



[www.ffss.fr](http://www.ffss.fr)

**RÉFÉRENTIEL DES PROCÉDURES ET TECHNIQUES  
DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE  
DE SAUVETAGE ET DE SECOURISME  
RELATIF À L'UNITÉ D'ENSEIGNEMENT  
SURVEILLANCE ET SAUVETAGE AQUATIQUE**

Document à l'attention des acteurs de la formation fédérale

Surveillance et Sauvetage Aquatique

# Procédures

Compétence 1		SSA L	SSA EI
AC 01 R 01	Rôle et responsabilités de SSA	✓	✓
AC 01 D 02	Dispositif de surveillance aquatique	✓	✓

  

Compétence 2		SSA L	SSA EI
AC 02 R 01	Risques pouvant être rencontrés sur une zone de surveillance	✓	✓
AC 02 R 02	Risques pouvant influencer sur une zone de surveillance	✓	✓
PR 02 R 01	Risques pouvant influencer sur une zone de surveillance	✓	✓

  

Compétence 3		SSA L	SSA EI
PR 03 A 01	Actions de prévention adaptées aux risques et pratiques sur sa zone de surveillance	✓	✓

  

Compétence 4		SSA L	SSA EI
AC 04 M 01	Maintien des acquis du Surveillant Sauveteur de la FFSS	✓	✓
AC 04 A 02	Attitude et comportement du SSA	✓	✓
PR 04 A 01	Attitude et comportement du SSA	✓	✓
PR 04 M 02	Maintien opérationnel du matériel	✓	✓
PR 04 D 03	Documents administratifs	✓	✓
PR 04 H 04	Hygiène et la bonne tenue du poste	✓	✓
AC 04 M 03	Moyens de communication	✓	✓
PR 04 M 05	Moyens de communication	✓	✓
PR 04 A 06	Accueillir et informer le public	✓	✓

  

Compétence 5		SSA L	SSA EI
AC 05 A 01	Cadre d'intervention lors d'un sauvetage	✓	✓
AC 05 S 02	Sécurité lors d'une intervention de sauvetage	✓	✓
PR 05 S 01	Sauvetage sans matériel	✓	✓
PR 05 S 02	Sauvetage avec matériel	✓	✓
PR 05 S 03	Sauvetage avec palmes	✓	✓
PR 05 S 04	Sauvetage avec bouée tube	✓	✓
PR 05 S 05	Sauvetage avec la bouée tube et le filin	✓	✓
PR 05 S 06	Sauvetage avec la planche	✓	✓
AC 05 D 03	Différents acteurs lors d'une action de sauvetage	✓	✓
AC 05 R 04	Règles de sécurité lors d'une intervention avec un moyen hélicopté	✓	✓

Compétence 6		SSA L	SSA EI
PR 06 S 01	Sortie de l'eau d'une victime	✓	✓
PR 06 S 02	Sortie de l'eau d'une victime traumatisée	✓	✓
AC 06 A 03	Accidents liés à la faune et à la flore	✓	✓
PR 06 A 03	Accidents liés à la faune et à la flore	✓	✓
AC 06 N 04	Noyade	✓	✓
PR 06 N 04	Noyade	✓	✓
AC 06 A 05	Accidents thermiques	✓	✓
PR 06 A 05	Accidents thermiques	✓	✓

Compétence 7		SSAL	SSA EI
PR 07 S 01	Sauvetage intégrant une embarcation nautique motorisée	✓	✓
AC 07 D 01	Différents types d'embarcations nautiques motorisées	✓	✓

# Techniques

## Compétence 4

FT 04 M 01 | Communication gestuelle non verbale

SSAL

SSA EI

✓

✓

## Compétence 5

FT 05 S 01 | Sauvetage sans matériel

FT 05 S 02 | Utilisation des palmes lors d'un sauvetage

FT 05 S 03 | Utilisation de la bouée tube lors d'un sauvetage

FT 05 S 04 | Utilisation de la bouée tube et le filin lors d'un sauvetage

FT 05 S 05 | Utilisation de la planche lors d'un sauvetage

SSAL

SSA EI

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✓

✓

## Compétence 6

FT 06 S 01 | Sortie de l'eau d'une victime

FT 06 S 02 | Sortie de l'eau d'une victime traumatisée

SSAL

SSA EI

✓

✓

✓

✓

## Compétence 7

FT 07 S 01 | Utilisation d'une embarcation nautique motorisée lors d'un sauvetage

SSAL

SSA EI

✓

✓

Référence : AC 01 R 01	L	Version : 1.1.1 EI	Mise à jour : décembre 2014
---------------------------	---	--------------------	-----------------------------

# Rôle et responsabilités de SSA

## Définition

Le sauveteur titulaire de l'unité d'enseignement surveillant sauveteur aquatique sur littoral est en première ligne dans le dispositif de surveillance aquatique. Formé et entraîné à la prise en charge de victimes en milieu aquatique, il agit en autonomie ou en équipe sous l'autorité d'un chef de plages, d'un chef de poste et aux côtés des équipiers SSA.

Il a pour mission de prévenir, surveiller et intervenir dans les lieux de baignade situés en milieu naturel, ouverts gratuitement au public, aménagés et réglementairement autorisés.

Il est en relation avec la Mairie, les élus, les secours publics (Pompiers, SAMU, Gendarmerie, Police nationale, police municipale).

Il se doit de maintenir à jour ses acquis (cf fiche AC 04 M01).

Il doit avoir validé le test de VMA SSA L, et disposer de l'aptitude médicale nécessaire à la fonction.

Le sauveteur aquatique titulaire du SSA n'est pas autorisé à enseigner contre rémunération les activités aquatiques et de la natation.

L'autorité responsable de sa certification est le président de la FFSS, dans le cadre de l'agrément délivré à la fédération par le Ministère chargé de la Sécurité Civile.

Le SSA est capable :

- De situer son rôle et sa mission au sein d'un dispositif évolutif et adaptable aux conditions du moment ;

- D'effectuer une analyse des risques particuliers présents sur sa zone ;
- De développer des actions de prévention adaptées aux risques et pratiques sur sa zone ;
- De participer à un dispositif de surveillance en mettant en œuvre des techniques opérationnelles adaptées et mettant éventuellement en œuvre des matériels spécifiques ;
- De participer à une action coordonnée de sauvetage, dans sa zone, ou à proximité immédiate de celle-ci, à l'aide de techniques opérationnelles adaptées ou en mettant en œuvre des matériels spécifiques ;
- De prévenir les secours, de réaliser les gestes de premiers secours adaptés.

## Responsabilité

La responsabilité pénale et civile du SSA peut être engagée en cas de faute (maladresse, imprudence, inattention, négligence ou manquement à une obligation de sécurité ou de prudence imposée par la loi ou le règlement).

Pour se protéger, le SSA peut souscrire une assurance responsabilité civile professionnelle, notamment auprès de la FFSS.

# Rôle et responsabilités de SSA

## Définition

Le sauveteur titulaire de l'unité d'enseignement surveillant sauveteur aquatique en eau intérieure est en première ligne dans le dispositif de surveillance aquatique. Formé et entraîné à la prise en charge de victimes en milieu aquatique, il agit en autonomie ou en équipe sous l'autorité d'un chef de plages, d'un chef de poste et aux côtés des équipiers SSA.

Il a pour mission de prévenir, surveiller et intervenir dans les lieux de baignade situés en milieu naturel, ouverts gratuitement au public, aménagés et réglementairement autorisés.

Il est en relation avec la Mairie, les élus, les secours publics (Pompiers, SAMU, Gendarmerie, Police nationale, police municipale).

Il se doit de maintenir à jour ses acquis (cf fiche AC 04 M01).

Il doit avoir validé le test de VMA SSA EI, et disposer de l'aptitude médicale nécessaire à la fonction.

Le sauveteur aquatique titulaire du SSA n'est pas autorisé à enseigner contre rémunération les activités aquatiques et de la natation.

L'autorité responsable de sa certification est le président de la FFSS, dans le cadre de l'agrément délivré à la fédération par le Ministère chargé de la Sécurité Civile.

Le SSA est capable :

- De situer son rôle et sa mission au sein d'un dispositif évolutif et adaptable aux conditions du moment ;

- D'effectuer une analyse des risques particuliers présents sur sa zone ;
- De développer des actions de prévention adaptées aux risques et pratiques sur sa zone ;
- De participer à un dispositif de surveillance en mettant en œuvre des techniques opérationnelles adaptées et mettant éventuellement en œuvre des matériels spécifiques ;
- De participer à une action coordonnée de sauvetage, dans sa zone, ou à proximité immédiate de celle-ci, à l'aide de techniques opérationnelles adaptées ou en mettant en œuvre des matériels spécifiques ;
- De prévenir les secours, de réaliser les gestes de premiers secours adaptés.

## Responsabilité

La responsabilité pénale et civile du SSA peut être engagée en cas de faute (maladresse, imprudence, inattention, négligence ou manquement à une obligation de sécurité ou de prudence imposée par la loi ou le règlement).

Pour se protéger, le SSA peut souscrire une assurance responsabilité civile professionnelle, notamment auprès de la FFSS

Référence : 02	AC 01 D	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------------	---------	------	-----------	-------	---------------	---------------

# Dispositif de surveillance aquatique

## Définition et description

Un dispositif de surveillance aquatique est l'ensemble des moyens humains et matériels de premiers secours aquatiques, pré-positionnés à la demande d'un Maire et sous la responsabilité de ce dernier.

Le dispositif de surveillance aquatique est mis en place pour la surveillance des baignades gratuites, notamment lors des saisons estivales.

Organiser, structurer, planifier, gérer un dispositif de secours aquatique demande une déclinaison de compétences définies par des emplois de :

- Chef de plage,
- Chef de poste,
- SSA

Ces emplois sont tenus par des sauveteurs titulaires d'un titre de MNS ou du BNSSA.

### **Généralement, la surveillance de la plage est réalisée :**

Depuis le bord de la plage « position être en lame ».

Depuis une chaise de surveillance (ou un mirador).

Depuis un point haut (ou un véhicule aménagé).

Depuis le poste de secours, si celui-ci permet d'avoir une visibilité suffisante et que des sauveteurs sont présents « en lame »

Dans certains cas, lorsque l'effectif à terre est suffisant, la surveillance peut être effectuée depuis une embarcation nautique motorisée. Cette situation peut être nécessaire pour surveiller efficacement des baigneurs éloignés ou pour protéger les nageurs de certains risques (VNM, surf, kitesurf, kayak ...).

**Sauf en cas de nécessité, le sauveteur devra éviter de pénétrer dans la zone surveillée pour ne pas mettre en danger les baigneurs.**

Le dispositif de surveillance aquatique est doté des matériels permettant aux intervenants de réaliser l'ensemble des missions préalablement définies.

Sur le plan réglementaire, l'effectif minimum de surveillance d'un plan d'eau aménagé en baignade publique d'accès gratuit n'est défini par aucun texte. Seule une norme minimale est donnée par un arrêté ministériel du 5 juin 1974 relatif à l'emploi des C.R.S. Cette norme, souvent prise en référence est de 1 surveillant pour 500 mètres linéaires de plage et au moins deux pour 800 mètres de baignade linéaire.

Le dimensionnement du dispositif aquatique de secours sera donc réalisé à partir des indicateurs recensés dans la grille d'analyse des risques figurant en annexe B du référentiel de formation de la FFSS. Les caractéristiques de l'environnement, de la population, les moyens matériels et les données relatives à l'accidentologie des années précédentes sont autant d'informations indispensables pour proposer un dispositif de secours adapté.

Ainsi, pour la mise en place d'un dispositif de surveillance aquatique et pour répondre à ses obligations réglementaires relatives à la police des baignades (article L2213-23 du CGCT et suivant), le Maire s'appuiera sur l'expertise du réseau FFSS.

# Risques pouvant influencer sur une zone de surveillance

**Le Vent** : en règle générale le vent est un déplacement des masses d'air en vue d'un rééquilibrage thermique.

**Les Vents de mer** : mouvement de la mer vers la terre, c'est la Brise de Mer.

**Coup de vent marin** : associé à une perturbation, ils peuvent être violents. Le risque est que le vent crée alors une forte houle et des vagues cassantes.

**Les Vents de Terre** : mouvement inverse, de la terre à la mer, c'est la Brise de Terre, généralement entre 21h et 7h. Le risque le vent entraîne les embarcations légères et engins de plage vers le large.

**L'orage, la tempête** : Ces phénomènes météorologiques doivent faire l'objet d'une attention particulière, les vagues lors d'une tempête sont particulièrement dangereuses.

**La foudre** : Brusque et puissante décharge d'électricité atmosphérique qui se produit au cours d'un orage.

**Le brouillard** : phénomène naturel fait de particules d'eau qui forme un nuage juste au-dessus de la zone de surveillance, gênant la visibilité.

**La vague** : c'est une déformation de la surface d'une masse d'eau le plus souvent sous l'effet du vent.

**Le courant** : Un courant marin est un déplacement d'eau de mer caractérisé par sa direction, sa vitesse et son débit, mais également par sa température.

**Les courants de Baïne** : Les baïnes sont des cuvettes d'eau créées par le mouvement de l'eau. En effet, les vagues en venant casser sur le banc de sable, entraînent une masse d'eau importante qui va repartir vers le large par les côtés du banc de sable. L'eau en se retirant va entraîner du sable et ainsi creuser une baïne ou va s'accumuler de l'eau. Lorsque la marée recouvre la baïne ou qu'elle finit de redescendre, la baïne se vide de son eau et ce mouvement va créer un fort courant en direction du large.

**Le shore break ou vague de bord** : Ces vagues se forment généralement à marée haute ou lorsque la mer descend. Ces vagues sont très puissantes et ont la caractéristique d'être très rapide entre le début du déferlement, et le moment où elle éclate. Dangers supplémentaires: le peu de fond pouvant entraîner des traumatismes ainsi que le puissant ressac qui emporte le baigneur d'où casse la vague.

**Les animaux marins :**

**Les oursins** : Les oursins sont des animaux marins de forme arrondie au corps recouvert de piquants.

**Les vives** : Sont de petits poissons qui creusent dans le sable pour se cacher. Elles sont munies d'un dard venimeux placé sur leur dos. Le risque pour le baigneur et de marcher dessus sans la voir et d'être piqué sous le pied. Les piqures de vives sont très douloureuses pour la victime.

**Les méduses** : Les cellules urticantes des méduses possèdent un dispositif leur permettant de perforer la peau et d'injecter un venin.



Référence : AC 02 R 02

EI/L

Version :

1.1.1

Mise à jour :

décembre 2014

# Risques pouvant influencer sur une zone de surveillance

---

**Le Vent** : en règle générale le vent est un déplacement des masses d'air en vue d'un rééquilibrage thermique.

**Les Vents de Terre** : mouvement inverse, de la terre à la mer, c'est la Brise de Terre, généralement entre 21h et 7h.

**L'orage, la tempête** : Ces phénomènes météorologiques doivent faire l'objet d'une attention particulière, les vagues lors d'une tempête sont particulièrement dangereuses.

**La foudre** : Brusque et puissante décharge d'électricité atmosphérique qui se produit au cours d'un orage, entre deux nuages ou entre un nuage et la terre, et qui est accompagnée d'une vive lueur, l'éclair, et d'une violente détonation, le tonnerre.

