



Vos nageurs sauveteurs

**LIVRET D'ACCOMPAGNEMENT
AVEC SOLUTIONS ET
INFORMATIONS DESTINÉ
AUX ENSEIGNANTS**



MODULE 0

4-6 ANS

**PLUS DE SÉCURITÉ,
POUR PLUS DE PLAISIR
AQUATIQUE**

Messages aquatiques

.....
Matériel de sauvetage

.....
Donner l'alerte

Support de cours pour la prévention des accidents aquatiques, réalisé par la Société Suisse de Sauvetage SSS

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|---|----|
| Pour les enseignants | 03 |
| Module 0 | |
| Thèmes et aperçu du cahier d'exercices pour les élèves | 04 |
| Idées d'exercices/séquences | 05 |
| Les huit messages aquatiques | |
| Informations de fond | 06 |
| Solutions et informations sur les différentes tâches | |
| MILU et les messages aquatiques de la SSS | 07 |
| Répétition des messages aquatiques | 08 |
| Une journée à la piscine en plein air : identifier les messages aquatiques et le bon comportement à adopter lors de la baignade | 09 |
| Danger et matériel de sauvetage: comprendre que l'eau peut aussi être dangereuse et identifier le matériel de sauvetage | 10 |
| Donner l'alerte : comprendre ce que signifie « donner l'alerte » | 11 |
| Option affiche « Ce que Milu sait » : répétition des messages aquatiques | 12 |
| Feuilles de travail et feuilles à copier relatifs au module 0 | |
| 8 messages aquatiques F01–08 | 14 |
| 3 engins de sauvetage F09–11 | 22 |
| 4 possibilités de donner l'alerte F12–15 | 25 |
| Messages aquatiques pour l'affiche « Ce que Milu sait » F16 | 29 |
| Au bord, dans et sur l'eau | |
| Formation à la sécurité aquatique – Recommandations de la SSS | 31 |
| Formations de la SSS pour les enseignants | 32 |
| Planification d'une sortie de classe au lac | 33 |
| Collaboration avec les parents | |
| Modèle de lettre aux parents à copier | 36 |

REDACTION/AUTEURS

Ce support de cours a été conçu par un groupe de travail composé d'enseignants et de professionnels de la SSS et mis en œuvre par Minz, agence de communication visuelle (minz.ch). Principaux responsables des contenus du module 0 : Stéphanie Bürgi-Dollet et Susann Blum. Illustrations : Corina Vögele et Felice Bruno.
Photos : istockphoto.com. Distribution : maison d'édition de supports de cours du canton de Lucerne, www.lmvdmsz.lu.ch.
ISBN 978-3-271-60044-5

CHERS/CHERES ENSEIGNANT(E)S

La Société Suisse de Sauvetage SSS s'engage de bien des manières pour la prévention des accidents aquatiques depuis 1933. Avec plus de 130 sections, la SSS est représentée dans toutes les régions de Suisse. Nos sections proposent des formations au niveau fédéral dans le domaine de la sécurité aquatique. Près de 90% des accidents aquatiques surviennent en eau libre, dans les lacs et les rivières par exemple. 80% des victimes d'accidents de baignade sont des hommes, et quelque 30% de ces victimes sont âgées de 25 ans ou moins. Une raison suffisante pour que nous nous engagions en faveur de l'enseignement de la sécurité aquatique – désormais ancré dans le Plan d'études 21.

Pour que la prévention soit efficace, elle doit être réalisée là où se trouve le public cible, notamment à l'école.

Merci beaucoup pour votre soutien grâce auquel les accidents aquatiques peuvent être évités!

Avec l'introduction du Plan d'études 21, un nouveau contexte en Suisse pour l'enseignement de la natation et de la sécurité aquatique à l'école s'est mis en place et a incité la Société Suisse de Sauvetage SSS à élaborer un matériel didactique adéquat. Dans la rubrique « Se déplacer dans l'eau » du Plan d'études 21, le thème s'intitulant « **Sécurité au bord, dans et sur l'eau** » vise l'obtention de compétences dans les domaines suivants: « **Sécurité** » et « **Donner l'alerte et sauver** ». En tant qu'enseignant(e), vous pouvez désormais vous appuyer sur le présent support de cours pour transmettre ces compétences. Ce support vous permet d'organiser votre cours de manière efficace et de prodiguer à vos élèves un apprentissage durable en matière de sécurité aquatique.

Ce support de cours vous propose des idées d'exercices toutes prêtes. Le module 0 comporte un cahier d'exercices pour les élèves et un livret d'accompagnement avec les solutions et les informations destinées aux enseignant(e)s (documentation de l'enseignant). La documentation de l'enseignant contient des suggestions de travaux à l'aide du cahier d'exercices de l'élève. Les informations de fond, les supports de travail supplémentaires et les renvois à d'autres sources permettent de se familiariser avec le sujet de mani-

ère passionnante et diversifiée. En principe, les séquences de cours ont été conçues pour une mise en œuvre en salle de classe.

Les durées indiquées pour les différents exercices sont de simples suggestions. **N'hésitez pas à consacrer plus de temps à certaines séquences, à en raccourcir d'autres ou à en laisser complètement de côté.** Les connaissances préalables de vos élèves sont déterminantes pour le cours. **Choisissez la méthode qui vous convient, à vous et à vos élèves.**

Commande de supports de cours

Tous les cahiers d'exercices et toutes les documentations de l'enseignant peuvent être téléchargés **gratuitement** à l'adresse www.ecole-sss.ch.

Nous espérons que le présent support de cours vous plaira, à vous et à vos élèves. Nous vous souhaitons des leçons intéressantes, fidèles à notre devise: « Plus de sécurité, pour plus de plaisir aquatique! »

MODULE 0

THÈMES

Messages aquatiques. Matériel de sauvetage. Donner l'alerte.

