17 ans ou émancipé le jour de l'examen du B.N.S.S.A. et majeur le jour de votre premier travail), ayant un minimum de condition physique
- Le BNSSA impose la pratique régulière d'une activité sportive et une maîtrise de la natation
- La présentation à l'examen est soumise à la possession du PSE 1 ou diplôme équivalent
- Certificat médical : ce document médical doit être daté de moins de trois mois et être inclus dans votre dossier d'inscription

### TESTS DE PRE SELECTION :

- **Tests le 13/01 après-midi** : 15h à 17h – Centre Nautique Municipal de Chenôve – 30B Rue Ernest Renan, 21300 Chenôve

- Les candidats seront évalués sur les épreuves suivantes :
  - Epreuve 1** : effectuer un 200m en crawl (avec plongeon au départ)
  - Epreuve 2** : effectuer un parcours de 100m comprenant :
    - Un départ du bord du bassin ou d'un plot de départ, suivi de 25 mètres nage libre en surface;
    - Deux parcours de 25 mètres, comprenant chacun 15 mètres en immersion complète sur un trajet défini (matérialisé au fond et sur les bords) ;
    - Un plongeon dit en canard, suivie de la recherche d'un cerceau ; le candidat remonte le cerceau en surface, puis le remorque (cerceau et mains en dehors de l'eau) sur 25 mètres, visage hors de l'eau.
- Les deux épreuves seront chronométrées

## DURÉE, LIEUX ET MODALITES

- **Durée** : 75H (+ 35h de PSE1)
- La date du passage PSE 1 est à définir
- 15 à 20 participants par session
- **Dates** : du 25/01/24 au 18/05/24
- **Horaires** : Lundi et jeudi de 18h à 20h et la semaine du 26/02/24 : lundi, mardi, mercredi 9h-12h / 14h-17h et le jeudi 29/02/24 9h-12h (voir calendrier dans dossier d'inscription)
- **Lieu** : Centre Nautique Municipal de Chenove - 30B Rue Ernest Renan, 21300 Chenôve

## TARIFS ET MODALITES DE PRISE EN CHARGE

- **Prix de la formation** :
  - Pour les moins de 26 ans : 270 € (PSE1 / frais d'examen) + 20 € de frais d'inscriptions à la formation
  - Pour les plus de 26 ans : 630 € (dont 270 € de PSE1 / frais d'examen + 20 € de frais d'inscriptions à la formation + 340 € de formation BNSSA )
- **Formation non rémunérée**

Aucun remboursement ne sera possible après le début de la formation. Le prix de la formation comprend les cours pratiques, le livret réglementaire et des cours spécifiques de préparation à l'épreuve écrite

Le règlement de la formation doit s'effectuer en amont de la formation. Pour un paiement en plusieurs fois, merci de bien vouloir contacter l'organisme de formation.

## COORDONNÉES ET CONTACT :

### Pédagogie

Aude BERBEY

[aude.berbey@apsalc.org](mailto:aude.berbey@apsalc.org) / 03 80 55 06 68 / 06 45 61 95 17

### Administratif :

Amir HAMOU

[amir.hamou@apsalc.org](mailto:amir.hamou@apsalc.org) / 03 80 55 06 62

## INSCRIPTION :

- Dossier d'inscription à télécharger :  
[https://drive.google.com/file/d/1IWnJo2lGuSooVt-fhM5TgO20zFkmGKUc/view?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/file/d/1IWnJo2lGuSooVt-fhM5TgO20zFkmGKUc/view?usp=drive_link)

- Le dossier d'inscription ainsi que le règlement des frais d'inscription par chèque sont à renvoyer à l'adresse suivante : **APSALC**  
**15 rue des rétisseys**  
**21240 – Talant**

### MODALITÉS PÉDAGOGIQUES :

Les méthodes varient d'un cours à l'autre : Exercices pendant les séances, mises en situation, débats, familiarisation avec des nouveaux outils (tableur, traitement de texte, etc.).

### MODALITÉS D'EXAMEN :

- Parcours de sauvetage de 100 m
- Parcours de sauvetage de 250 m
- Assistance à personne en difficulté
- Questions à Choix Multiples

La durée de validité du BNSSA est de cinq ans. Cette durée s'entend d'année en année (année d'obtention plus cinq ans) et non pas de date à date. Le titulaire du BNSSA qui souhaite prolonger la validité de son diplôme est soumis tous les cinq ans à une vérification de maintien des acquis comprenant les épreuves n°1 et n°3. La validité de cette vérification est de cinq ans.

### ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES :

Des restrictions aux conditions d'exercices professionnels peuvent être apportées par la Direction Académique de la Jeunesse et des Sports si la sécurité des usagers ne peut être garantie par le titulaire du diplôme acquis.

Attention : certaines formations nécessitent des déplacements dans des lieux difficiles d'accès où les conditions physiques des stagiaires doivent être optimales afin de ne pas mettre en danger le groupe.

Vous pouvez également contacter la référente handicap qui vous accompagnera dans vos démarches :  
Tania MATHY – [tania.mathy@apsalc.org](mailto:tania.mathy@apsalc.org) – 03 73 75 01 02

### SUITE DE PARCOURS ET DÉBOUCHÉS :

- ➔ BPJEPS AAN (Activités Aquatiques et de la Natation)
- ➔ Le sauveteur aquatique titulaire du BNSSA peut exercer dans différents postes de secours, notamment les plages, les lacs, les bassins, les piscines privées ou publics, les espaces aquatiques et ludiques

### INDICATEURS DE RÉSULTAT :

Taux de satisfaction : nouvelle formation

Version : 14/12/23