**Le brouillard** : phénomène naturel fait de vapeur d'eau qui forme un nuage juste au-dessus de la zone de surveillance, gênant la visibilité.

**La vague** : c'est une déformation de la surface d'une masse d'eau le plus souvent sous l'effet du vent.

**Le courant** : Un courant est un déplacement d'eau caractérisé par sa direction, sa vitesse et son débit, mais également par sa température.

Référence :	PR 02 R 01	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	--------------------	---------------	---------------

## Risques pouvant influencer sur une zone de surveillance

---

Les conditions naturelles et humaines peuvent occasionner des préjudices à ceux qui bénéficient des joies de la baignade et des activités aquatiques (marées, courants, météo, affluence).

Chaque S.S.A. doit connaître le milieu dans lequel il exerce.

### Il doit :

- Évaluer les risques spécifiques au milieu aquatique ;
- Identifier les différents risques liés aux pratiques et adopter les attitudes de surveillance adaptées ;
- assurer l'information du public et mettre en œuvre des actions de prévention ;
- repérer les comportements ou situations à risques

Référence : 01	PR 03 A	L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------------	---------	---	-----------	-------	---------------	---------------

## Actions de prévention adaptées aux risques et pratiques sur sa zone de surveillance

Lors de leurs missions de surveillance et de sécurité des lieux de baignades, les S.S.A.L doivent se rendre compte d'une évidence, la surveillance est évolutive.

Les risques sont dus à la configuration de la plage, des horaires de marées et de l'état de la mer mais aussi du comportement et des imprudences que commettent les estivants, tant sur l'eau que sur le sable.

Pour cela, ils doivent s'adapter aux conditions du moment mais aussi connaître les endroits dangereux tels que les courants de baine, de bêche, de houle et connaître la règle des douzièmes pour la marée.

Ces actions de prévention varient d'une zone de surveillance à l'autre en fonction du matériel, des risques locaux et de l'organisme chargé de la surveillance. Le port d'une tenue est indispensable afin d'être visible et reconnaissable des tous (usagers et sauveteurs).

### **Poste de secours :**

Le poste de secours est mis à disposition des sauveteurs. Il doit être implanté dans une zone stratégique pour avoir une vision générale et être vu de tout le public.

Dans le cadre opérationnel, le poste de secours généralement placé en hauteur est un lieu d'observation privilégié pour les sauveteurs. Celui qui est placé en vigie à un œil attentif sur la zone de surveillance grâce aux jumelles. Il communique avec les sauveteurs placés sur la plage avec la VHF.

### **Le mirador :**

C'est un point stratégique sur la zone de surveillance, les sauveteurs placés sur celui-ci ont une bonne vision de la zone de surveillance. Équipé de jumelles et d'une radio VHF ils sont le relais entre le poste de secours et les sauveteurs en lame sur la plage. Un sac d'intervention et une bouée tube peuvent être placée dessus.

### **La lame**

Le nageur sauveteur placé en lame se positionne à la limite sable / mer, il est au contact des baigneurs et adapte sa position en fonction de la disposition des baigneurs sur la zone de baignade. Il est équipé de ses palmes, d'un sifflet, et regarde le plan d'eau. Selon les zones de surveillances il est équipé d'une bouée tube et d'une VHF portative. En cas d'incident, il est au plus près pour intervenir immédiatement sur la ou les victimes.

### **Les patrouilles nautiques**

Elles s'effectuent en limite de la zone réservée uniquement aux baigneurs. Elles permettent d'intervenir préventivement, surveiller, informer les nageurs éloignés. Le sauveteur doit respecter la réglementation maritime, regarder vers la plage, écouter sa radio, observer régulièrement la flamme.

### **Information et prévention**

Les sauveteurs doivent également donner des informations de prévention sur les risques de leur zone de surveillance aux

usagers et faire respecter les arrêtés municipaux.

Chaque jour, le SSA réalise la mise à jour du tableau d'affichage indiquant les informations journalières (date, marées, température, vent, dangers particuliers...). Ces informations sont généralement largement consultées par les plaisanciers.

Le SSA diffuse également des messages de prévention. Ces messages concernent l'ouverture du poste, le changement de flamme, des informations sur les dangers particuliers (vents de terre, baïnes, ...), la fermeture du poste, des enfants égarés ... En fonction des touristes présents, les

messages peuvent être diffusés dans plusieurs langues.

Enfin, le SSA effectue des actions de prévention ciblées en direction des publics à risque (sollicitations pour rejoindre une zone de bain, pour sortir d'un chenal, pour fermer des parasols, ...).

L'activité de prévention des SSA est primordiale et permet d'éviter de nombreux accidents.

Le sifflet et une paire de jumelles sont des outils indispensables du SSA en matière de prévention d'un danger ou d'une situation à risque.

Référence : 01	PR 03 A	EI	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
-------------------	---------	----	--------------------	--------------------------------

## Actions de prévention adaptées aux risques et pratiques sur sa zone de surveillance

Lors de leur mission de surveillance et de sécurité des lieux de baignades, les S.S.A. doivent se rendre compte d'une évidence, la surveillance est évolutive.

Les risques sont dus à la configuration de la zone de surveillance, de l'état du plan d'eau mais aussi du comportement et des imprudences que commettent les estivants.

Pour cela, ils doivent s'adapter aux conditions du moment mais aussi connaître les risques et endroits dangereux. Les actions de prévention varient d'une zone de surveillance à l'autre en fonction du matériel, des risques locaux et de l'organisme chargé de la surveillance. Le port d'une tenue est indispensable afin d'être visible et reconnaissable de tous (usagers et sauveteurs).

### Poste de secours :

Le poste de secours est mis à disposition des sauveteurs. Il doit être implanté dans une zone stratégique pour avoir une vision générale et être vu de tout le public.

Dans le cadre opérationnel, le poste de secours généralement placé en hauteur est un lieu d'observation privilégié pour les sauveteurs. Celui qui est placé en vigie à un œil attentif sur la zone de surveillance grâce aux jumelles. Il communique avec les sauveteurs placés sur la plage avec la VHF.

### Le mirador :

C'est un point stratégique sur la zone de surveillance, les sauveteurs placés sur celui-ci ont une bonne vision de la zone de surveillance. Équipé de jumelles et d'une

radio VHF ils sont le relais entre le poste de secours et les sauveteurs en lame. Un sac d'intervention et une bouée tube peuvent être placée dessus.

### La lame

Le nageur sauveteur placé en lame, il est au contact des baigneurs et adapte sa position en fonction de la disposition des baigneurs sur la zone de baignade. Il est équipé de ses palmes, d'un sifflet, et regarde le plan d'eau. Selon les zones de surveillances il est équipé d'une bouée tube et d'une VHF portative. En cas d'incident, il est au plus près pour intervenir immédiatement sur la ou les victimes.

### Les patrouilles nautiques

Elles s'effectuent en limite de la zone réservée uniquement aux baigneurs. Elles permettent d'intervenir préventivement, surveiller, informer les nageurs éloignés. Le sauveteur doit respecter la réglementation maritime, regardé vers la plage, à l'écoute de sa radio, observer régulièrement la flamme. Les sauveteurs peuvent être amenés à ramener les engins sur la plage si le vent commence à forcir.

### Information et prévention

Les sauveteurs doivent également donner des informations de prévention sur les risques de sa zone de surveillance aux usagers et faire respecter les arrêtés municipaux.

Chaque jour, le SSA réalise la mise à jour du tableau d'affichage indiquant les informations journalières (date, marées, température, vent, dangers particuliers...).

Ces informations sont généralement largement consultées par les plaisanciers.

Le SSA diffuse également des messages de prévention. Ces messages concernent l'ouverture du poste, le changement de flamme, des informations sur les dangers particuliers, la fermeture du poste, des enfants égarés ... En fonction des touristes présents, les messages peuvent être diffusés dans plusieurs langues.

Enfin, le SSA effectue des actions de prévention ciblées en direction des publics à risque (sollicitations pour rejoindre une zone de bain, pour sortir d'un chenal, pour fermer des parasols, ...).

L'activité de prévention des SSA est primordiale et permet d'éviter de nombreux accidents.

Le Sifflet et une Paire de jumelles sont des outils indispensables du SSA en matière de prévention d'un danger ou d'une situation à risque.

# Maintien des acquis du Surveillant Sauveteur Aquatique de la FFSS.

---

## Définition

Un sauvetage en milieu aquatique est une opération de secours qui impose compétences techniques, connaissances et engagement physique. Un **entraînement régulier** est indispensable pour maintenir son niveau de compétence tant **sur le plan technique que le plan physique**.

Au-delà de son entraînement personnel, le sauveteur est soumis à une obligation réglementaire de maintien des acquis de ses compétences.

Le dispositif de maintien des acquis comporte une vérification annuelle du niveau associé à une obligation de formation continue de 6 heures tous les trois ans.

Vérification de maintien des acquis

Chaque année, pour garder le bénéfice de son diplôme, le titulaire de l'unité d'enseignement SSA EI ou SSA L devra satisfaire aux obligations du test de vérification de maintien des acquis organisé par les centres agréés par la FFSS.

Le test de vérification de maintien des acquis organisé par les centres agréés FFSS consiste à participer à une épreuve de type « cas concret ».

Ce test permet de vérifier que le sauveteur dispose des compétences minimales nécessaires pour assurer ses missions.

En cas d'échec, le sauveteur devra s'entraîner et repasser à nouveau les épreuves du test de VMA.

Pour réussir le test de VMA, le sauveteur devra s'entraîner régulièrement et se

préparer aux épreuves du test de VMA organisé par la FFSS.

---

## Formation continue

Tous les 3 ans, pour maintenir et actualiser ses compétences techniques et ses connaissances, pour se perfectionner et acquérir de nouvelles techniques, le titulaire du SSA EI ou SSA L participe à une session de formation continue d'une durée minimale de 6h.

En marge d'une session de formation continue SSA EI ou SSA L, le centre agréé FFSS pourra organiser le test de VMA.

Rappel de périodicité des épreuves de formation continue ou des vérifications de maintien des acquis (validité par année civile).

BNSSA – 5 ans

Titre de MNS – 5 ans

Formation continue PSE 1 / PSE 2 – 1 ans

Formation continue SSA – 3 ans

Attention, la réussite aux épreuves du test de VMA des UE SSA EI ou SSA L, ou la participation à la journée de formation continue SSA ne dispense pas le sauveteur des obligations de V.M.A du BNSSA ou des tests de CAEPMNS pour les MNS.

---

## Précision :

La réussite au test de vérification de maintien des acquis et la participation à la session de formation continue SSA ne dispense pas le sauveteur des dispositions relatives à la formation continue PSE 1, PSE 2 et à la réussite de la vérification du

maintien quinquennale du BNSSA ou du CAEPMNS ;

Référence :	AC 04 A 02	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

## Attitude et comportement du SSA

---

### Définition

Les SSA sont les premiers acteurs dans le dispositif de surveillance aquatique et dans la chaîne de secours, ils représentent leur autorité d'emploi sur la plage et sont l'image de la FFSS pour le public mais également pour l'ensemble des autres acteurs de secours.

**« Le SSA ne voit pas tous les usagers de la plage, mais lui est vu de tous ! »**

Pendant leur période de surveillance et dès lors qu'il portera sa tenue il devra avoir une attitude irréprochable et un comportement professionnel.

Le SSA doit :

- Porter une tenue réglementaire propre et correcte ;
- Avoir une posture convenable dans ses postes de travail ;
- Être disponible, poli, aimable et respectueux envers le public mais également pour l'ensemble des autres acteurs de secours ;
- Faire preuve de bonne volonté ;
- Faire preuve de discrétion ;
- Travailler en équipe ;
- Respecter la hiérarchie.



Référence : PR 04 A 01

EI/L

Version :

1.1.1

Mise à jour :

décembre 2014

## Attitude et comportement du SSA

---

Le SSA pendant ses horaires de travail doit avoir une attitude et un comportement adapté à sa fonction .Il est le représentant de son autorité d'emploi sur la plage.

Avoir une attitude et un comportement adapté à sa fonction permet une reconnaissance et un respect vis à vis du public, de ses collègues et des autres acteurs de secours.

Pendant ses horaires de travail, le SSA doit:

- Porter correctement sa tenue de travail : elle sera propre, les manches non retroussées, casquette à l'endroit.....
- Avoir une posture adaptée sur ses postes de surveillance (au poste, en patrouille ...),
- Avoir un langage correct et adapté aux publics concernés (courtois, poli, non familier),
- Faire preuve de discrétion
- Respecter ses collègues de travail et sa hiérarchie,
- Contribuer aux tâches communes
- Éviter de se laisser distraire,
- ne pas utiliser son téléphone portable ou baladeur pendant ses heures de travail,
- s'assurer de l'état opérationnel du matériel nécessaire à son travail avant la surveillance et après une intervention.

Référence :	PR 04 M 02	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

## Maintien opérationnel du matériel

---

Dans le cadre de ses missions, le SSA utilise du matériel de surveillance et de sauvetage. Le bon état de ce matériel est indispensable pour qu'il puisse assurer ses missions. Le SSA doit donc au quotidien procéder à des tâches de vérification, d'entretien et de nettoyage.

Le maintien opérationnel du matériel s'obtient grâce à plusieurs phases dans la vie quotidienne du poste de secours.

A l'ouverture du poste, le SSA doit vérifier son matériel:

- Sa propreté, si nécessaire il le nettoie ;
- Son bon état de fonctionnement ;
- Sa conformité et/ou sa présence (O2, DAE, matériels de sauvetage...), si défaut il se doit de rendre compte ;
- Sa disposition prête à l'emploi.

Après chaque intervention, le SSA prend soin de reconditionner le matériel utilisé en renouvelant les trois étapes précédentes.

A la fermeture du poste, le matériel est rangé à l'abri en respectant les procédures de stockages internes au poste.

À tout moment le SSA doit respecter son matériel en le protégeant des intempéries, en l'entretenant et en respectant sa fonction d'usage.

Référence : PR 04 D 03	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
------------------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

## Documents administratifs

---

Le SSA lors de sa mission de surveillance, est amené à renseigner des documents administratifs mis à sa disposition par la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme.

Ces documents peuvent être localement complétés par des documents spécifiques demandés par l'employeur et ou d'autre entité travaillant avec le SSA (ex. CRS).

En fonction de l'organisation, ces documents sont remplis sous couvert du chef de poste.

Le SSA doit remplir ces documents avec rigueur et professionnalisme car ils pourront être saisis par la justice.

Les documents mis à disposition par la FFSS comportent à minima :

- Une main courante ;
- Une fiche bilan ;
- Une fiche de renseignement d'enfant égaré ;
- Une fiche de rapport d'accident,

Ils sont édités par la commission opérationnelle et disponible dans l'espace réservé du site Internet de la FFSS.

Référence : PR 04 H 04	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
------------------------	------	-----------------	-----------------------------

## Hygiène et bonne tenue du poste

---

La diversité des victimes véhiculées multiplie les risques de transmission de micro-organismes pathogènes. Certains d'entre eux sont résistants dans l'environnement extérieur et peuvent se transmettre aux intervenants secouristes et à d'autres victimes fragilisées du fait de leur pathologie et, par conséquent, plus susceptibles de développer une infection.

L'entretien doit permettre d'assurer :

- la propreté visuelle ;
- la propreté micro biologique.