CAHIER D'EXERCICES MODULE 0



MODULE 0

IDÉES D'EXERCICES / PLANIFICATION DES SÉQUENCES

Pour certaines séquences, vous pouvez prévoir une ou plusieurs demi-journées. **N'hésitez pas à consacrer plus de temps à certaines séquences, à en raccourcir d'autres ou à en laisser complètement de côté.** Choisissez la méthode qui vous convient, à vous et à vos élèves.

| | | |
|--|---|------------------|
| 1re séquence | | |
| Présenter Milu | Présenter brièvement Milu et expliquer pourquoi le petit lutin aquatique en sait tellement sur les dangers au bord, dans et sur l'eau. | Page 07 |
| Début du cours | Apporter 8 objets (pelle et seau, serviette de bain, crème solaire, ballon, pomme ou bouteille d'eau, branche/bâton en bois, arrosoir, pierre) et les laisser dans votre sac au début du cours. Demander aux enfants : à quoi pensez-vous lorsque l'on vous demande de quels objets l'on a besoin pour être en sécurité à la piscine ou au lac? Dès que les enfants mentionnent un objet, le placer au centre. Si les enfants ne mentionnent pas d'objets, il est aussi possible de les placer au centre du cercle et de demander aux enfants à quoi sert chaque objet. | Page 12 (annexe) |
| Enumérer ensemble les messages aquatiques et les comprendre | Demander aux enfants ce qu'ils savent déjà sur la sécurité aquatique. Les laisser parler. Les enfants glanent des idées sur les règles à respecter lors d'une sortie à la piscine en plein air. Dès qu'ils mentionnent un message aquatique, placer la feuille de travail correspondante au centre du cercle. Evoquer les huit messages aquatiques avec les enfants. | Page 07 |
| Travail individuel : réviser les messages aquatiques | Dans le cahier d'exercices, les enfants peuvent maintenant colorier les huit messages aquatiques. Une petite autoréflexion sur les différents messages est également envisageable. | Page 08 |
| 2e séquence | | |
| Jeu d'objets cachés | Observer l'image « Recherche et trouve » dans le cahier d'exercices et demander aux enfants de raconter ce qu'ils voient. | Page 09 |
| Réviser les messages aquatiques | Les enfants se souviennent-ils des huit messages aquatiques? Où se trouvent ces situations dans le jeu d'objets cachés? | Page 09 |
| Travail individuel : identifier des situations | 6 situations sont représentées dans le cahier d'exercices. Les enfants déterminent si les personnes représentées se comportent correctement ou non, puis colorient le cercle correspondant en rouge ou en vert. | Page 09 |
| 3e séquence | | |
| Sécurité aquatique | Par la discussion, déterminer si les enfants savent pourquoi les messages aquatiques sont si importants. Que savent-ils des dangers de l'eau? Quels engins de sauvetage connaissent-ils? Montrer des images d'engins de sauvetage. | Page 10 |
| Travail individuel : résoudre un labyrinthe | Le cahier d'exercices comprend une page comportant un labyrinthe pour aborder une fois de plus les engins de sauvetage. | Page 10 |
| Que signifie « donner l'alerte »? | Evoquer avec les enfants le comportement à adopter lorsqu'ils voient un enfant en danger. | Page 11 |
| Travail individuel : autoréflexion | Les quatre moyens de donner l'alerte sont à nouveau représentés dans le cahier de travail. Les enfants tentent de s'auto-évaluer. | Page 11 |

LES HUIT MESSAGES AQUATIQUES

INFORMATIONS DE FOND

Compte tenu du nombre alarmant d'accidents aquatiques qui surviennent chaque année, la SSS a mis en place les messages aquatiques. Ces derniers sont destinés aux enfants, aux parents et à toutes les personnes chargées de la surveillance des petits. Ils doivent permettre de familiariser tout spécialement les jeunes enfants avec les Maximes de la baignade. Milu le lutin aquatique présente aux enfants les messages aquatiques de la SSS de manière ludique.

Les messages aquatiques et leur signification :

1. Dis toujours où tu es.

La plupart des accidents aquatiques et de baignade impliquant des enfants sont liés à un défaut d'attention des adultes chargés de les surveiller. En effet, les parents sous-estiment souvent les risques liés à l'eau. Ils comptent souvent sur l'utilisation d'aides à la flottabilité, qui offrent un faux sentiment de sécurité. Important : les enfants peuvent se noyer même lorsque l'eau ne dépasse pas la hauteur des chevilles – et sans le moindre bruit. Regardez la vidéo cidessus! Par conséquent, les enfants doivent toujours être sous la surveillance d'un adulte. Le **premier message aquatique** invite les enfants à soutenir les personnes chargées de leur surveillance.

2. Sors de l'eau si tu as froid et sèche-toi.

Les enfants ont tendance à oublier l'heure lorsqu'ils sont dans l'eau et ils ignorent la sensation de froid. Le refroidissement est néanmoins dangereux pour le corps. Par conséquent, le **deuxième message aquatique** vise à rappeler aux enfants d'être attentifs à leur propre état. Il faut se réchauffer au plus tard lorsque le corps commence à grelotter.

3. Mets toujours de la crème solaire et reste à l'ombre en milieu de journée.

Le **troisième message aquatique** est évident.

4. Reste sur la rive même si ton jouet tombe à l'eau et s'éloigne du bord.

Le **quatrième message aquatique** incite les enfants à appeler un adulte immédiatement lorsqu'un jouet devient inaccessible et s'éloigne du bord. Ils ne doivent tenter aucune « tentative de sauvetage » eux-mêmes.

5. Pense à manger et à boire.

« Après manger, il faut patienter deux heures avant d'aller se baigner. » Cette ancienne règle est-elle toujours vraie? En réalité, après un repas copieux, le corps a besoin de beaucoup d'énergie pour digérer. Cela peut entraîner une faiblesse inhabituelle en situation d'effort, des vertiges et des maux de tête, ce qui peut se révéler très dangereux dans l'eau.



Un petit enfant peut se noyer en seulement quelques secondes.

Par conséquent, les enfants ne doivent pas prendre de repas trop copieux à la piscine. Cependant, il ne faut pas non plus aller barboter le ventre vide. Une hypoglycémie peut également entraîner une fringale accompagnée de vertiges. L'idéal est de prendre plusieurs petits en-cas et de boire suffisamment. C'est ce que nous expliquons aux enfants avec le **cinquième message aquatique**.

6. Reste-là où l'eau t'arrive à la taille jusqu'à ce que tu aches bien nager.

Dans la plupart des piscines et des piscines de plein air, on trouve des zones pour les non-nageurs. Le **sixième message aquatique** répète une fois de plus aux enfants qu'il est important de ne pas quitter cette zone même s'ils savent déjà un peu nager. La surestimation de soi peut avoir des conséquences graves.