Les opérations de nettoyage - désinfection du poste doivent être réalisées :

- entre chaque victime prise en charge : protocole simplifié ;

- quotidiennement, avant la prise de service d'une nouvelle équipe ou avant le début d'une mission : protocole quotidien ;
- à l'issue du traitement d'une victime à risque infectieux particulier ou de manière périodique à une fréquence hebdomadaire ou recommandée par l'autorité d'emploi : protocole de désinfection approfondie.

Les protocoles cités devront respecter les procédures étudiées par le SSA dans le cadre de sa formation initiale de secouriste.

Référence : AC 04 M 03	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
------------------------	------	-----------------	-----------------------------

## Moyens de communication

### Réseau dirigé

Les liaisons radiophoniques dont disposent les sauveteurs sont organisées en réseau dirigé.

Un réseau est constitué par l'ensemble des stations qui communiquent entre elles.

Une station est un équipement radiophonique capable de transmettre et de recevoir des messages. Les stations peuvent être fixes, mobiles ou portatives (portées par les sauveteurs).

Dans un réseau dirigé, l'une des stations est désignée pour coordonner le fonctionnement du réseau : c'est la station directrice. Elle a autorité sur les autres stations et fait respecter la discipline et les règles de procédure.

### Indicatif

Chaque station est identifiée par un indicatif, appellation désignant un correspondant par sa fonction, sa qualité ou par un terme préalablement fixé.

### Principe d'exploitation

Avant d'émettre, toute station doit s'assurer qu'aucune transmission n'est en cours sur le réseau. Elle doit en demander l'autorisation à la station directrice

### Principe d'exploitation

La transmission du message doit être aussi brève que possible (pour ne pas encombrer le réseau) et clairement exprimée.

Il faut :

- ▶ articuler correctement ;
- ▶ ne pas hurler dans le micro ;

- ▶ parler à allure normale ;
- ▶ transmettre le message par phrases courtes ;
- ▶ être précis ;
- ▶ observer la procédure, toute variante étant source de confusion.

Si le message est long, il doit être divisé en blocs de 20 à 30 secondes espacés par des silences de 3 secondes, afin de permettre la procédure d'interruption par la station directrice (le silence impose de relâcher la pédale d'émission).

### Incident au cours d'une transmission

#### 1. Répétition :

Lorsque des mots ou groupes de mots ont été mal compris, la station réceptrice en demande la

Répétition en utilisant le terme de procédure :

« **Répétez** ».

- ▶ **Répétez** : la station qui émet doit répéter l'ensemble du message.
- ▶ **Répétez tout avant « tel mot »** : la station qui émet doit répéter la partie du message qui précède le mot désigné.
- ▶ **Répétez tout après « tel mot »** : la station qui émet doit répéter la partie du message qui suit le mot désigné.
- ▶ **Répétez le mot avant « tel mot »** : la station qui émet doit répéter le mot qui précède le mot désigné.
- ▶ **Répétez le mot après « tel mot »** : la station qui émet doit répéter le mot qui suit le mot désigné.

## 2. Épellation :

Cette procédure est à utiliser pour transmettre les mots difficilement compréhensibles et également les noms propres qui ne doivent jamais être transmis « en clair ».

---

### Principe d'exploitation

#### 1) Alphabet phonétique international

O.A.C.I. (Organisation de l'aviation civile internationale)

A - ALPHA    B - BRAVO  
 C - CHARLIE    D - DELTA  
 E - ECHO    F - FOX-TROT  
 G - GOLF    H - HOTEL  
 I - INDIA    J - JULIET  
 K - KILO    L - LIMA  
 M - MIKE    N - NOVEMBER  
 O - OSCAR    P - PAPA  
 Q - QUEBEC    R - ROMEO  
 S - SIERRA    T - TANGO  
 U - UNIFORM    V - VICTOR  
 W - WHISKY    X - XRAY  
 Y - YANKEE    Z - ZOULOU

---

### Prononciation des chiffres

Pour distinguer nettement les chiffres, on emploie les épellations suivantes :

Chiffre	Prononciation	Epellation
0	ZÉRO	
1	UN	UN TOUT SEUL
2	DEUX	UN ET UN
3	TROIS	DEUX ET UN
4	QUATRE	DEUX FOIS DEUX
5	CINQUE	TROIS ET DEUX
6	SISSE	DEUX FOIS TROIS
7	SETE	QUATRE ET TROIS
8	HUITE	DEUX FOIS QUATRE
9	NEUFE	CINQUE ET QUATRE

Prononciation des nombres:

Les nombres sont prononcés normalement comme dans la conversation courante, sauf pour les heures qui sont transmises sous forme de nombres à trois ou quatre chiffres, par exemple :

- ▶ 8 h 25 (huit heures vingt-cinq) se transmet huit cent vingt-cinq
- ▶ 12 h 11 (douze heures onze) se transmet douze cent onze.

---

### Procédures d'urgence

Dans certains cas, notamment pour bénéficier immédiatement d'un renfort en cas d'événement majeur, une équipe de secouristes doit avoir la priorité de transmission. Pour cela, elle doit appliquer la procédure d'urgence en énonçant trois fois le mot « urgent » avant son indicatif.

---

### Les moyens radiophoniques :

Malgré les inconvénients (conversation en alternance, zones de non réception...)

C'est le mode de transmission le plus adapté à la mission du sauveteur.

De plus il permet de transmettre les informations sans s'éloigner de la zone De prise en charge de la ou des victimes.

a) La radio VHF fixe : limitée à une puissance de 25 Watts

Elle comprend:

- 1 radio VHF avec écran protégée par une coque aluminium moulée,
- 1 câble alimentation de 12 volts protégé par un fusible,
- 1 faisceau d'alimentation avec un détrompeur pour aller de la batterie au poste,
- 1 micro complet qui se branche en façade ou derrière l'appareil,
- 1 base d'antenne avec son câble qui se raccorde derrière l'appareil,

Sur la façade de l'appareil on retrouve

- 1 Bouton ON / OFF et volume
- 1 Sélecteur de canaux
- 1 Sélecteur de Squelch (sensibilité)

b) La radio VHF mobile : limitée à une puissance de 6 Watts

Elle comprend :

1 radio mobile avec un écran protégé par une coque aluminium moulée

1 antenne

1 batterie

1 chargeur avec son cordon d'alimentation en 220 volts

1 fixe ceinture

Sur la l'appareil on retrouve

- 1 Bouton ON / OFF et volume
- 1 Sélecteur de canaux
- 1 Sélecteur de Squelch (sensibilité)
- 1 support ou logement de l'antenne

Sur le côté de l'appareil le bouton poussoir pour émettre les messages

Sur la façade basse de l'appareil un micro intégré

Sur la façade haute de l'appareil un écouteur intégré

2) Les lignes téléphoniques :

C'est le mode de transmission qui autorise le dialogue le plus facile,

Il est discret et de bonne qualité de transmission.

Par contre l'utilisation du téléphone oblige le plus souvent au sauveteur à quitter temporairement la zone où se trouve la victime.

Par ailleurs le correspondant n'est pas toujours joignable immédiatement.

Référence : PR 04 M 05	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
------------------------	------	-----------------	-----------------------------

## Moyens de communication

---

### Justification

Le SSA lors de sa mission de surveillance, est amené à mettre en œuvre des moyens de communication.

Ils sont de deux types :

- **La communication radiophonique**
- **La communication gestuelle et non verbale**

---

### La communication radiophonique :

Elle permet la transmission du message qui doit être aussi brève que possible (pour ne pas encombrer le réseau) et clairement exprimée.

La transmission des informations répond à des principes .Le message doit être structuré et adapté à la situation rencontrée. Il comprend obligatoirement des informations précises et détaillées aux services concernés et à sa hiérarchie.

Pour cela : Le sauveteur maîtrise les bases de transmission d'un message, Il connaît l'alphabet phonétique international et la prononciation des chiffres, Il utilise les différents moyens de communication mis à sa disposition sur le poste de secours.

Pour utiliser une VHF Marine le sauveteur doit être titulaire du Certificat de Radiotéléphoniste Restreint (CRR)

---

### Les procédures radio :

- D'une manière générale, les sauveteurs doivent rester en écoute permanente de la radio pendant les heures de surveillance.

- Procéder à des essais radio régulièrement et notamment en début de service.

- Lors d'une intervention, le sauveteur utilise sa radio pour prévenir ses collègues.

- Avec sa radio, le sauveteur rend compte régulièrement de l'état de l'intervention, notamment quand celle-ci est terminée, en utilisant sa radio.

- La radio est utilisée pour solliciter des renforts ou des secours.

Les messages et le vocabulaire utilisé sont décrits dans la fiche AC 04 M 03.

---

### La communication gestuelle :

Elle est essentiellement utilisée lors des opérations de sauvetage. Elle permet au sauveteur d'être en contact avec ses collègues tout en n'ayant pas la contrainte de la gestion d'un poste radio



Référence : PR 04 A 06	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
------------------------	------	-----------------	-----------------------------

## Accueillir et informer le public

---

Dès lors que le SSA porte sa tenue de secouriste, il a un devoir d'accueil et d'information du public.

Il veille à adopter l'attitude et le comportement qui lui ont été enseignés et à potentiellement accueillir le public dans un poste propre et bien tenu.

Il veille également à ce que les panneaux d'information et la signalétique de la plage soient accessibles au public. Il doit en connaître leurs localisations et leurs significations. Certains sont réglementairement obligatoires ou indispensables à la bonne information de l'utilisateur.

Ils devront être affichés de façon permanente :

- un plan de la plage ou du plan d'eau avec la localisation du poste de secours ;
- l'arrêté municipal relatif à la police de la plage ou de la baignade ;

- La signalétique prévue par cet arrêté municipal (flamme de surveillance, flammes de zones réglementées...);
- Une information des dangers et conseils de prudence ;
- Les numéros d'appel d'urgence ;
- Les résultats des analyses bactériologiques de l'eau ;

D'autres panneaux sont réactualisés à chaque prise de service. On distingue :

- Les informations météorologiques, l'horaire des marées ...
- Ceux qui ne seront mis en place que ponctuellement (ex. : balisage sur des points dangereux ponctuels).

L'accueil et l'information du public sont la toute première prévention liée au danger aquatique et réalisée par le SSA. Elle est primordiale.

Référence : 01	AC 05 A	L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
-------------------	---------	---	--------------------	--------------------------------

## Cadre d'intervention lors d'un sauvetage

---

Le SSA littoral agit au sein d'une équipe de sauveteurs constituée.

Il a pour mission de prévenir, surveiller et intervenir dans les lieux de baignade situés en milieu naturel, ouverts gratuitement au public, aménagés et réglementairement autorisés.

Il respecte et applique les consignes données par son chef de poste.

À partir d'un poste de secours organisé, il intervient dans sa Zone de Surveillance ou au-delà sur ordre du CROSS.

Il intervient rapidement et de manière adaptée sur les lieux d'une noyade, malaise, traumatisme, détresses vitales ou tout autre accident se produisant dans sa zone de surveillance ou à proximité.

Dans son intervention le SSA doit prendre en compte les risques pouvant influencer sur une zone de surveillance et ses usagers.

Référence : 01	AC 05 A	EI	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
-------------------	---------	----	--------------------	--------------------------------

## Cadre d'intervention lors d'un sauvetage

---

Le SSA en eau intérieure agit au sein d'une équipe de sauveteurs constituée.

Il a pour mission de prévenir, surveiller et intervenir dans les lieux de baignade situés en milieu naturel, ouverts gratuitement au public, aménagés et réglementairement autorisés.

Il respecte et applique les consignes données par son chef de poste.

À partir d'un poste de secours organisé, il intervient dans sa Zone de Surveillance.

Il intervient rapidement et de manière adaptée sur les lieux d'une noyade, malaise ou tout autre accident se produisant dans sa zone de surveillance ou à proximité.

Dans son intervention le SSA doit prendre en compte les risques pouvant influencer sur une zone de surveillance et ses usagers.

Référence :	AC 05 S 02	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

# Sécurité lors d'une intervention de sauvetage

---

## Intervention de sauvetage en sécurité

Lors d'une intervention de sauvetage, il convient de :

- Signaler à ses équipiers l'intervention de sauvetage ;
- Baisser la flamme si nécessaire et signaler son intervention aux usagers ;
- Effectuer une analyse de la zone d'intervention : évaluer la présence de dangers qui peuvent menacer les intervenants, évaluer le nombre de victimes ;
- Intervenir en toute sécurité en utilisant le matériel adapté sur le poste ;
- Utiliser l'aide de sauveteurs dans le déroulement de l'intervention.
- Faire une approche sécuritaire de la victime, s'identifier et la rassurer ;
- Organiser la sortie de l'eau de la ou les victimes.

Référence :	PR 05 S 01	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	--------------------	---------------	---------------

## Sauvetage sans matériel

---

Le sauveteur sans matériel doit pouvoir effectuer une opération de sauvetage. Ces interventions se situent en bord de plage et nécessitent une intervention rapide. La mise en œuvre de matériel pouvant dans ce cas se trouver déléter.

Lors de sa surveillance, le SSA aura effectué au préalable une analyse des risques pouvant être rencontrés sur sa zone de surveillance.

Lors de cette intervention, le SSA :

- Aborde la victime,
- La rassure,
- La sécurise,
- La ramène jusqu'au rivage.

Référence :	PR 05 S 02	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

## Sauvetage avec matériel

---

Utiliser le matériel de sauvetage présent sur le poste, permet d'améliorer la sécurité du sauveteur, l'efficacité et la rapidité de l'intervention.

Le sauveteur peut trouver sur son poste du matériel individuel (Palmes...) et du matériel collectif (Bouée Tube, Filin, Planche, Embarcations motorisée...)

Le choix du matériel d'intervention dépend de l'analyse de la situation : Nature de l'accident, environnement naturel ou artificiel, distance par rapport au lieu d'intervention, durée de l'intervention, des risques et évolutions possibles.

Référence :	PR 05 S 03	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	--------------------	---------------	---------------

## Sauvetage avec palmes

---

La distance, la présence de vagues, les courants marins et certaines conditions météorologiques nécessitent l'utilisation de palmes par le sauveteur.

Leur utilisation optimise l'action du sauveteur lors de l'intervention.

### **Chaussage de palmes**

Lors d'une intervention de sauvetage, le S.S.A. doit

- Évaluer la zone de l'intervention,

- Effectuer une entrée rapide avec ses palmes à la main ;
- Chausser ses palmes, dos à la vague ;
- Prendre une référence sur la plage ;
- Nager rapidement jusqu'à la victime ;
- Rassurer la victime en arrivant à sa hauteur,
- La maintenir à la surface ;
- La remorquer en toute sécurité sur le rivage.

Référence :	PR 05 S 04	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

## Sauvetage avec bouée tube

---

Le sauveteur a préparé la bouée tube.

Le sauvetage avec bouée tube peut être réalisé sur une victime consciente ou inconsciente.

Le sauvetage avec bouée tube permet :

- Une approche sécurisée d'une victime consciente.
- De sécuriser une victime.
- De la maintenir en surface.
- De réaliser un bilan des fonctions vitales précoces (si le sauvetage dépasse les 5mn il est préconisé de réaliser 5 insufflations chez une victime inconsciente qui ne ventile pas).
- De faciliter le retour de la victime au bord.



Référence :	PR 05 S 05	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

## Sauvetage avec la bouée tube et le filin

L'intervention de sauvetage au moyen de la bouée tube et du filin est un travail d'équipe. Elle se compose au minimum de 3 S.S.A :

- D'un nageur « de pointe » équipé de la bouée tube,
- D'un chef de filin,
- D'un nageur de filin,
- D'un ou plusieurs tireurs de filin « optionnels ».

### ➤ Le nageur de pointe :

Évalue la zone d'intervention,  
Se munit et s'équipe de la bouée tube,  
Se porte le plus rapidement possible sur la victime,  
La sécurise,  
Assiste le nageur de filin lors du retour au rivage,  
Aide à la sortie de l'eau de la victime si nécessaire.

### ➤ Rôle du chef de filin :

- Il coordonne l'action de sauvetage,
- Désigne le point de mise à l'eau du nageur filin,

- Se positionne judicieusement afin de faciliter la progression du nageur.
  - Gère le défilement du filin,
  - Coordonne les tireurs « filin »,
  - Peut permettre le guidage des sauveteurs sur la victime ;
- Ramène la victime et les S.S.A. sur le rivage,  
Aide à la sortie de l'eau de la victime si nécessaire.

### ➤ Rôle du nageur de filin :

S'équipe avec la boucle du filin,  
Rejoint le plus rapidement possible le nageur de pointe et la victime,  
Prend en charge la victime,  
Signale qu'il est prêt pour le retour au chef filin,  
Protège les voies aériennes de la victime,  
Aide au remorquage jusqu'au rivage,  
Aide à la sortie de l'eau de la victime si nécessaire.

### ➤ Rôle des tireurs « filin » (optionnel)

Obéissent aux ordres du chef de filin,  
Aident à la sortie de l'eau de la victime si nécessaire.

Référence :	PR 05 S 06	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

## Sauvetage avec la planche

---

Le sauveteur a préparé la planche de sauvetage.

Le sauvetage avec planche peut être réalisé sur une victime consciente ou inconsciente.

Le sauvetage en planche permet :

- Une approche sécurisée d'une victime consciente.
- De sécuriser une victime.
- De la maintenir en surface.
- De réaliser un bilan des fonctions vitales précoces (si le sauvetage dépasse les 5 min, il est préconisé de réaliser 5 insufflations chez une victime inconsciente qui ne ventile pas).
- De faciliter le retour de la victime au bord.

Référence : AC 05 D 03	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
------------------------	------	-----------------	-----------------------------

## Différents acteurs lors d'une action de sauvetage

**Lorsque les moyens du poste de secours nécessitent des renforts ou sont dépassés :**

**1°) Pour les accidents relevant de la compétence du dispositif de sécurité terrestre,** le fonctionnement est le suivant : Le centre de secours, informé de l'alerte transmise par le poste de secours au Centre de Traitement de l'Alerte (« 18 ») ou au SAMU (« 15 »), doit être en mesure d'envoyer sur les lieux de l'accident, dans les plus brefs délais, un véhicule de secours, avec un équipage pouvant mettre en œuvre une réanimation cardiorespiratoire et porter assistance aux victimes.

Le plus souvent, c'est donc un V.S.A.V (Véhicule de Secours Aux Victimes. Il s'agit d'un ensemble véhicule, matériel normalisé et équipage comprenant au moins trois équipiers secouristes. En fonction des disponibilités opérationnelles du moment, de l'importance du centre de secours géographiquement le plus proche, une équipe de secours disposant du matériel de réanimation et de défibrillation peut être mobilisée en attente du moyen d'évacuation constitué par le VSAV.

Le service d'incendie et de secours (CODIS), en lien avec le SAMU, peut par ailleurs associer une médicalisation de l'intervention en envoyant un médecin sapeur-pompier opérationnel. Le SAMU peut lui aussi envoyer une équipe médicale (SMUR = Service Mobile d'Urgence et de Réanimation). Le vecteur est selon les

zones, les moments et la disponibilité un véhicule rapide, une ambulance lourde de réanimation, un hélicoptère (sécurité civile, gendarmerie, SAMU ...)

L'admission dans un service hospitalier est régulée par le SAMU départemental en fonction de la nature de la pathologie, de la disponibilité en capacité d'accueil, du choix du patient.

**Rappel :** dès lors que les sapeurs-pompiers interviennent, c'est le sous-officier ou l'officier des sapeurs-pompiers présent qui est le commandant des opérations de secours par délégation de l'exercice des pouvoirs du maire.

**2°) Pour les accidents relevant de la compétence du dispositif de sécurité maritime,** le fonctionnement est le suivant :

Le Coordinateur des Missions de Sauvetage (C.M.S.), chef du CROSS, sollicite les différents moyens nécessaires et les dirige. Les moyens pouvant participer à la recherche et au sauvetage en mer sont :

Les navires à la mer sur zone (y compris les navires privés)

Tous les moyens aéronavals (marine nationale, douane...)

Les moyens de la Société Nationale de Sauvetage en Mer

Les moyens de la gendarmerie, de la douane, de la protection civile, des pompiers

Les responsables des moyens sollicités placent leurs unités sous le contrôle opérationnel du C.M.S.

Référence : 04	AC 05 R	L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
-------------------	---------	---	--------------------	--------------------------------

# Règles de sécurité lors d'une intervention avec un moyen hélicoptéré

---

## Définition

Dans le cadre de ses missions, le sauveteur pourra intervenir avec les hélicoptères de la Sécurité Civile, du SAMU, de la Gendarmerie, de l'Armée ou des Douanes...

---

## Sécurité à proximité d'un Hélicoptère.

Pour l'accueil d'un hélicoptère, les consignes suivantes sont à observer :

- Dimensions minimales de la zone de poser : 30 x 30 mètres;
- Préférer un sol non poussiéreux, sablonneux ou caillouteux. Éviter les surfaces meubles;
- Vérifier que sur l'aire de poser retenue aucun objet ne pourra s'envoler en présence du souffle; attention, sous un hélicoptère, le souffle correspond à un vent de 70 km/h.

- En phase d'atterrissage de l'appareil, le sauveteur devra s'agenouiller dos au vent.
- Le personnel se trouvant à proximité de l'aire de poser. Il est conseillé de porter des lunettes pour éviter les projections dues au souffle du rotor;
- N'approcher un hélicoptère qu'avec l'autorisation d'un des membres d'équipage;
- L'hélicoptère doit être abordé par son secteur avant. Le sauveteur s'assure de rester visible du pilote.

---

## Communication avec L'hélicoptère

Les hélicoptères intervenant sur le littoral sont équipés de VHF; après accord du CROSS, le contact s'effectuera sur le canal alloué par celui-ci.

Référence : 04	AC 05 R	EI	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
-------------------	---------	----	--------------------	--------------------------------

# Règles de sécurité lors d'une intervention avec un moyen hélicoptéré

---

## Définition

Dans le cadre de ses missions, le sauveteur pourra intervenir avec les hélicoptères de la Sécurité Civile, du SAMU, de la Gendarmerie, de l'Armée ou des Douanes...

---

## Sécurité à proximité d'un Hélicoptère.

Pour l'accueil d'un hélicoptère, les consignes suivantes sont à observer :

- Dimensions minimales de la zone de poser : 30 x 30 mètres;
- Préférer un sol non poussiéreux, sablonneux ou caillouteux. Éviter les surfaces meubles;
- Vérifier que sur l'aire de poser retenue aucun objet ne pourra s'envoler en présence du souffle; attention, sous un hélicoptère, le souffle correspond à un vent de 70 km/h.

- En phase d'atterrissage de l'appareil, le sauveteur devra s'agenouiller dos au vent.
- Le personnel se trouvant à proximité de l'aire de poser. Il est conseillé de porter des lunettes pour éviter les projections dues au souffle du rotor;
- N'approcher un hélicoptère qu'avec l'autorisation d'un des membres d'équipage;
- L'hélicoptère doit être abordé par son secteur avant. Le sauveteur s'assure de rester visible du pilote.

---

## Communication avec L'hélicoptère

Les hélicoptères intervenants sont équipés de radio ; après accord du COS le contact s'effectuera sur le canal alloué par celui-ci.

Référence : PR 06 S 01

EI/L

Version : 1.1.1

Mise à jour :

décembre 2014

## Sortie de l'eau d'une victime

---

Une fois la victime remorquée au bord du rivage, le sauveteur doit la sortir en toute sécurité de l'eau.

Cette opération s'effectue seul ou à plusieurs.

La sortie se fait sans matériel et permet :

- D'effectuer une sortie d'eau rapide préservant l'intégrité de la victime et du sauveteur ;
- De savoir utiliser la technique la mieux adaptée à la configuration de la zone de surveillance ;
- De coordonner les gestes du sauveteur avec ses équipiers dans le cas d'une sortie d'eau à plusieurs ;
- De sécuriser la victime sur la plage afin de lui apporter les gestes de premiers secours nécessaires.

Référence : PR 06 S 02	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
------------------------	------	-----------------	-----------------------------

## Sortie de l'eau d'une victime traumatisée

---

Une fois la victime traumatisée remorquée au bord du rivage, le sauveteur doit la sortir de l'eau en toute sécurité.

Cette opération s'effectue idéalement à plusieurs sauveteurs et dans certaines circonstances, seul.

La sortie permet :

- D'effectuer une sortie d'eau rapide préservant l'intégrité de la victime et du sauveteur ;
- Utiliser la technique la mieux adaptée à la configuration de la zone de surveillance et en fonction du traumatisme de la victime;
- Effectuer l'immobilisation du rachis cervical si possible avec la pose d'un collier cervical et dans certaines circonstances d'un plan dur ;
- De coordonner les gestes du sauveteur avec ses équipiers dans le cas d'une sortie d'eau à plusieurs ;
- De sécuriser la victime sur la plage afin de lui apporter les gestes de premiers secours nécessaires.

Référence : AC 06 A 03	L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
cette fiche reprend les éléments des recommandations PSE de la DGSCGC fiche : AC 05 R 01			

## Accidents liés à la faune et à la flore

### Définition

Les accidents liés à la faune et à la flore sont provoqués :

Par des réactions allergiques des piqures ou des morsures.

L'allergie est une réaction de l'organisme à une substance étrangère qu'il touche, inhale, avale ou qui lui est administrée (pollens, plants aquatiques, pollutions aquatiques, venins).

Le terme de piqure est réservé aux atteintes provoquées par certains insectes ou par certains animaux marins.

Le terme de morsure est quant à lui réservé aux plaies provoquées par des dents ou des crochets des animaux sauvages et les serpents.

### Causes

Les accidents liés à la faune et à la flore sur les zones de baignades peuvent provenir

- D'allergie liée au pollen ou au contact avec une plante terrestre ou aquatique (algues)
- De piqures d'animaux
- D'inoculation de venins

### Risques et conséquences

Les accidents liés à la faune et à la flore peuvent entraîner des manifestations mineures ou graves dont certaines peuvent évoluer rapidement vers l'arrêt cardiaque. Ils prennent un caractère aggravant dans le milieu hostile aquatique.

### Signes

#### L'allergie

L'allergie est une réaction de l'organisme à une substance étrangère qu'il touche, inhale, avale ou qui lui est administrée.

Dans sa forme grave, la victime qui présente, au cours du bilan d'urgence vitale :

Une détresse respiratoire par crise d'asthme ou par obstruction des voies aériennes secondaire à un gonflement des muqueuses de la bouche et de la gorge ; une détresse circulatoire.

En l'absence d'une prise en charge rapide ou parfois brutalement, la victime peut perdre connaissance et présenter un arrêt cardiaque.

Dans sa forme la plus légère, le secouriste retrouve au cours du bilan complémentaire des manifestations mineures qui traduisent une réaction allergique comme :

- un écoulement nasal et des éternuements (rhume des foins) ;
- une modification de la voix, qui devient rauque ;
- un gonflement de la peau du visage ;
- l'apparition de plaques rouges sur la peau avec démangeaisons (urticaire qui peut devenir généralisée) ;
- des troubles digestifs avec diarrhées, vomissements.

Ces manifestations peuvent être isolées, associées ou annoncer une aggravation.

#### La Méduse

Apparition immédiate de la douleur, importante, à type de brûlure ou de sensation de choc électrique ou de



démangeaison pendant 1 à 2 heures des lésions rouges et en relief qui démangent.

### **La vive**

Apparition immédiate d'une douleur aiguë, intense, parfois insupportable.

Plaie est discrète, punctiforme, parfois ecchymotique.

Œdème est quasi constant, rouge et dur. Il est plutôt localisé mais parfois s'étend.

### **Oursin**

Apparition immédiate d'une douleur, importante, le piquant est resté fiché

**La pique de guêpe, d'abeille ou frelon**

Apparition immédiate d'une douleur, importante, réaction locale autour du point de piqure sous la forme d'une plaque rouge. Le gonflement peut s'étendre.

### **Morsure de vipère**

Si la morsure s'accompagne d'une envenimation, les signes caractéristiques sont une douleur importante avec un gonflement local qui peut s'étendre.

La survenue de troubles digestifs (vomissements), de démangeaisons sur le corps, de troubles de la conscience, d'un malaise, d'une détresse circulatoire sont des signes de gravité.

Référence : AC 06 A 03	EI	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
cette fiche reprend les éléments des recommandations PSE de la DGSCGC fiche : AC 05 R 01			

## Accidents liés à la faune et à la flore

### Définition

Les accidents liés à la faune et à la flore sont provoqués :

Par des réactions allergiques des piqures ou des morsures.

L'allergie est une réaction de l'organisme à une substance étrangère qu'il touche, inhale, avale ou qui lui est administrée (pollens, plants aquatiques, pollutions aquatiques, venins).

Le terme de piquûre est réservé aux atteintes provoquées par certains insectes ou par certains animaux marins.

Le terme de morsure est quant à lui réservé aux plaies provoquées par des dents ou des crochets des animaux sauvages et les serpents.

### Causes

Les accidents liés à la faune et à la flore sur les zones de baignades peuvent prévenir

- D'allergie liée au pollen ou au contact avec une plante terrestre ou aquatique (algues)
- De piqures d'animaux
- D'inoculation de venins

### Risques et conséquences

Les accidents liés à la faune et à la flore peuvent entraîner des manifestations mineures ou graves dont certaines peuvent évoluer rapidement vers l'arrêt cardiaque. Ils prennent un caractère aggravant dans le milieu hostile aquatique.

### Signes

#### L'allergie

L'allergie est une réaction de l'organisme à une substance étrangère qu'il touche, inhale, avale ou qui lui est administrée.

Dans sa forme grave, la victime qui présente, au cours du bilan d'urgence vitale :

Une détresse respiratoire par crise d'asthme ou par obstruction des voies aériennes secondaire à un gonflement des muqueuses de la bouche et de la gorge ; une détresse circulatoire.

En l'absence d'une prise en charge rapide où parfois brutalement, la victime peut perdre connaissance et présenter un arrêt cardiaque.

Dans sa forme la plus légère, le secouriste retrouve au cours du bilan complémentaire des manifestations mineures qui traduisent une réaction allergique comme :

- un écoulement nasal et des éternuements (rhume des foins) ;
- une modification de la voix, qui devient rauque ;
- un gonflement de la peau du visage ;
- l'apparition de plaques rouges sur la peau avec démangeaisons (urticaire qui peut devenir généralisée) ;
- des troubles digestifs avec diarrhées, vomissements.