7. Passe sous la douche avant de te baigner. Il est important de se rafraîchir.

Les différences de température entre l'eau et l'air mettent le corps à rude épreuve. Un saut direct dans l'eau froide après un bain de soleil conduit à une rétractation brutale des vaisseaux sanguins et à une forte augmentation de la pression sanguine. Dans le pire des cas, cela peut entraîner une perte de conscience pouvant mener à la noyade. Le **septième message aquatique** explique aux enfants que la douche permet de préserver la propreté de l'eau, mais pas seulement. Cela permet surtout de se rafraîchir afin d'éviter tout choc pour l'organisme. La règle est qu'il ne faut jamais sauter dans l'eau froide lorsque son maillot de bain est encore sec. L'idéal est de se mouiller progressivement lorsque l'on va se baigner.

8. Regarde toujours où tu sautes. Ne saute jamais dans des eaux inconnues.

Le **huitième message aquatique** indique qu'un saut dans des eaux inconnues est toujours dangereux, que ce soit dans une piscine ou un lac. Outre le risque de choc thermique (voir ci-dessus), il existe aussi un risque non négligeable de se blesser en sautant dans une eau trop peu profonde ou en atterrissant sur des rochers. On peut par ailleurs représenter un risque pour les autres nageurs ou plongeurs si l'on ne regarde pas où l'on saute.

MILU ET LES MESSAGES AQUATIQUES DE LA SSS

ENTRÉE EN MATIÈRE POUR L'ÉCOLE

Objectif

Enumérer ensemble les messages aquatiques et les comprendre

Déroulement

En cercle, discuter des messages aquatiques

Matériel

Feuilles de travail C01–C08



C01



C02



C03



C04



C05



C06



C07



C08

Présenter Milu

Le petit lutin aquatique vit depuis toujours dans un lac. Il observe avec bienveillance les enfants jouer dans l'eau. Il connaît tous les dangers liés à la baignade, car il a déjà tout vu. Jusqu'à présent, personne ne l'a découvert. Pour cela, il a une astuce : il se transforme en figurine dès que quelqu'un le voit. Aujourd'hui, il explique aux enfants tout ce qu'il sait sur la sécurité au bord, dans et sur l'eau.

Discussion et récits

À tour de rôle, les enfants racontent leurs expériences de baignade de l'été dernier. Qu'ont-ils fait? Qu'ont-ils vu? Qui sait déjà nager? Qui ose mettre la tête sous l'eau?

Présenter les messages aquatiques

Demander aux enfants ce qu'ils savent déjà sur la sécurité aquatique. Les enfants glanent des idées sur les règles à respecter lors d'une sortie à la piscine en plein air. Dès qu'ils mentionnent un message aquatique, placer la fiche représentant Milu correspondante au centre du cercle. Il est également possible d'apporter des objets et de placer au centre du cercle tous ceux qui comportent un indice. L'enseignant(e) peut ainsi identifier avec les enfants les huit messages aquatiques et les présenter à l'aide d'une fiche représentant Milu.

Objets appropriés pour le cercle

Pelle et seau : dis toujours où tu es (les adultes doivent pouvoir te voir).

Serviette de bain : Sors de l'eau si tu as froid et sèche-toi.

Crème solaire : mets toujours de la crème solaire et reste à l'ombre en milieu de journée.

Ballon : reste sur la rive même si ton jouet tombe à l'eau et s'éloigne du bord.

Pomme ou bouteille d'eau : pense à manger et à boire.

Branche/bâton en bois : reste-là où l'eau t'arrive à la taille jusqu'à ce que tu saches bien nager.

Arrosoir : passe sous la douche avant d'aller te baigner. Il est important de se rafraîchir.

Pierre : regarde toujours où tu sautes. Ne saute jamais dans des eaux inconnues.

Remarque

Il est possible de réviser l'attribution des objets à l'aide de l'affiche représentant Milu et de la feuille de travail C16. Pour plus d'informations, voir la page 12.

RÉVISION DES MESSAGES AQUATIQUES

CAHIER D'EXERCICES PAGES 02-03

Objectif

Révision des messages aquatiques

Déroulement

Travail individuel : réviser les messages aquatiques



Réviser les messages aquatiques

Les enfants peuvent colorier les décors autour de Milu comme ils le souhaitent. Chaque message aquatique comporte un cercle dans le coin supérieur droit de l'image. Celui-ci peut éventuellement être utilisé pour une autoréflexion. Possibilités : colorier les cercles (rouge = non, vert = oui) ou dessiner un smiley ou une croix.

Questions éventuelles pour l'autoréflexion :

- Je connaissais déjà cette règle.
- J'ai compris cette règle.
- Je dois impérativement respecter cette règle.
- J'expliquerai cette règle à mes parents.
- Etc.

UNE JOURNÉE À LA PISCINE EN PLEIN AIR

CAHIER D'EXERCICES PAGES 04-05

Objectif

Réviser les messages aquatiques

Déroulement

Les enfants observent le jeu d'objets cachés dans le cahier d'exercices et réfléchissent si les personnes indiquées se comportent correctement ou non.

Remarque

Une affiche au format A2 est disponible pour cet exercice. Elle peut être téléchargée à l'adresse www.ecole-sss.ch.



Correct : la jeune fille se sèche une fois sortie de l'eau.



Correct : la maman met de la crème solaire à son enfant.



Correct : les deux personnes prennent une douche.



Incorrect : ce jeune homme plonge la tête la première dans l'eau trouble. Cela est très dangereux.



Incorrect : le jeune garçon mange beaucoup trop. Il devra patienter un peu avant d'aller se baigner.



Correct : le jeune garçon regarde en dessous du plongeur tremplin avant de sauter.



Correct : les enfants se baignent dans une zone où ils ont de l'eau jusqu'à la taille.



Incorrect : un enfant en bas âge suit le ballon qui s'éloigne de la rive. Cela est très dangereux.