Ces manifestations peuvent être isolées, associées ou annoncer une aggravation.

### **La pique de guêpe, d'abeille ou frelon**

Apparition immédiate d'une douleur, importante, réaction locale autour du point de piqûre sous la forme d'une plaque rouge. Le gonflement peut s'étendre.

### **Morsure de vipère**

Si la morsure s'accompagne d'une envenimation, les signes caractéristiques sont une douleur importante avec un gonflement local qui peut s'étendre.

La survenue de troubles digestifs (vomissements), de démangeaisons sur le corps, de troubles de la conscience, d'un malaise, d'une détresse circulatoire sont des signes de gravité.

Référence : PR 06 A 03	L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
cette fiche reprend les éléments des recommandations PSE de la DGSCGC fiche : PR 05 R 01 PR 06 P 02			

## Accidents lié à la faune et à la flore

### Réaction allergique

La victime présente une détresse vitale

- Appliquer la conduite à tenir devant une victime en arrêt cardiaque,

Si la victime ne respire pas ou plus ou si elle présente une respiration anormale (gasp) ;

- Appliquer la conduite à tenir devant une victime qui a perdu connaissance, même si elle respire difficilement ;
- Appliquer la conduite à tenir adaptée, si elle présente une détresse de l'une des fonctions vitales.

La victime ne présente pas de détresse vitale

Si la victime reconnaît son allergie et possède un traitement :

- réaliser le bilan complémentaire ;
- aider la victime à s'administrer, à sa demande, le traitement qu'elle utilise dans ce cas ;
- compléter le bilan ;
- transmettre un bilan et appliquer les consignes reçues ;
- surveiller la victime.

Si la victime reconnaît son allergie et ne possède pas un traitement, ou n'en a pas :

- appliquer la conduite à tenir devant une victime présentant un malaise ou une aggravation de maladie.

### La Méduse

- Porter des gants
- Rendre INERTES les tentacules en aspergeant les zones contaminées avec une solution alcoolique ou du vinaigre. JAMAIS d'ammoniaque
- SECHER la région blessée avec une Poudre sèche (Farine, talc...) ou mousse à raser. PAS DE SABLE
- RACLER doucement l'ensemble [tentacules + poudre] avec un abaisse-langue
- RINCER les lésions à l'eau douce  
Pas de pommade sans avis médical ; en cas de démangeaisons importantes, préférez un antihistaminique (sur avis d'un professionnel de santé).

### La vive

Préparer un bain de pied à l'eau chaude autour de 45°C.

Il faut parfois savoir attendre plus de 30 minutes

Ensuite, désinfection habituelle comme toute plaie et consignes classiques

*La chaleur permet aussi l'inactivation du venin.*

### Oursin

Il faut savoir que les piquants peuvent rester très longtemps dans la peau ;

- essayer d'enlever le plus possible de piquants à la pince à épiler ou en fixant un adhésif et en tirant dans l'axe.
- Passer une couche épaisse de vaseline, le lendemain la plupart

des piquants seront partis ou bien il sera plus facile de les extraire

- Désinfection habituelle comme toute plaie et consignes classiques.
- Demander un avis médical si nécessaire

---

## La piqure de guêpe, d'abeille ou frelon

- Retirer le plus rapidement possible le dard (piqûre d'abeille) en utilisant une pince à écharde, sans écraser la poche à venin ;

Transmettre un bilan en urgence si :

- la piquûre siège dans la bouche ou la gorge ;
- la victime est allergique ;

Retirer les bagues, bracelets si la piquûre se situe à la main, avant l'apparition de gonflements ; *(La présence de bagues, bracelets... doit être retiré en cas de piquûres ou de morsure de serpent à la main. En effet, en cas de gonflements, ils sont susceptibles d'interrompre la circulation)* <sup>[Esp]</sup>

Désinfecter, comme pour une plaie ;

Appliquer du froid *(L'application de froid sur le siège d'une piquûre permet de limiter le gonflement et la douleur)* ;

---

## Morsure de vipère

Si le siège de la piquûre est dans la bouche ou la gorge, demander à la victime de sucer de la glace.

- Aider la victime à s'injecter son traitement, si elle est allergique au venin d'hyménoptères ;

Transmettre le bilan pour avis et appliquer les consignes reçues ;

- Conseiller à la victime de consulter un médecin si la douleur ou le gonflement persiste ou si la rougeur s'étend.

Ne jamais pratiquer de techniques d'aspiration, qu'elles soient buccales ou à l'aide d'un appareil ;

- Allonger la victime, lui demander de rester calme et la rassurer ;
- Retirer les bagues, bracelets si la morsure siège à la main ;
- Réaliser un pansement compressif sur la morsure ; *(La diffusion d'un venin peut aussi être ralentie par la mise en place d'un pansement compressif)*
- Immobiliser le membre atteint ;

Transmettre le bilan pour avis et appliquer les consignes reçues

---

## Tache de pétrole sur la peau

- Porter des gants
- Diluer la tache avec de l'huile de table et du papier absorbant
- Nettoyer à l'eau et au savon

Référence : PR 06 A 03	EI	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
cette fiche reprend les éléments des recommandations PSE de la DGSCGC fiche : PR 05 R 01 PR 06 P 02			

## Accidents liés à la faune et à la flore

### Réaction allergique

La victime présente une détresse vitale

- Appliquer la conduite à tenir devant une victime en arrêt cardiaque,

Si la victime ne respire pas ou plus ou si elle présente une respiration anormale (gasps) ;

- Appliquer la conduite à tenir devant une victime qui a perdu connaissance, même si elle respire difficilement ;
- Appliquer la conduite à tenir adaptée, si elle présente une détresse de l'une des fonctions vitales.

La victime ne présente pas de détresse vitale

Si la victime reconnaît son allergie et possède un traitement :

- réaliser le bilan complémentaire ;
- aider la victime à s'administrer, à sa demande, le traitement qu'elle utilise dans ce cas ;
- compléter le bilan ;
- transmettre un bilan et appliquer les consignes reçues ;
- surveiller la victime.

Si la victime reconnaît son allergie et ne possède pas un traitement, ou n'en a pas :

- appliquer la conduite à tenir devant une victime présentant un malaise ou une aggravation de maladie.

### La Méduse

- Porter des gants
- Rendre INERTES les tentacules en aspergeant les zones contaminées avec une solution alcoolique ou du vinaigre. JAMAIS d'ammoniaque
- SECHER la région blessée avec une Poudre sèche (Farine, talc...) ou mousse à raser. PAS DE SABLE
- RACLER doucement l'ensemble [tentacules + poudre] avec un abaisse-langue
- RINCER les lésions à l'eau douce  
Pas de pommade sans avis médical ; en cas de démangeaisons importantes, préférez un antihistaminique (sur avis d'un professionnel de santé).

### La vive

Préparer un bain de pied à l'eau chaude autour de 45°C.

Il faut parfois savoir attendre plus de 30 minutes

Ensuite désinfection habituelle comme toute plaie et consignes classiques

*La chaleur permet aussi l'inactivation du venin*

### Oursin

Il faut savoir que les piquants peuvent rester très longtemps dans la peau ;

- essayer d'enlever le plus possible de piquants à la pince à épiler ou en fixant un adhésif et en tirant dans l'axe.
- Passer une couche épaisse de vaseline, le lendemain la plupart des piquants seront partis ou bien il sera plus facile de les extraire

- Désinfection habituelle comme toute plaie et consignes classiques.
- Demander un avis médical si nécessaire

---

## La piqure de guêpe, d'abeille ou frelon

- Retirer le plus rapidement possible le dard (piqûre d'abeille) en utilisant une pince à écharde, sans écraser la poche à venin ;

Transmettre un bilan en urgence si :

- la piqure siège dans la bouche ou la gorge ;
- la victime est allergique ;

Retirer les bagues, bracelets si la piqure se situe à la main, avant l'apparition de gonflements ; (*La présence de bagues, bracelets... doit être retiré en cas de piqures ou de morsure de serpent à la main. En effet, en cas de gonflements, ils sont susceptibles d'interrompre la circulation*).

Désinfecter, comme pour une plaie ;

Appliquer du froid (*L'application de froid sur le siège d'une piqure permet de limiter le gonflement et la douleur.*) ;

---

## Morsure de vipère

Si le siège de la piqure est dans la bouche ou la gorge, demander à la victime de sucer de la glace.

- Aider la victime à s'injecter son traitement, si elle est allergique au venin d'hyménoptères ;

Transmettre le bilan pour avis et appliquer les consignes reçues ;

- Conseiller à la victime de consulter un médecin si la douleur ou le gonflement persiste ou si la rougeur s'étend.

Ne jamais pratiquer de techniques d'aspiration, qu'elles soient buccales ou à l'aide d'un appareil ;

- Allonger la victime, lui demander de rester calme et la rassurer ;
- Retirer les bagues, bracelets si la morsure siège à la main ;
- Réaliser un pansement compressif sur la morsure ; (*La diffusion d'un venin peut aussi être ralenti par la mise en place d'un pansement compressif*)
- Immobiliser le membre atteint ;

Transmettre le bilan pour avis et appliquer les consignes reçues

---

## Tache de pétrole sur la peau

- Porter des gants
- Diluer la tache avec de l'huile de table et du papier absorbant
- Nettoyer à l'eau et au savon

Référence :	AC 06 N 04	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
cette fiche reprend les éléments des recommandations PSE de la DGSCGC fiche AC 06N 01					

# Noyade

## Définition

La noyade est une détresse respiratoire due à l'immersion ou à la submersion de la victime.

On parle de submersion lorsque la totalité de l'organisme est sous l'eau et d'immersion lorsque la face de la victime c'est-à-dire ses voies aériennes sont recouvertes par de l'eau ou un autre liquide. Une personne victime d'une noyade peut mourir ou survivre avec ou sans séquelles, mais quel que soit son devenir on dira qu'elle a été victime d'une noyade.

On parle de noyé lorsque la victime décède à la suite d'une noyade et qu'aucun geste de réanimation n'a été réalisé.

## Causes

La noyade peut provenir :

- d'une incapacité de la personne à maintenir ses voies aériennes hors de l'eau car elle ne sait pas nager (chute dans l'eau) ou est incapable de maintenir ses voies aériennes à l'air libre bien que sachant nager (crampes ou épuisement musculaire, incarceration dans un véhicule tombé à l'eau, un bateau qui a coulé).
- d'une affection médicale particulièrement celle qui entraîne un trouble de la conscience, une crise convulsive, un accident vasculaire cérébral ou un trouble du

rythme cardiaque.

- d'un traumatisme comme un traumatisme du rachis la plupart du temps consécutif à un plongeon en eau peu profonde.
- de problèmes spécifiques survenant lors d'une plongée sous-marine (apnée ou en scaphandre autonome).

L'hypothermie, l'hypoglycémie, la prise d'alcool ou de toxiques sont autant de facteurs qui peuvent faciliter une noyade.

## Risques & Conséquences

Les conséquences d'une noyade sont multiples et expliquent l'adaptation de la conduite à tenir. Ainsi :

- l'hypoxie (manque d'oxygène) est la conséquence majeure et la plus néfaste de la noyade. Elle est secondaire à l'arrêt volontaire de la respiration et au spasme laryngé réactionnel à l'arrivée d'eau dans les voies aériennes.

Elle est aggravée parfois par la pénétration d'eau dans les poumons, le plus souvent en très petite quantité. La durée de cette hypoxie est le facteur essentiel qui conditionne le devenir de ces victimes ;

- la perte de connaissance est due à l'hypoxie ou parfois à un traumatisme notamment de la nuque ou du crâne ;
- les régurgitations sont fréquentes chez la victime de noyade et le risque d'inhalation de liquide gastrique est très élevé. Ce



risque augmente si des tentatives d'extraire l'eau contenue dans l'estomac sont réalisées comme les compressions abdominales ;

- l'hypothermie chez la victime de noyade est fréquente et se constitue toujours rapidement. Ce phénomène est amplifié chez le nourrisson et l'enfant ;
- l'arrêt cardiaque est le plus souvent d'origine respiratoire, secondaire à la noyade, plus rarement d'origine cardiaque, précédant la noyade.

La noyade constitue un problème majeur de santé publique. En France, les noyades accidentelles sont responsables de plus de 500 décès chaque année et parfois de graves séquelles. Chez les enfants de un à quatorze ans, elles représentent la deuxième cause de décès accidentel. Les hommes représentent plus de deux tiers des victimes et les noyades surviennent préférentiellement à la mer ou dans des cours ou plan d'eau.

---

## Signes

C'est le bilan circonstanciel qui permet d'évoquer la noyade.

En fonction du temps passé dans l'eau, de l'âge et des antécédents, la victime peut présenter, au bilan d'urgence vitale et complémentaire, un état de gravité différent.

Cet examen permet de classer les victimes en 4 stades cliniques de gravité) :

### Stade I ou Aquastress

(Caractérisé par l'absence d'inhalation d'eau.)

- Victime consciente
- Pas de troubles ventilatoires
- Pas de troubles circulatoires
- Frissons, Épuisement, Angoisse.

Malgré cette absence de gravité, un avis médical (appel au 15) est indispensable.

### Stade II ou « Petit hypoxique » ou « Noyé en hypoxie modérée »

(Caractérisé par l'inhalation d'un peu d'eau.)

- Victime consciente mais très angoissée
- Ventilation rapide, superficielle, avec toux et cyanose discrète
- Pouls présent, parfois rapide
- Épuisement marqué, hypothermie.

### Stade III ou « Grande Hypoxie », ou « Noyé en hypoxie majeure »

- Trouble de la conscience :

\* somnolence avec agitation

\* coma.

- Détresse ventilatoire : dyspnée avec tachypnée, ou respiration anarchique, tirage, cyanose marquée, encombrement trachéo-bronchique (respiration bruyante).
- Pouls radiaux mal perçus, pouls centraux bien présents, bien frappés, mais rapides.

### Stade IV ou noyé anoxique

C'est le tableau de l'arrêt cardio-respiratoire ou du sujet comateux en arrêt ventilatoire.

Cette classification n'est pas étroitement corrélée à un pronostic

---

## Principe de l'action de secours

L'action de secours doit permettre :

D'assurer le dégagement immédiat et permanent de la victime du milieu aquatique, en toute sécurité ;

Réaliser les gestes de secours adaptés à son état ;

- d'administrer de l'oxygène.

Référence : PR 06 N 04	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
cette fiche reprend les éléments des recommandations PSE de la DGSCGC fiche PR 06N 01			

## Noyade

Si le bilan circonstanciel laisse suspecter que la personne a pu être victime d'un accident de sport nautique (planche à voile, scooter de mer, kitesurf...), d'une affection traumatique identifiée (plongeon en eau peu profonde, etc.) ou si la personne présente un état d'imprégnation alcoolique ou des signes évidents de lésions traumatiques (*la probabilité de lésion de la moelle épinière lors d'une noyade est très faible (approximativement 0,5%). C'est pourquoi la réalisation systématique de techniques de secours destinées à protéger le rachis cervical d'une victime de noyade au cours de son dégagement n'est pas nécessaire car elle gêne la libération des voies aériennes (collier cervical) et retarde de manière significative la mise en œuvre d'une réanimation cardio-pulmonaire (RCP). Seules les victimes qui présentent des facteurs de risque de lésion de la colonne vertébrale peuvent bénéficier d'une immobilisation du rachis cervical et thoracique*). Il convient de :

- immobiliser le rachis cervical et thoracique, avant de procéder à la sortie de l'eau ;

En l'absence de suspicion de lésion de la colonne vertébrale ou après immobilisation de celle-ci, si nécessaire :

- sortir la victime de l'eau ;
- si la victime ne respire pas ou de façon anormale, appliquer la procédure relative à l'arrêt cardiaque ;
- si la victime a perdu connaissance et respire, appliquer la procédure relative à la perte de connaissance ;
- si la victime est consciente, l'installer dans la position où elle se sent le

mieux, si possible à l'abri du vent ;

- compléter le bilan d'urgence vitale, si nécessaire ;
- déshabiller la victime en évitant les mobilisations intempestives ;
- sécher prudemment et sans friction la victime, puis l'envelopper dans une couverture isotherme ;
- réaliser le bilan complémentaire ;
- transmettre le bilan pour avis et appliquer les consignes reçues ;
- surveiller la victime.

### Spécificités liées à la prise en charge d'une victime de noyade

- Administration d'oxygène :

Quel que soit l'état de la victime, il convient d'administrer de l'oxygène à haute concentration.

L'administration précoce d'oxygène à une victime de noyade peut améliorer son pronostic.

- Ventilation artificielle :

Devant toute victime de noyade en arrêt cardiaque, **il convient de réaliser immédiatement cinq insufflations initiales** avant de débiter les compressions thoraciques.

Les sauveteurs spécialisés peuvent débiter les manœuvres de ventilation artificielles pendant le dégagement de la victime et les poursuivre jusqu'à ce que les compressions thoraciques puissent être réalisées.

- Compressions thoraciques :

Les compressions thoraciques ne sont débutées que si la victime est hors de l'eau, sur terre ou dans une embarcation.

Si le secouriste est isolé, il doit réaliser cinq cycles de réanimation cardio-pulmonaire avant de quitter la victime pour aller alerter les secours.

- Défibrillation :

La mise en œuvre du défibrillateur automatisé externe (DAE) est effectuée après avoir réalisé les cinq insufflations, sous réserve que les consignes liées à son utilisation le permettent.

- Manœuvre de désobstruction :

La quantité d'eau inhalée par une victime d'une noyade est en général faible et ne gêne pas la ventilation.

Les techniques de désobstruction des voies aériennes (tapes dans le dos, compressions abdominales) sont dangereuses et ne doivent

Référence :	AC 06 A 05	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
cette fiche reprend les éléments des recommandations PSE de la DGSCGC fiches : AC 06 H 01/AC 06 C 01/AC 06 I 01/AC 06H 01						

# Accidents thermiques

## Définition

Les accidents thermiques sont liés

- soit à l'augmentation anormale, au-dessus de 38°C, de la température
- soit à une diminution anormale, en dessous de 35°C, de la température

L'hypothermie est dite :

- modérée lorsque la température centrale est comprise entre 35 et 32°C ;
- sévère lorsque la température centrale est comprise entre 32°C et 28°C ;
- majeure lorsque la température centrale est inférieure à 28°C

## Causes

Les accidents thermiques sont dus

- Soit à une exposition prolongée à des températures élevées (canicule, enfant dans un véhicule...);
- Soit à un effort important
- Soit à un séjour prolongé dans l'eau

Plus la température ambiante est élevée, plus l'organisme a du mal à perdre sa chaleur, surtout si le milieu est chaud et humide et qu'un effort est produit.

Dans le cas de l'hypothermie, la déperdition thermique est relativement importante et rapide dans l'eau car la neutralité thermique (température à partir de laquelle l'organisme ne « perd » plus de

chaleur) se situe à 35°C pour le sujet plongé dans l'eau.

## Risques et conséquences

L'exposition prolongée à la chaleur ou au froid peut entraîner des troubles graves du fonctionnement de l'organisme avec des atteintes neurologiques et cardiaques pouvant aller jusqu'au décès.

## Signes

Le Bilan circonstanciel est essentiel. Il permet de constater la nature de l'accident thermique.

Lors du bilan vital, la victime peut être consciente ou avoir perdu connaissance, présenter une détresse neurologique avec Confusion, trouble du comportement et convulsions ou présenter des signes de détresse ventilatoire.

Dans les cas les plus graves, la victime est en arrêt cardiaque.

## Affections liées à la chaleur :

Si la victime est consciente elle se plaint souvent de :

- D'une sensation de faiblesse musculaire et de fatigue générale ;
- De vertiges, de nausées et de céphalées ;
- De crampes musculaires

L'examen met en évidence :

Une peau rouge, couverte ou non de sueurs ;

Une température anormalement élevée pouvant dépasser les 42°C.

Suivant l'importance des manifestations on parle de :

- Crampes liées à la chaleur si la victime présente seulement des crampes ;
- D'épuisement lié à la chaleur si les manifestations présentées par la victime ne s'accompagnent pas de signes de détresse vitale ;
- De coup de chaleur si la victime présente une détresse vitale.

### L'hypothermie

Si la victime est consciente, elle a :

- tendance au repli sur elle-même et diminution de la volonté de lutte.
- Sensation de froid, frissons, rigidité musculaire, peau pâle, froide, horripilée.

Puis

- Perte du contact avec l'environnement, troubles de la mémoire et la parole,

- lenteur d'exécution des mouvements.
- obnubilation de plus en plus marquée,

L'examen met en évidence :

Une victime froide

Une température anormalement basse inférieure à 35°C.

---

### Principes de l'action de secours

L'action de secours doit permettre: soustraire la victime à la cause ; réhydrater, si possible, et refroidir en cas d'Affections liées à la chaleur ; déshabiller si nécessaire, **emballer dans une couverture isothermique** en cas d'hypothermie pour stopper toute déperdition supplémentaire de chaleur sans la frictionner demander un avis médical dans les cas de l'épuisement, d'un coup de chaleur ou d'une hypothermie.

Référence : PR 06 N 05	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
cette fiche reprend les éléments des recommandations PSE de la DGSCGC fiches : PR 06 H 01/PR 06 C 01/PR 06 I 01/PR 06H 01		

## Accidents thermiques

### Crampe

- Soustraire la victime à la cause ;
- Mettre la victime au repos ;
- Réhydrater la victime ; la réhydratation est réalisée avec de l'eau ou mieux un liquide frais contenant des glucides et des sels minéraux tels que jus de fruits ou boissons de l'effort.

Compléter l'action de secours par :

- Des étirements ;
- L'application de glace ;
- Des massages musculaires.
- Indiquer à la victime de ne pas reprendre l'activité avant l'arrêt complet des signes.

### Hyperthermie maligne d'effort ou épuisement à la chaleur

- Soustraire la victime à la cause ;

Si la victime présente une détresse vitale :

- Appliquer la conduite à tenir devant une victime en arrêt cardiaque, si la victime ne respire pas ou plus ou si elle présente une respiration anormale (gasps) ;
- Appliquer la conduite à tenir devant une victime qui a perdu connaissance, même si elle respire difficilement ;

Appliquer la conduite à tenir adaptée, si elle présente une détresse de l'une des fonctions

vitales. En l'absence d'une détresse vitale, ou concomitamment à la prise en charge de celle-ci :

- Protéger la victime de la chaleur ; Si elle est consciente, l'installer dans un endroit frais.
- Retirer les vêtements en lui laissant ses sous-vêtements ;
- Refroidir la victime à l'aide :
  - De brumisation d'eau fraîche ;
  - Des linges humides ;
  - De la glace ;
  - D'une ventilation mécanique ;

• D'une immersion dans l'eau fraîche jusqu'au menton, si elle est consciente. Réhydrater la victime ; La réhydratation n'est réalisée que chez une victime parfaitement consciente, avec de l'eau ou mieux un liquide frais contenant des glucides et des sels minéraux tels que jus de fruits ou boissons de l'effort. Souvent, une prise en charge médicale d'urgence est nécessaire afin de pouvoir réhydrater la victime à l'aide de perfusions. Transmettre le bilan pour avis et appliquer les consignes reçues.

### Insolation

- Soustraire la victime à la cause et l'installer dans un endroit frais, climatisé si possible ;
- Appliquer la conduite à tenir devant une victime qui a perdu connaissance, si elle respire, mais ne parle pas ;

- Appliquer la conduite à tenir adaptée, si elle présente une détresse neurologique ;

- L'allonger, tête surélevée, si elle est consciente ;

Dans tous les cas :

- Retirer les vêtements en lui laissant ses sous-vêtements ;

- Recouvrir la victime d'un drap mouillé avec de l'eau froide ; (Le fait de recouvrir la victime d'un drap humide permet de faire baisser sa température corporelle.)

Il convient d'arroser régulièrement le drap pour le maintenir frais et humide.

- Appliquer, si possible, un dispositif de froid sur la tête et la nuque ;

- Transmettre le bilan pour avis et appliquer les consignes reçues ;

- Surveiller attentivement.

---

## Hypothermie

- Soustraire la victime à la cause ;

Si la victime présente une détresse vitale :

- Appliquer la conduite à tenir devant une victime en arrêt cardiaque,

Si la victime ne respire pas ou plus ou si elle présente une respiration anormale (gaspes) ;

- Appliquer la conduite à tenir devant une victime qui a perdu connaissance, même si elle respire difficilement ;

- Appliquer la conduite à tenir adaptée, si elle présente une détresse de l'une des fonctions vitales.

En l'absence d'une détresse vitale, ou concomitamment à la prise en charge de celle-ci :

- Isoler la victime dans un endroit chaud dans le poste de secours ;
- Ôter les vêtements de la victime; cette opération doit se faire en prenant soin de la mobiliser avec prudence (risque d'arrêt cardiaque brutal).

Si la mobilisation se révèle pénible ou douloureuse pour la victime, couper les vêtements.

- Sécher la victime ;
- **Emballer la victime** ; (Le fait d'emballer la victime permet de limiter au maximum la déperdition supplémentaire de chaleur). Pour cela il convient de la placer dans **une couverture « de survie »**, une couverture en polyester, Il faut aussi prendre soin de protéger les mains, les pieds et la tête, de la victime ; (La protection des mains, des pieds et de la tête est primordiale car près de 30 à 50 % de la chaleur du corps est perdue par cette dernière)

Transmettre le bilan pour avis et appliquer les consignes reçues.

En l'absence de conseil médical :

Commencer un réchauffement actif ;

Pour cela, il convient de placer sur la victime :

- Une couverture chauffante ;
- Des poches d'eau tiède, en prenant soin d'interposer une épaisseur de tissu pour éviter toute brûlure ;

Il est aussi possible de placer la victime près d'une source de chaleur.

Dans tous les cas :

- Surveiller attentivement la victime.

Référence :	PR 07 S 01	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

## Sauvetage intégrant une embarcation nautique motorisée

---

Le Sauvetage avec une embarcation nautique motorisée permet de réaliser une intervention :  
Soit seul avec son équipage  
Soit en renfort d'une équipe déjà engagé.

L'utilisation de cette embarcation, permet d'améliorer la sécurité du sauveteur, l'efficacité, la rapidité de l'action ainsi qu'un champ d'intervention supérieur aux autres matériels.



Référence :	AC 07 D 02	EI/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

## Différents types d'embarcations nautiques motorisées

### Embarcations nautiques motorisées

Lors de ses missions de surveillance et de sauvetage, le SSA peut avoir à sa disposition une embarcation nautique motorisée. Cette embarcation entre dans le cadre de la Division 236 « Vedettes de surveillance, d'assistance et de sauvetage ») tel que le définit l'Arrêté du 13 décembre 2012.

Il aura à sa disposition essentiellement deux types d'embarcations une embarcation pneumatique ou un Véhicule nautique à moteur

### Embarcations pneumatiques

Article 236-3.08 Article 236-3.09 (Arrêté du 22/12/12)

1. Le chef de centre de sécurité compétent peut délivrer un permis de navigation en 3ème catégorie en navigation nationale limitée à 2 milles de la terre la plus proche. Le permis de navigation doit mentionner une navigation diurne.
2. La conception, les matériaux, la fabrication et les essais des embarcations pneumatiques doivent être conformes à la dernière révision de la norme ISO 6185 à la date de construction du navire.
3. Les embarcations pneumatiques doivent embarquer le matériel d'armement et de sécurité suivant :
  - 3.1. Un équipement de flottabilité individuel par personne embarquée (ou combinaison portée) ;
  - 3.2. Un moyen de repérage lumineux ;
  - 3.3. Un moyen de remonter à bord pour une personne tombée à l'eau ;
  - 3.4. Un dispositif permettant le remorquage (point d'accrochage et bout) ;
  - 3.5. Un dispositif coupant l'allumage ou les gaz en cas d'éjection du pilote pour les navires dont la puissance totale des moteurs de propulsion

excède 4,5 kW, sur un navire à moteur hors-bord à barre franche ou un véhicule nautique à moteur ;

- 3.6. Au moins un extincteur d'incendie portatif à poudre polyvalente ABC d'une capacité de 2 kg.

### Véhicules nautiques à moteur

Article 236-3.09 (Arrêté du 22/12/12)

1. Le chef de centre de sécurité compétent peut délivrer un permis de navigation en 4ème catégorie en navigation nationale limitée à 2 milles de la terre la plus proche. Le permis de navigation doit mentionner une navigation diurne.
2. Les véhicules nautiques doivent respecter les dispositions suivantes :
  - 2.1. Porter le marquage « CE » attestant de leur conformité à la directive UE 94/25/CE sur les bateaux de plaisance, amendée par la directive 2003/44/CE et être accompagnés d'une déclaration écrite de conformité ;
  - 2.2. Être pourvus d'un ou plusieurs compartiments étanches assurant une insubmersibilité permanente, compte tenu de leur charge maximale admissible, et ce durant au moins 24 heures ;
  - 2.3. Lorsque la propulsion s'effectue par hydrojet, l'aspiration de la turbine est équipée d'une grille de protection ; lorsque la propulsion s'effectue par une hélice, celle-ci est carénée de telle sorte qu'elle ne puisse entrer en contact avec une partie quelconque du corps humain ;
  - 2.4. Être équipé d'un dispositif de contrôle automatique de la propulsion en cas d'éjection du pilote. Dans le cas d'une propulsion par hydrojet, ce dispositif provoque soit l'arrêt de la propulsion, soit la mise en giration lente du véhicule. Dans le cas d'une propulsion par hélice, il arrête la rotation de l'hélice ;
  - 2.5. Le réservoir de combustible comporte un système de jauge visible du pilote en position de

conduite, ou bien une réserve permettant une autonomie minimum de 5 milles nautiques;

2.6. Les échappements sont équipés d'un système de réduction des bruits, de manière à ce qu'en navigation à vitesse maximale, le niveau sonore ne dépasse pas 80 dB, mesurés à une distance de 7,50 m ;

2.7. Le numéro d'immatriculation doit être apposé d'une manière visible sur la coque, les caractères de ce numéro doivent avoir une hauteur minimale de 30 millimètres ;

2.8. Comporter une consigne en français placée en permanence sous les yeux du pilote, et résumant les principaux conseils et recommandations de pilotage. Cette consigne est apposée par la personne responsable de la conformité du véhicule nautique à moteur, préalablement à sa mise en service ;

3. Les véhicules nautiques à moteur doivent embarquer le matériel d'armement et de sécurité suivant :

3.1. Un équipement de flottabilité individuel par personne embarquée (ou combinaison portée) ;

3.2. Un casque par personne embarquée ;

3.3. Un moyen de repérage lumineux ;

3.4. Un moyen de remonter à bord pour une personne tombée à l'eau ;

3.5. Un dispositif permettant le remorquage (point d'accrochage et bout) ;

3.6. Une VHF.

Dans certains dispositifs de surveillance de sauvetage des Embarcations semi-rigides (**Article 236-3.07** (Arrêté du 22/12/12)) viendront en renfort.