DANGER ET MATÉRIEL DE SAUVETAGE

CAHIER D'EXERCICES PAGE 06

Objectif

Comprendre que l'eau peut aussi être dangereuse et identifier les engins de sauvetage

Déroulement

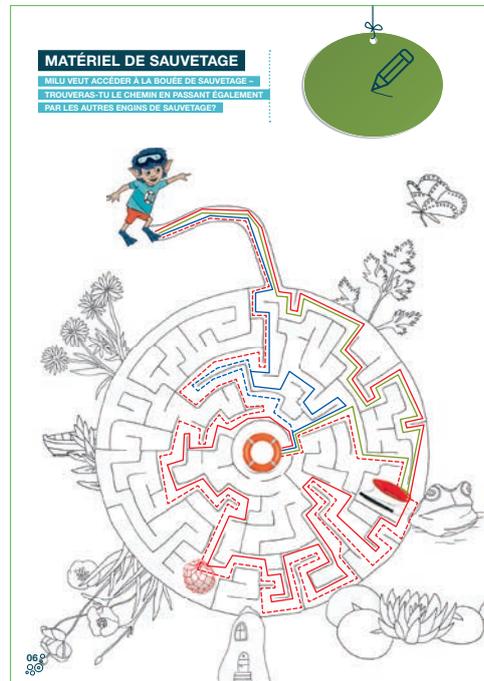
Discussion avec les enfants et résolution d'un labyrinthe

Matériel

Brassards et bouées

Complément

Feuilles de travail C09-C11



- Chemins permettant de passer par le cube et la baywatch
- Chemins permettant d'accéder directement à la bouée de sauvetage
- Chemin passant uniquement par la baywatch



C09-C11

Sécurité au bord, dans et sur l'eau

Par la discussion, déterminer si les enfants savent pourquoi les adultes ont établi des règles de baignade si « strictes ». Expliquer aux enfants qu'il y a encore beaucoup d'accidents au bord, dans et sur l'eau, et que ces accidents concernent souvent des jeunes. Par conséquent, il est très important de respecter les messages aquatiques.

Brassards et bouées

A l'aide des objets apportés, expliquer aux enfants qu'il s'agit de JOUETS. Ils n'offrent aucune sécurité et il ne faut pas les utiliser dans les eaux profondes lorsque l'on ne sait pas encore bien nager.

Engins de sauvetage

Montrer les images des engins de sauvetage (C09-C11). Question : qui a déjà vu une bouée de sauvetage ou un autre engin de sauvetage lorsqu'il se baignait? Et qui a déjà repéré le maître-nageur? Inviter les enfants à prêter attention à cela lors de leur prochaine sortie à la piscine ou au bord d'une rivière.

Observer les autres enfants

Les enfants de cette école enfantine sont désormais incollables en matière de sécurité aquatique, tout comme Milu. On peut donc leur expliquer qu'ils doivent aussi observer les autres enfants lorsqu'ils se baignent. S'ils voient un enfant en danger, ils doivent donner l'alerte (voir la mission suivante).

Ne jamais crier à l'aide pour s'amuser

Un appel à l'aide doit toujours être pris au sérieux. Les enfants ne doivent jamais appeler à l'aide pour s'amuser, c'est très important.

Dans le cahier d'exercice

Résoudre le labyrinthe sur les engins de sauvetage. Plusieurs chemins mènent Milu à la bouée de sauvetage. Deux chemins mènent Milu à l'objectif en passant par les deux autres engins de sauvetage (rouge). Recherche une ou plusieurs solutions.

Remarque

Inviter les enfants à emporter le cahier chez eux pour parler avec leurs parents et leurs frères et sœurs des messages aquatiques.

DONNER L'ALERTE

CAHIER D'EXERCICE PAGE 07

Objectif

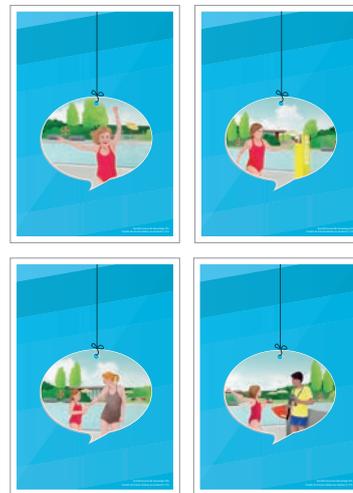
Comprendre ce que signifie
« donner l'alerte »

Déroulement

En cercle, évoquer les
moyens de donner l'alerte.
Autoréflexion dans le
cahier d'exercice.

Complément

Feuilles de travail
C12–C15



C 12–C 15

Donner l'alerte

En discutant avec les enfants, leur expliquer qu'ils doivent
« donner l'alerte » s'ils voient un autre enfant en danger.
Important : ils ne doivent jamais tenter de les aider eux-mêmes.
Ils doivent faire appel à un adulte.

Que signifie « donner l'alerte » ?

Il existe quatre possibilités de donner l'alerte (voir les feuilles
de travail C12 à C15).

- 1) **Crie « À l'aide, à l'aide » jusqu'à ce qu'un adulte vienne.**
- 2) **À la piscine, appuie sur le bouton d'urgence.**
- 3) **Signale l'urgence à l'adulte le plus proche.**
- 4) **Adresse-toi au maître-nageur.**

Oserais-tu crier à l'aide ?

Il faut poser cette question importante aux enfants. Que pen-
sent-ils d'eux-mêmes ? Qui est timide et aurait des difficultés ?
Dans une situation d'urgence, les enfants oseraient-ils crier à
l'aide ou aborder un inconnu ? Eventuellement, crier à l'aide
tous ensemble.

En matière d'alerte, mieux vaut trop que pas assez.

Que faire si l'on n'est pas sûr qu'il s'agisse d'une situation
d'urgence ? En matière d'alerte, mieux vaut trop que pas as-
sez. Personne ne vous en voudra de déclencher une alarme
par erreur.

Exercice dans le cahier de travail

Les quatre moyens de donner l'alerte sont présentés une
nouvelle fois. Les enfants peuvent s'auto-évaluer en dessinant
un smiley sur les différentes images. Comment s'imaginent-ils
le mieux donner l'alerte ?



= j'oserais certainement



= j'oserais peut-être



= je n'oserais pas

OPTION: AFFICHE «CE QUE MILU SAIT»

AJOUTS AU MODULE POUR LES ÉCOLES ENFANTINES

Objectif

Connaître les messages aquatiques

Déroulement

Observer l'affiche avec les enfants. Associer les bons objets aux images de Milu. Coller les réponses sur l'affiche.