Référence :	FT 04 M 01	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	-----------	-------	---------------	---------------

# Communication gestuelle non verbale

## Indication

Pour communiquer entre sauveteurs sans matériel

## Justification

La communication gestuelle sont des signaux, standardisés qui facilitent la communication entre les sauveteurs et permettent d'échanger des informations simples plus rapidement que par radio. De plus, ils permettent depuis la plage de donner des ordres au sauveteur à l'eau qui n'est pas forcément équipé de matériel de communication.

## Matériel et moyens physiques

Les moyens physiques utilisés sont:  
Les signaux-bras qui sont aujourd'hui employés par de nombreuses fédérations nationales de sauvetage aquatique et sont reconnus par l'International Life Saving Fédération

## Signaux de la plage ou bord de bassin vers l'eau

Réalisation	Signification
Les deux bras levés, va-et-vient au-dessus de la tête	<b>Regardez-moi</b> Signal simple et voyant employé par le sauveteur pour attirer l'attention d'une embarcation ou d'un autre sauveteur
Un bras levé Verticalement au-dessus de la tête	<b>Rapprochez-vous du bord</b> Le sauveteur à l'eau doit se rapprocher du rivage ou du bord

	du bassin, où le sauveteur donnant le signal se situe
Les deux bras tendus horizontalement, sur les côtés	<b>Restez à cet endroit</b> Le sauveteur à l'eau vient chercher des points de repère afin de rester sur place, corrigeant sa dérive.
Un bras tendu verticalement, décrivant de légers mouvements de gauche à droite	<b>Veillez répéter</b> Le message n'a pas été bien compris, le sauveteur demande à ce que le signal précédent ou le message radio soit réitéré.
Un bras tendu verticalement réalisant des cercles, l'autre tendu horizontalement sur le côté puis indication aller vers	<b>Intervenez sur baigneur</b> Le sauveteur à l'eau doit réaliser une aide à baigneur dans la direction indiquée par le sauveteur donnant le signal
Les 2 bras tendus écartés du torse en direction du sol	<b>Recherche des objets immergés.</b> Le sauveteur à l'eau doit localiser un corps immergé et supposé proche de lui afin de l'extraire au besoin

Les 2 bras levés verticalement au dessus de la tête	<b>Allez plus loin.</b> Le sauveteur à l'eau doit s'éloigner du rivage ou du bord du bassin où se situe le sauveteur donnant le signal.
1 bras parallèle au sol et pointé dans la direction voulue	<b>Allez vers la gauche ou vers la droite.</b> Le sauveteur à l'eau doit se déplacer dans la direction indiquée.
1 bras élevé à la verticale au dessus de la tête puis ramené vers le bas toujours à la verticale	<b>Bien reçu</b> Le sauveteur a bien compris l'ordre ou l'information qui lui a été communiqué.
Les bras tendus de chaque côté du corps mouvements de va-et- vient vers le haut et vers le bas	<b>Récupérez ou ajustez les bouées.</b> Le sauveteur à l'eau doit extraire les bouées de l'eau ou les réceptionner correctement

### Signaux de l'eau vers la plage ou bord de bassin

Un bras levé et va-et- vient derrière la tête	<b>J'ai besoin d'assistance</b> Le sauveteur à l'eau a besoin de soutien (victime paniquée, multiples victimes, sauveteur lui-même en danger) ou annonce qu'il revient avec une
---	--

	victime nécessitant des soins.
Sur une embarcation un bras tendu sur le côté à l'horizontal avec des mouvements de va-et- vient vers le haut	<b>Je voudrais revenir au bord.</b> Le sauveteur sur une embarcation motorisée demande s'il peut revenir sans danger sur la rive ou le bord de plage
Les 2 bras levés verticalement au dessus de la tête.	<b>Urgence : faites évacuer l'eau.</b> Le sauveteur à l'eau a constaté un danger immédiat et non contrôlable. Les sauveteurs sur le rivage doivent immédiatement faire sortir tout usager de l'eau et tenter de localiser précisément le danger.
1 bras élevé à la verticale au- dessus de la tête puis ramené vers le bas toujours à la verticale.	<b>Bien reçu</b> Le sauveteur à l'eau a bien compris l'ordre qui a été communiqué et s'apprête à l'appliquer.
Les 2 bras levés formant une croix au dessus- de la tête	<b>Victime immergée introuvable.</b> 1 victime a disparu et est supposée immergé dans la zone du sauveteur réalisant le signal. Les sauveteurs sur le rivage ou le bord du bassin doivent constater sa position et faire accroître les moyens de recherche.

Toucher le milieu de la tête avec le bout des doigts d'une main	<b>Tout va bien.</b> Le sauveteur indique qu'il n'a pas besoin d'assistance pour cette intervention et ou que l'état de la victime est stable. Les autres sauveteurs doivent cependant continuer à surveiller l'action de secours si la situation se détériore.
---	--

Les 2 bras tendus horizontalement sur le côté	<b>Recherche terminée.</b> Le sauveteur à l'eau indique qu'il a terminé sa recherche de corps immergé. Ce message peut précéder un signal <b>tout va bien</b> mais ne doit pas être confondu avec le signal: <b>victime immergée introuvable.</b>
---	--

Référence :	FT 05 S 01	Ei/L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

## Sauvetage sans matériel

### Indication

Cette technique est préconisée pour assurer le sauvetage d'une victime proche du rivage.

### Justification

Le but de cette technique est de mettre en sécurité ou de sauver une victime sans matériel.

Elle permet une intervention rapide.

### Matériel

Aucun matériel.

### Réalisation

Le S.S.A. analyse rapidement la zone d'intervention.

- Aborde la victime,
- La rassure,
- La sécurise,
- La ramène jusqu'au rivage au rivage.

### Risques & contraintes

- Le sauveteur ne devra pas sur estimer ses capacités.
- Manque de temps pour analyser la situation.
- Une intervention sans matériel peut augmenter la difficulté de l'intervention.

### Évaluation

- Le S.S.A. analyse rapidement les dangers liés à la zone d'intervention.
- Le S.S.A. parle à la victime pour la rassurer.
- Le S.S.A. maintient les Voies aériennes de la victime hors de l'eau.

La victime est remorquée jusqu'au rivage.

Référence : FT 05 S 02

EI /L

Version :

1.1.1

Mise à jour :

décembre 2014

# Utilisation des palmes Sauvetage lors d'un sauvetage

---

## Indication

Cette technique est indiquée à chaque fois que le sauveteur doit effectuer un sauvetage à la nage.

---

## Justification

Celle-ci permet d'effectuer un sauvetage efficace et rapide en préservant l'intégrité du sauveteur.

La distance, la présence de vagues, les courants marins et certaines conditions météorologiques nécessitent l'utilisation de palmes.

---

## Réalisation

Le S.S.A. :

Prépare son équipement dès sa prise de service.

Analyse les conditions et la zone d'intervention pour adapter sa trajectoire.

Entre dans l'eau le plus rapidement possible palmes à la main ou serrer contre la poitrine jusqu'à une hauteur d'eau permettant le chaussage des palmes.

Chausse ses palmes dos à la vague.

Nage le plus rapidement possible et Utilise si nécessaire la technique du passage de vagues pour aborder la victime.

Garde un visuel sur la victime.

Rassure la victime.

La sécurise en lui préservant les voies aériennes.

La ramène jusqu'au rivage si possible.

## Technique du Passage de vagues :

Nage en direction de la vague.

Effectue un plongeon canard quelques mètres avant la lèvre ou l'écume.

Plonge en oblique et suffisamment profondément pour ne pas subir les turbulences de la vague.

Reprend la nage.

---

## Risques & contraintes

- Perte de palmes.
  - Impossibilité d'utiliser les palmes en raison d'une hauteur d'eau insuffisante.
  - Surestimer ses capacités
- 

## Évaluation

L'intervention de sauvetage sera efficace si :

- Le S.S.A. chausse ses palmes efficacement,
- Nage rapidement en gardant un visuel sur la victime,
- La victime est sécurisée, ses voies aériennes sont préservées.

Référence :	FT 05 S 03	EI L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	------	-----------	-------	---------------	---------------

# Utilisation de la bouée tube lors d'un sauvetage

## Indication

Pour assurer le sauvetage et/ou la mise en sécurité de toute personne en difficulté dans l'eau

## Justification

Le sauvetage avec bouée tube permet une approche sécurisée d'une victime dans l'eau. L'intérêt pour le sauveteur est de pouvoir maintenir la victime en surface, permettre la recherche de détresses vitales. Le sauvetage avec bouée tube permet de faciliter le remorquage de la victime.

## Matériel

La bouée tube :

Elle se compose d'une sangle reliée par une corde à une barre en mousse flottante. Un mousqueton et 2 anneaux placés aux extrémités du flotteur permettent de maintenir la bouée tube autour de la victime. Sa conception permet de l'adapter à différentes morphologies de victime.

Paire de palmes.

## Réalisation

### A/ Préparation du matériel

1. Préparation de la bouée tube en poste fixe et équipement du sauveteur

La bouée tube est posée au sol près du poste de surveillance, à côté des palmes qui sont posées en « v » inversé. La sangle de la bouée tube est posé au sommet du « v » inversé en ouverture du côté où on attrape ses palmes.

Le sauveteur attrape d'une main ses palmes et de l'autre la sangle au niveau du sommet du « v » inversé. Il tire la sangle vers lui pour engager le coude, l'épaule et la tête pour la disposer en bandoulière. Le sauveteur continue sa progression en laissant trainer sa bouée tube.

2. Préparation de la bouée tube en poste mobile et équipement du sauveteur

En partant du flotteur, tendre la corde contre la bouée tube jusqu'à minimum 2/3 de sa longueur. Enrouler le surplus de corde autour du pain de mousse en prenant soin de coincer la première partie de la corde. Une fois la corde roulée jusqu'à la sangle, faire une boucle plate avec la sangle et la glisser sous les tours de cordage de façon à garder la partie de la sangle à tirer la plus longue possible. Vérifier que le pli de la sangle reste bien à plat. Cette préparation permet de transporter la bouée tube en bandoulière pour avoir les mains libres.

Le sauveteur tient d'une main ses palmes et de l'autre sa bouée tube. Il tient la sangle et projette la bouée au sol pour dérouler la corde. Il engage le coude, l'épaule et la tête pour la disposer en bandoulière. Le sauveteur continue sa progression en laissant trainer sa bouée tube.

### B/ Sauvetage d'une victime consciente



Le sauvetage d'une victime consciente en bouée tube se réalise en plusieurs étapes :

1. Repérer la victime
2. Nage d'approche : Enfiler les palmes et nager sans se préoccuper de la bouée qui flotte derrière. Reprendre en main la bouée avant d'entrer dans le périmètre immédiat de la victime.
3. Bras tendu, diriger la bouée tube dans le sens de sa longueur vers la victime, pour garder la une distance de sécurité. La victime s'agrippe directement à la bouée, plutôt qu'au sauveteur.
4. Rassurer et questionner la victime. Faire le tour de celle-ci du côté des anneaux pour se positionner dans son dos.
5. Vérifier que la bouée est bien centrée et calée sous les aisselles de la victime. Les bras de la victime étant occupés, celle-ci ne peut plus saisir le sauveteur.

Attraper la bouée tube par les sangles aux extrémités du flotteur, resserrer les extrémités dans le dos de la victime, clipser l'anneau sur le clapet du mousqueton. En fonction de la corpulence de la victime, le mousqueton pourra s'attacher au premier ou au deuxième anneau. Si la victime est trop corpulente pour l'accrochage du mousqueton, accrocher la corde avec le mousqueton et tirer la corde pour resserrer la bouée tube.

6. Remorquer la victime : Si elle est calme, saisir la bouée par les sangles aux extrémités du flotteur, la coller à soi et palmer sur le côté pour ne pas blesser la victime avec les palmes.

Si la victime est agitée, lâcher la bouée tube et tracter la victime vers la direction

souhaitée grâce à la sangle et la corde tendue.

Si le sauveteur se trouve dans une zone dangereuse, lâcher la bouée tube et tracter la victime vers une zone moins dangereuse grâce à la sangle et la corde tendu. Le sauveteur sera plus fort pour se déplacer, car il pourra utiliser ses 2 jambes et ses 2 bras. Le sauveteur peut ensuite reprendre une technique de remorquage mains sur les sangles.

### **C/Sauvetage d'une victime inconsciente**

Le sauvetage d'une victime inconsciente en bouée tube se réalise en plusieurs étapes :

1. Repérer la victime
2. Nage d'approche : Enfiler les palmes et nager sans se préoccuper de la bouée qui flotte derrière
3. Saisir la victime et la maintenir en surface en libérant ses voies aériennes sur son épaule avec une main.
4. Réaliser un bilan vital
5. Attraper la corde de la bouée tube avec l'autre main et tirer vers soi et hors de l'eau la corde pour ramener le flotteur près de soi. Attraper le flotteur au milieu et le positionner sur la poitrine de la victime et sous ses aisselles. Clipser la victime en gardant ses voies aériennes toujours dégagées. Commencer à palmer pendant le clipsage pour gagner du temps dans la progression avec la victime.
6. Remorquer la victime : Garder sa tête basculée coincée entre sa joue et son épaule. Tenir en supination l'anneau et le mousqueton, avec la main du côté où le calage de tête est effectué. Utiliser l'autre main pour le

déplacement en traction. Le sauveteur remorque en se positionnant sur son côté du bras tracteur. Si le sauveteur se trouve dans une zone dangereuse, lâcher la bouée tube et tracter la victime vers une zone moins dangereuse grâce à la sangle et la corde tendu. Le sauveteur sera plus fort pour se déplacer, car il pourra utiliser ses 2 jambes et ses 2 bras. Le sauveteur peut ensuite reprendre une technique de remorquage mains sur les sangles.

### **F/ Cas particulier**

Lors d'un retour vers le rivage dans les vagues, le sauveteur a pour objectif que la victime n'inhale pas d'eau. S'il se trouve dans une zone ou une vague risque de submerger la victime, le sauveteur doit tenir la victime par le dos, passer ses bras sous ses aisselles. Une main va maintenir la bouée tube au milieu du flotteur et plaquée contre la poitrine. L'autre main ferme la bouche et pince le nez de la victime. Si la victime est consciente, la prévenir de cette action et

lui demander d'inspirer avant la manœuvre. Le sauveteur se retourne dos à la vague pour protéger la victime et lui-même. Si la vague les emporte au fond, cette technique permettra de remonter en surface rapidement.

En fonction de l'état du plan d'eau, le sauveteur peut soit rentrer vers le rivage, soit remorquer la victime vers le large pour se retrouver dans une zone moins dangereuse. Il pourra attendre un moyen de récupération (hélicoptère, embarcation pneumatique...)

---

### **Risques & contraintes**

Le sauveteur ne devra pas sur estimer ses capacités.