Complément

Feuille de travail C16



C 16

Associer les messages aquatiques

Préparer l'activité en découpant les cercles de la feuille de travail C16. Faire parler les enfants des images représentées dans les cercles. Les enfants tentent d'associer les images aux bonnes représentations de Milu. Ils collent les images sur l'affiche pouvant être accrochée dans la classe.

OPTION: JEU MEMORY



Cartes de Memory

Maximes de la baignade sous forme de textes et d'images, situations d'alerte.

32 paires de cartes

12 paires de cartes adaptées dès l'école enfantine

Editeur :

Société Suisse de Sauvetage SSS

A commander à l'adresse: www.ecole-sss.ch

FEUILLES À COPIER

MODULE 0



Vos nageurs sauveteurs





Vos nageurs sauveteurs





Vos nageurs sauveteurs





Vos nageurs sauveteurs





Vos nageurs sauveteurs





Vos nageurs sauveteurs





Vos nageurs sauveteurs

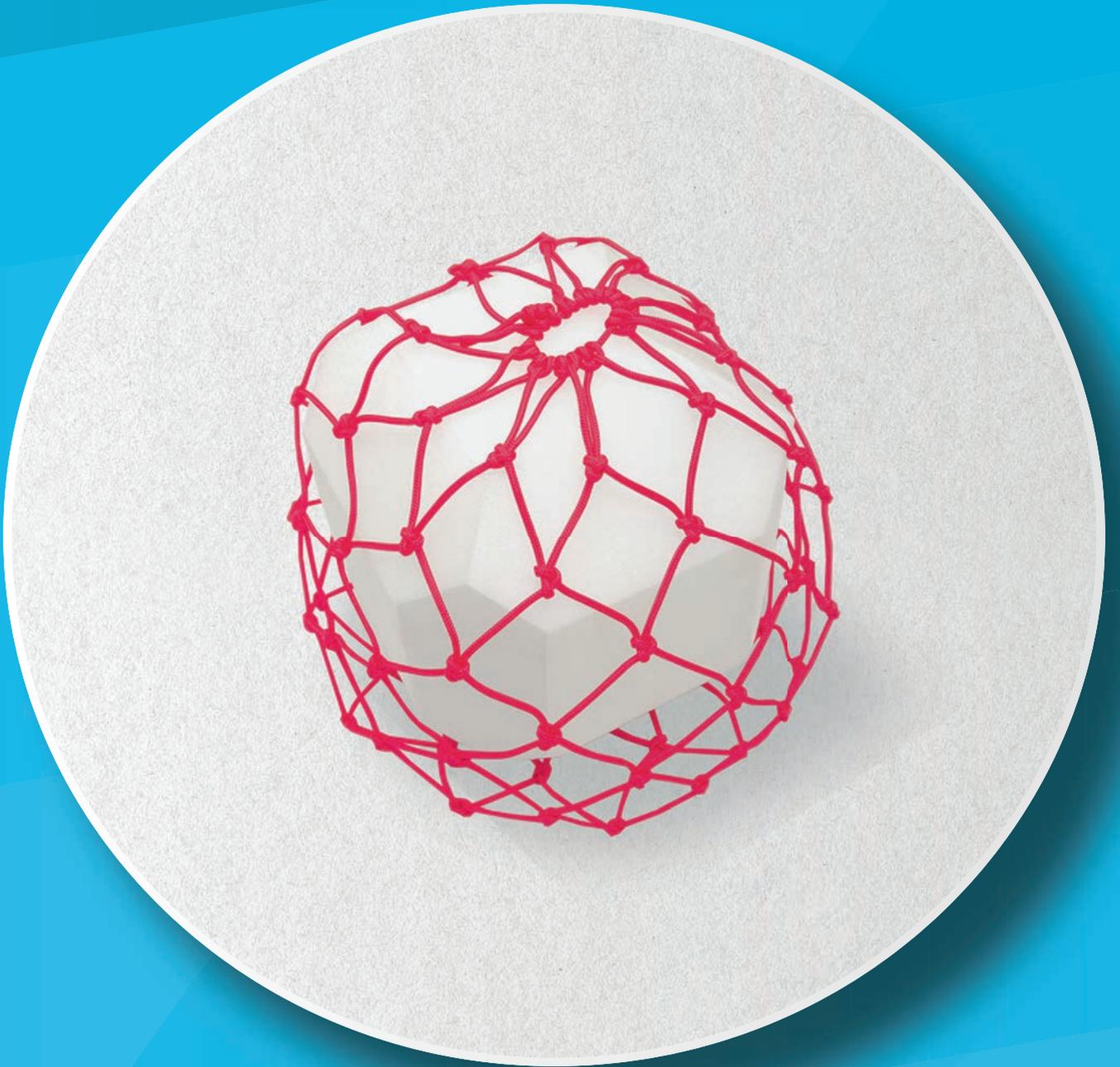




Vos nageurs sauveteurs

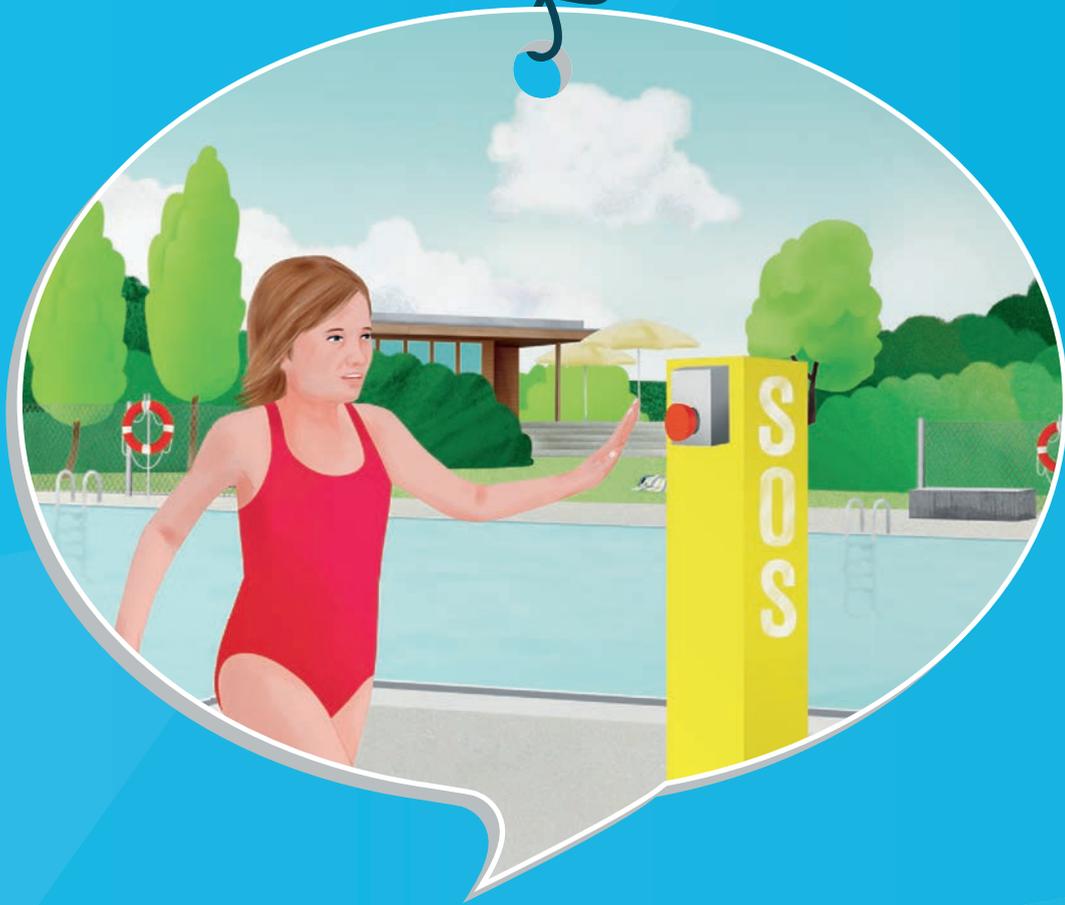




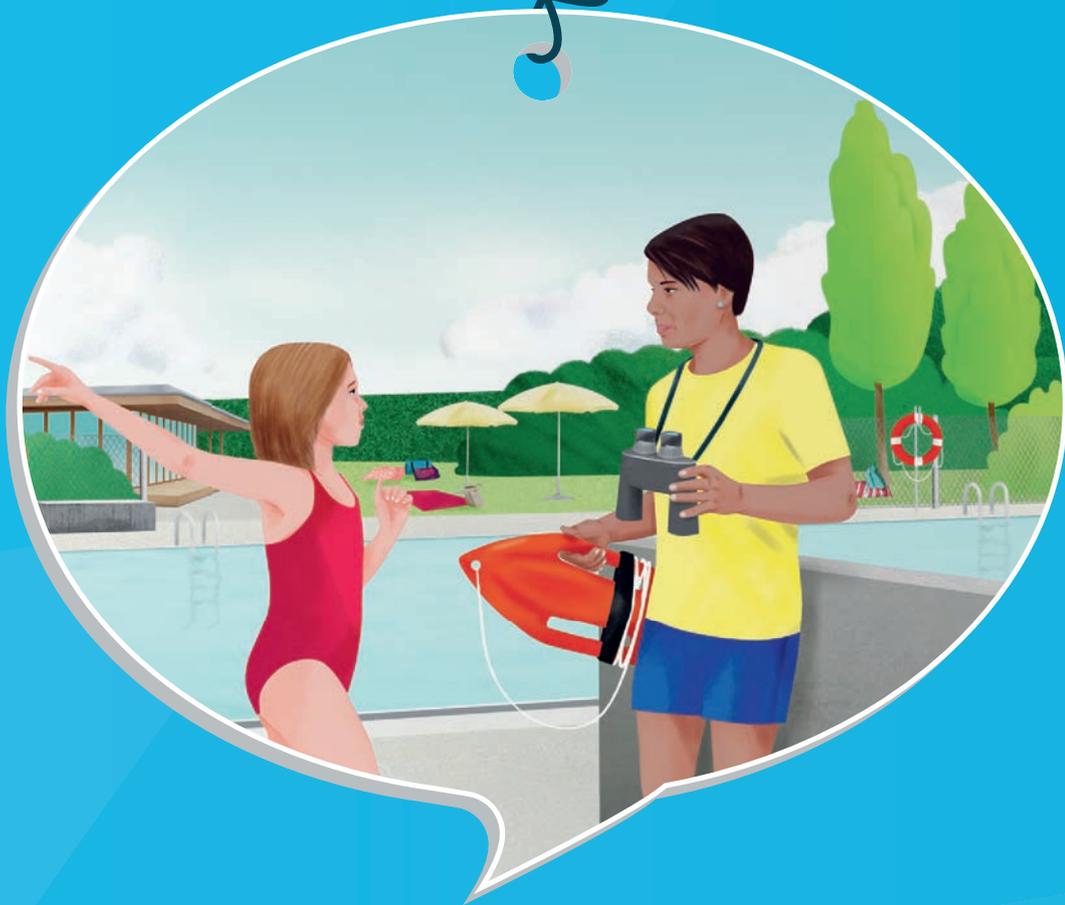


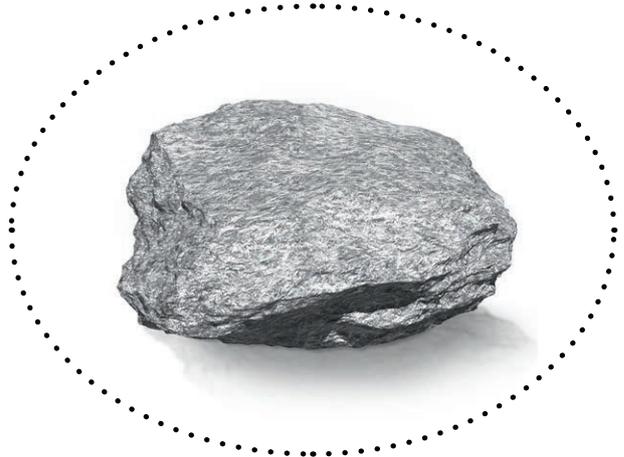
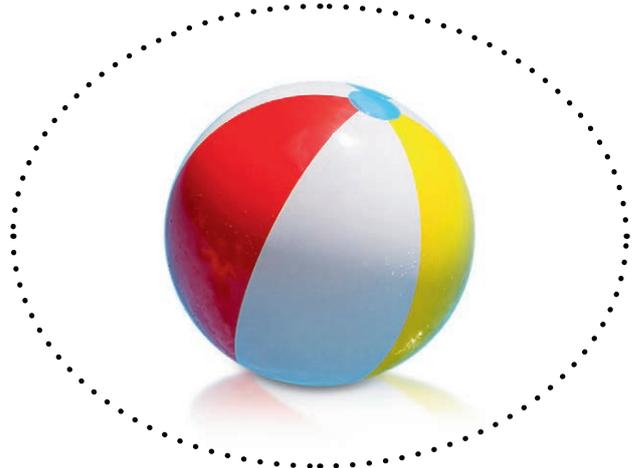












LA SÉCURITÉ

AU BORD, DANS ET SUR L'EAU

FORMATION À LA SÉCURITÉ AQUATIQUE – RECOMMANDATIONS

DE LA SSS

SECURITÉ AU BORD, DANS ET SUR L'EAU

Pour les personnes surveillant au bord, dans et sur l'eau, la SSS émet des recommandations concernant la formation à la sécurité aquatique requise. La taille maximale du groupe pour un surveillant dépend de différents facteurs.

Les recommandations de la SSS pour les personnes avec obligation de surveillance servent à réduire les risques ainsi qu'à éviter les risques de noyade. Elles n'ont aucun caractère contraignant sur le plan juridique. Après un accident,

les recommandations peuvent toutefois être prises en compte dans le cadre de la recherche des circonstances de l'accident.

A chacun son module

En principe, c'est/ce sont respectivement l'/les institution(s) supérieure(s) qui fixe(nt) les mesures de sécurité et la formation nécessaire pour les activités au bord, dans et sur l'eau. Renseignez-vous auprès de l'institution compétente.

| Activité | | Taille maximale du groupe par surveillant | Modules recommandés |
|--|--|---|--|
| Piscine en plein air/Piscine couverte | surveillée | 16 | Brevet Base Pool |
| | non surveillée | 16 | Brevet Plus Pool, formation aux premiers secours validée, formation CPR ou BLS-AED valable |
| Lac | surveillé, avec entrée payante | 12 | Brevet plus pool |
| | non surveillé | 10 | Module Lac, formation aux premiers secours validée, formation CPR ou BLS-AED valable. |
| Rivière | surveillé, avec entrée payante | 12 | Brevet Plus Pool |
| | non surveillée, jusqu'à eaux libres II | 8 | Module Rivière, formation aux premiers secours validée, formation CPR ou BLS-AED valable |

La taille maximale de groupe par surveillant indiquée s'applique uniquement en cas de conditions optimales! En fonction de la situation de surveillance, ce chiffre doit être revu à la baisse.

Les facteurs suivants réduisent la taille du groupe maximale par surveillant (liste non exhaustive):

Situations :

- lieu de baignade très fréquenté
- mauvaise visibilité (eaux troubles)
- vent

Nature du Terrain :

- eau profonde (les participants n'ont plus pied)
- manque d'informations sur les dispositifs de sécurité du lieu de baignade
- nouveau lieu de baignade/lieu de baignade inconnu

Personne :

- compétences aquatiques des participants non adaptées à la situation
- compétences en matière de sécurité aquatique de la personne responsable non adaptées
- manque de discipline des participants
- incertitude globale de la personne responsable en ce qui concerne les activités au bord, dans et sur l'eau

FORMATIONS DE LA SSS DESTINÉES AUX ENSEIGNANTS

SECURITÉ AU BORD, DANS ET SUR L'EAU

Sécurité aquatique

La SSS propose des formations dans les domaines de la sécurité dans l'eau et des premiers secours. L'offre de formation modulaire de la SSS traite de thèmes principaux clairement définis dans chaque module.

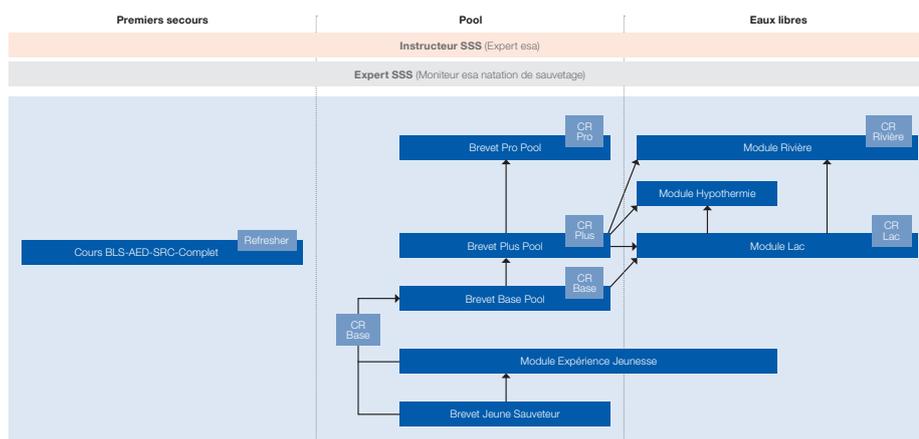
Plus d'informations

www.sss.ch



Vos nageurs sauveteurs

FORMATIONS NIVEAU DE BASE



Le graphique se réfère au SSS Règlement de cours niveau de base.

BREVET BASE POOL DE LA SSS

En tant que personne avec obligation de surveillance, vous acquerez les connaissances de base du sauvetage aquatique dans une piscine et les connaissances spécifiques de prévention pour fréquenter des piscines surveillées en toute sécurité. Savez-vous à quoi on peut voir qu'un enfant ou un adulte est en train de se noyer? Même dans une piscine surveillée, contribuez activement à éviter les accidents au bord de, dans et sur l'eau, que ce soit pour vous-même ou en tant que surveillant d'un groupe. Dans le brevet Base Pool, l'accent est mis sur la prévention des accidents.

Durée : 7 heures

Public cible : les personnes/enseignants qui fréquentent une piscine surveillée avec un groupe.

Contenus :

- Zones de danger à la piscine
- Connaissances de base des techniques de nage et de plongée
- Risque de noyade chez les enfants en bas âge
- Surveillance d'un groupe dans une piscine avec un surveillant de baignade
- Matériel/techniques de sauvetage
- Déclenchement de la chaîne de sauvetage

Validité et obligation de recyclage : Le brevet Base Pool a une validité illimitée. La SSS recommande de renouveler cette formation tous les quatre ans en suivant un cours de recyclage (CR).

BREVET PLUS POOL DE LA SSS

Le brevet Plus Pool approfondit les connaissances acquises avec le brevet Base Pool. Il permet aux participants d'élargir leurs compétences aux piscines non surveillées. Durant cette formation destinée aux participants au niveau avancé, l'accent est mis non seulement sur la prévention, mais aussi sur le sauvetage et la mise à l'abri.

Durée : 7 heures 1/4

Public cible : les personnes/enseignants qui fréquentent une piscine surveillée avec un groupe et ayant une mission de surveillance.

Contenus :

- Techniques de surveillance de groupes dans les piscines non surveillées
- Approfondissement des techniques de nage et de plongée
- Dispositif de sauvetage
- Techniques approfondies de sauvetage et de mise à l'abri
- Mise en œuvre d'un dispositif de sauvetage
- Utilisation des différents équipements de sauvetage
- Premiers secours au bord de l'eau

Validité et obligation de recyclage : Le brevet Plus Pool est valable quatre ans. Si aucun cours de recyclage n'est suivi pendant cette période, la formation est suspendue durant quatre années supplémentaires. Passé ce délai, le brevet Plus Pool sera déclassé en brevet Base Pool.

PLANIFICATION D'UNE SORTIE DE CLASSE AU LAC

SÉCURITÉ AU BORD, DANS ET SUR L'EAU

Planification 3x3

Cette matrice aide à tenir compte des points correspondants lors de la planification et de la reconnaissance, lors du contrôle, juste avant l'exécution et pendant l'activité. Toujours adapter la matrice 3x3 aux besoins propres.

Source

Lot de cartes
Water-Safetyt

| | Situations | Nature du terrain | Groupe |
|--|---|--|--|
| Planification et reconnaissance | <ul style="list-style-type: none"> – Mobiliser des personnes locales-de confiance – Température (eau, air) – Dispositions, lois (autorisations) – Définir les critères d'interruption (par ex.chute de température, orage approchant) | <ul style="list-style-type: none"> – Étudier des cartes, un guide – Connaissances propres (photos) – Reconnaissance | <ul style="list-style-type: none"> – Nombre de participants – Équipement, expérience, compétences des participants – Compétences de l'animateur |
| Juste avant l'exécution | <ul style="list-style-type: none"> – Vérifier la météo/les prévisions météorologiques (pluie, température, vent) | <ul style="list-style-type: none"> – Vérifier les écarts par rapport à la reconnaissance (entrée, sortie affouillements, courants) – Niveau de l'eau | <ul style="list-style-type: none"> – Participants (nombre, équipement, état de forme) – Motivation, dynamique de groupe – Etat de forme personnel le jour donné – Téléphone portable accessible et rangé dans un emballage étanche |
| Durant l'activité | <ul style="list-style-type: none"> – Surveiller la température de l'eau et la météo – Annulation? | <ul style="list-style-type: none"> – Indiquer la « zone » ainsi que les points d'entrée et de sortie et les sécuriser | <ul style="list-style-type: none"> – Vérifier constamment l'état des participants (hypothermie, état de malaise, fatigue, équipement, etc.) – Etat personnel |

Check-list pour les enseignants

- 1) Avez-vous terminé le module Lac de la SSS?
- 2) Procédez à une reconnaissance minutieuse du lieu.
- 3) Pour ce faire, remplissez votre propre matrice 3x3 (voir ci-dessus).
- 4) Renseignez-vous sur les prévisions météorologiques.
- 5) Vérifiez s'il y a un lac où la baignade est surveillée.
- 6) Veillez à ce que les accompagnateurs soient compétents.
- 7) Faites préalablement passer le contrôle de sécurité aquatique (CSA) en piscine à tous les participants.

COLLABORATION AVEC LES PARENTS

LES PARENTS SERVENT DE MODÈLES,

C'EST POURQUOI LA SSS COMPTE SUR VOTRE COLLABORATION!



Modèle de lettre aux parents à copier

En vue de la campagne étendue de prévention des accidents, nous comptons également sur la fonction de modèle des parents. Aidez-nous en leur transmettant la lettre d'informations suivante.

Merci!

CHERS PARENTS,

Vous le savez : profiter des chaudes journées d'été avec les enfants signifie souvent pratiquer des activités de plein air, comme se baigner, jouer, barboter, nager ou tout simplement profiter du soleil. Ce faisant, vous veillez probablement à ce que vos enfants aient mis de la crème solaire. Vous connaissez probablement les risques liés à l'eau. **Et pourtant, chaque année on compte près de 9000 accidents dans les eaux suisses.** En ce qui concerne les accidents impliquant des enfants, la noyade représente même la deuxième cause d'accidents mor-



tels. Souvent, les parents confient : « C'est arrivé si vite, en seulement quelques secondes. Je n'aurais jamais imaginé que cela puisse nous arriver ! »

La Société Suisse de Sauvetage SSS lance une grande campagne de prévention des accidents aquatiques à l'échelle nationale. Avec des informations importantes sur la sécurité au bord, dans et sur l'eau, la SSS vise directement les écoles ainsi que les familles! Nous vous invitons à soutenir activement ce projet! Renseignez-vous et évoquez avec vos enfants et vos connaissances le bon comportement à adopter en cas de baignade (dans un établissement dédié à la baignade, dans les piscines couvertes et de plein air ou dans les lacs et les rivières). Nous vous remercions de votre aide en ce qui concerne la prévention des accidents aquatiques. Vos sauveteurs de la SSS.



Société Suisse de Sauvetage SSS

Schellenrain 5 • 6210 Sursee • Téléphone +41 41 925 88 77 • Fax +41 41 925 88 79 • info@sss.ch

PC 80-4390-5

Membre de la Croix-Rouge suisse CRS

www.sss.ch