---

### **Évaluation**

L'intervention sera efficace si :

- Le S.S.A. analyse rapidement les dangers liés à la zone d'intervention.
- Le S.S.A. prend en charge la victime.
- Le S.S.A. maintient les Voies aériennes de la victime hors de l'eau.
- La victime est remorquée jusqu'au rivage.

Référence :	FT 05 S 04	L	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	---	-----------	-------	---------------	---------------

## Utilisation de la bouée tube et du Filin lors d'un sauvetage

### Indication

Cette technique est indiquée à chaque fois que le sauveteur doit effectuer un sauvetage à la nage et que le retour est facilité par une aide cordonnée depuis le rivage.

### Justification

Celle-ci se réalise en équipe pour un sauvetage efficace et rapide en préservant l'intégrité de la victime et des sauveteurs.

### Matériel

Palmes

Bouée tube

Filin (corde flottante d'un diamètre supérieur ou égal à 6 mm sur bobine dévidoir terminé par une boucle)

La longueur minimum doit être adaptée à la zone de surveillance

Elle peut être équipée d'une poignée de maintien.

### Réalisation

**Nageur de pointe avec Bouée tube.**

Voir fiche

**Le Chef Filin :**

Analyse l'état de la mer, la zone d'intervention,

Coordonne l'action de sauvetage,

Donne des ordres forts, clairs et précis

Se munit du filin, Se positionne judicieusement au point d'entrée dans l'eau du Nageur de filin,

Contrôle et régule le défilement de la bobine,

Se déplace pour réduire la boucle créée par le courant,

Effectue au signal de prise en charge de la victime par le nageur de filin, des tractions sur la corde,

Gère et coordonne la sortie de l'eau de la victime.

**Traction du filin :**

Pas de notion de rapidité,

Tirer entre 2 vagues,

Cesser la traction quand la victime et le sauveteur sont au pic de la vague.

**Le Nageur de Filin :**

S'équipe de la boucle du filin,

Pénètre dans l'eau au point d'entrée désigné par le chef de filin,

Nage le plus rapidement possible jusqu'à la victime,

Prends-en charge et saisit la victime,

Signale au chef filin qu'il est prêt pour être ramené,

Protège les voies aériennes de la victime,

Aide à la sortie de l'eau de la victime

**Tireurs de filin « optionnel »:**

Se positionnent aux ordres du chef filin pour faciliter le défilement du filin,

Tractionnent sur ordres du chef filin,

Aident à la sortie de l'eau si nécessaire.

### Risques & contraintes

La configuration de la plage peut entraver la manœuvre.

En fonction des conditions de la mer ou de réalisation du sauvetage, la longueur utile du filin peut être dépassée.

### Évaluation

L'intervention sera efficace si :

Le nageur de pointe

Voir fiche bouée tube

Le chef filin :

Se positionne correctement,

Donne des ordres forts, clairs et précis

Régule le déroulement du filin,

Assure une permanence visuelle du nageur de filin et de la victime,

Coordonne le retour de la victime au signal du nageur filin.

Le nageur de filin :

S'équipe correctement avec la boucle,  
Nage le plus rapidement possible en gardant un visuel sur la victime,

Signale la prise en charge de la victime,

Préserve les V.A. de la victime,

Contact permanent avec la victime.

Les tireurs filins :

Respectent les ordres reçus.

Référence : FT 05 S 05	L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
------------------------	---	-----------------	-----------------------------

## Utilisation d'une planche lors d'un sauvetage

### Indication

Le sauvetage en planche est indiqué pour intervenir rapidement auprès d'une victime.

### Justification

Le sauvetage avec la planche permet un déplacement rapide, une approche sécurisée et de porter assistance à une ou plusieurs victimes.

La planche facilite la réalisation d'un bilan vital. L'intérêt pour le sauveteur est de pouvoir charger et de ramener rapidement une ou plusieurs victimes vers une zone sécurisée.

Elle permet de réaliser des sauvetages éloignés du bord.

### Matériel

La planche composée d'un flotteur équipé d'un aileron de sécurité et des dragonnes sur ses deux côtés.

### Réalisation

#### A/ Préparation de la planche

Lors de la mise en place du matériel, installer la planche nez vers le plan d'eau, soit à plat, soit sur un support prévu à cet effet, rapidement accessible pour un sauveteur. Positionnez la planche en tenant compte de la direction du vent (nez vers le vent). Les planches fixées sur un véhicule en plage seront fixés de préférence avec un système de décrochage rapide pour un gain de rapidité.

#### B/ Transport de la planche hors d'intervention

Seul : Hors de l'eau, transporter la planche sans la trainer en appui sur la hanche. Attention à la dérive quand on évolue au milieu du public et attention au vent latéral.

A deux : Un sauveteur tient la planche par les poignées avant et un autre par les poignées arrière. Attention au vent et à la dérive quand on évolue au milieu du public

#### C/ Mise à l'eau de la planche

La mise à l'eau de la planche se fait en deux étapes : phase sur la plage, phase de mise à l'eau.

Phase sur la plage : Le sauveteur peut porter ou trainer sa planche. La technique du porté est la plus courante.

Départ en portant sa planche à plat contre la hanche : une main tient la planche ; la seconde sert à s'équilibrer pendant la course. Le ventre de la planche est posé contre les hanches du sauveteur.

Départ en posant sa planche à l'horizontale sur la hanche : Une main tient la planche du côté opposé, les doigts posés en dessous, ou dans le trou sur le côté de la planche.

Départ en trainant la planche : Le sauveteur se trouve sur le côté avant de la planche. Il tient la poignée avant du côté où il se trouve. La dérive sera ainsi orientée vers l'intérieur et ne risquera pas d'accrocher un usager lors de la progression. Trainer la planche en courant vers l'eau. Attention cette technique abime le rail à l'arrière de la planche.

**Phase d'entrée dans l'eau** : Il existe 2 cas de figure : entrée en eau directement

profonde ou sur banc de sable à faible profondeur

### **Eau directement profonde :**

Technique du porter/Sauter sur la planche : il faut assez de profondeur. Le sauveteur doit transférer sa vitesse de course à sa planche. Pour cela, l'impulsion du saut se fait avant de poser la planche sur l'eau. Les pieds doivent être hors de l'eau quand la planche touche l'eau.

Technique du trainer/Sauter sur la planche : jeter sa planche vers l'avant. Prendre appui avec ses mains sur le dessus des rails au centre de la planche. Pousser la planche et sauter à genoux ou allongé en regardant la planche.

### **Banc de sable à faible profondeur**

Porter ou trainer sa planche tant que les pieds sortent de l'eau pendant la course. Enchaîner ensuite avec la technique du saut de kangourou.

Technique du saut de kangourou : les mains sont sur les rails de la planche en position décalée. La main proche du corps est plus en avant pour améliorer l'équilibre. Les bras sont tendus, et les épaules à l'aplomb de la planche pour un meilleur appui. Appuyer sur la planche et sortir simultanément les jambes de l'eau en poussant la planche vers l'avant. Les jambes doivent être entièrement hors de l'eau pour permettre à la planche de glisser. Il faut enchaîner les sauts tant qu'il est possible de sortir les pieds de l'eau, puis sauter à genoux ou allongé en regardant la planche.

**Cas particuliers** : Dans les vagues, il faut monter sur la planche avant ou après une vague.

### **D/ Technique de Rame**

Il existe 2 positions de rame. À genoux et allongé. Dans les 2 cas, la planche doit être le plus à plat possible durant le déplacement.

**La rame à genoux** : L'avantage de cette position est la rapidité et une meilleure

vision de la victime. La difficulté est l'équilibre du sauveteur

Position du corps en eau calme : il faut lever le bassin le plus haut possible. Les pieds sont fléchis, les orteils sur la planche. L'alignement tête-épaule-bassin doit être parallèle à la planche, et ne doit pas dépasser l'horizontale.

Position du corps en eau agitée : il faut garder la poitrine collée sur les cuisses afin de maintenir son centre de gravité le plus bas possible. Les pieds sont en extension.

Le mouvement se décompose en 4 étapes :

1. Prise d'appui : l'angle des membres supérieurs et de la poitrine ne doit pas varier. Il faut commencer à tirer qu'une fois la profondeur maximale atteinte. Les bras doivent être tendus en avant au maximum. Pensez à fléchir le poignet pour prendre appui, le regard tourné au-dessus du nez de la planche.
2. Traction, envoyez les mains le plus profondément possible. Pendant cette phase, le menton doit coller la planche, et les biceps les rails.
3. Poussée s'arrête au milieu du tibia. Il ne faut pas casser le poignet sous l'eau pour garder une vitesse constante.
4. Retour aérien s'effectue en montant les coudes pour sortir les mains de l'eau. Puis, rentrer les mains vers l'intérieur de la planche, les coudes vers l'extérieur. Les mains doivent longer le rail de la planche. Il est important de relâcher ses muscles pendant cette phase aérienne.

Pour orienter et diriger sa planche à genoux :

Ramer en profondeur du côté opposé à la direction souhaitée. Ramer en surface de

l'eau du côté où l'on tourne. Il faut également penser à orienter ses épaules vers la direction souhaitée.

Il existe deux techniques pour se repositionner sur la planche :

1. sans ramer : le sauveteur prend appui simultanément sur ses 2 mains pour décaler ses genoux en même temps vers l'avant ou l'arrière
2. en ramant en simultané: après chaque poussée de bras, le sauveteur avance un genou après l'autre pendant la phase aérienne ou effectue des petits sauts par extension des membres inférieurs.

**La rame allongée** : L'avantage de cette position est la stabilité. L'inconvénient est une moins bonne vision de la victime que sur une technique à genou.

Position du corps en eaux calmes : allongé, les épaules doivent être décollées de la planche, afin d'éviter de créer un mouvement de roulis à la planche

Position du corps dans les vagues : face à l'ondulation, augmenter la cambrure du dos pour relever les épaules afin d'éviter que le nez de la planche ne percute la vague.

En position allongée, il s'agit d'effectuer un mouvement de crawl avec les bras. Contrairement à la position à genoux, les bras doivent sortir plus tôt de l'eau. Les jambes, hors de l'eau, effectuent des mouvements circulaires. Pour garder l'équilibre, il faut tendre la jambe opposée au bras tracteur. L'angle du tibia et de l'eau doit être inférieur à 60°.

Pour orienter et diriger sa planche en position allongée :

Ramer en crawl en orientant les épaules vers la direction souhaitée. Mettre la jambe à l'eau du côté où l'on souhaite tourner. Plus la jambe sera loin de la planche, plus la planche tournera.

## **E/ Franchissement de vagues**

Il existe différentes techniques de déplacement adapté à la taille et à la phase des vagues. Passage du break (la mousse) Observer le plan d'eau pour reconnaître et utiliser éventuellement un courant pour remonter derrière le break.

En ramant à genoux : Il est conseillé de positionner ses genoux 10 à 15 cm en arrière par rapport à la position habituelle sur eaux calmes. Il est important d'ajuster son timing. Accélérer la vitesse de la planche avant le passage de la mousse. Arrêter de ramer 1m avant l'écume. S'asseoir sur ses talons, et éventuellement basculer ses épaules en arrière pour lever l'avant de la planche. Reprendre la rame juste après le passage de la mousse au niveau du sauveteur en relevant le bassin.

En ramant allongé : la technique est plus difficile qu'à genoux, mais les principes restent similaires : position de rame plus en arrière sur la planche, accélérer avant la mousse, arrêter de ramer 1m avant l'écume, lever tête et épaules pour relever l'avant de la planche et reprendre la rame au passage de la mousse au niveau des épaules du sauveteur.

En position assise : quand la mousse est plus importante. Il faut accélérer avant la mousse, arrêter de ramer 1 m avant l'écume, s'asseoir à l'arrière des 2 poignées arrières, et les tirer pour relever l'avant de la planche. Au contact de la mousse, tirer vers le bas les 2 poignées arrière pour propulser la poitrine vers l'avant et se repositionner sur la planche.

Autre position assise : quand la mousse est plus importante. Il faut accélérer avant la mousse, arrêter de ramer 1 m avant l'écume, s'asseoir à l'arrière des 2 poignées arrières, et les tirer pour relever l'avant de la planche. Au contact de la mousse, basculer vers l'avant : une main saisit la poignée avant et tire pour aider le corps à se rallonger sur la planche. La seconde main pousse vers le bas la poignée arrière

opposée pour faciliter le geste. Plaquer la poitrine sur la planche à la fin du mouvement pour rabaisser le nez de la planche. Reprendre la rame en position allongée.

Retournement : quand la vague est trop grosse, le retournement est la seule technique. S'allonger sur la planche et saisir les 2 poignées avant. Basculer sur le côté pour retourner la planche. Sous l'eau, garder le corps parallèle à la planche et tendre les bras pour projeter la planche vers l'avant et le bas. Après le passage de la vague, une des mains vient agripper une poignée arrière pour retourner la planche et remonter.

### **G/ Prise en charge d'une victime consciente**

L'intervention sur une victime consciente se fait en plusieurs étapes :

#### 1 Approche :

Ramer vers la victime en veillant à l'aborder sur un côté pour éviter de la percuter. Quand le nez de la planche arrive au niveau de la victime, le sauveteur adopte une position assise sur la planche pour arrêter sa progression. Avec un mouvement des jambes en rétropédalage, le sauveteur approche la planche de la victime pour lui tendre le flotteur, afin d'éviter un contact direct avec la victime qui recherche un appui. Si la victime est agitée, le sauveteur peut adopter une position allongée pour stabiliser sa planche.

#### 2.1 Récupération d'une victime consciente

Lors de la récupération de la victime, le sauveteur est en position assise. Demander à la victime ce qui lui est arrivé et tenir compte de sa réponse pour adapter le chargement. Demander à la victime de positionner les mains sur le milieu de la planche (entre les deux rails) sur la moitié arrière du deuxième tiers de la planche. Demander à la victime de prendre appui sur ses mains pour monter sa poitrine sur la planche (comme si elle voulait monter

sur un mur). Le sauveteur peut aider la victime en la soulevant sous ses bras. Si la victime n'a pas assez de force pour monter, passer au paragraphe suivant. Si la victime réussit à monter, le sauveteur se recule sur sa planche. Il demande à la victime de se positionner dans le sens de la planche tête vers l'avant et de basculer une jambe de l'autre côté, pour la mettre en position de rame à deux. Le sauveteur vérifie alors que la victime soit convenablement positionnée derrière la ligne repère, pour que la planche reste bien à plat quand le sauveteur sera allongé. Le sauveteur peut orienter la planche vers la plage grâce à un mouvement de rétropédalage.

#### 2.2 Instruction pour la récupération d'une victime trop faible pour monter d'elle-même sur la planche :

Le sauveteur veillera à expliquer les différentes phases à la victime :

- a) Préparation à la rotation : Après avoir tenté la technique précédente, demander à la victime de s'appuyer sur le côté de la planche avec ses 2 mains. Le sauveteur lui attrape le poignet le plus à l'arrière de la planche. Le sauveteur met ses jambes à l'eau du côté opposé tout en gardant sa poitrine sur la planche. Avec sa main libre, le sauveteur agrippe les sangles de la planche du côté victime.
- b) Rotation : Le sauveteur peut alors débiter un mouvement de rotation de la planche vers lui. Le sauveteur lance ses jambes sous la planche et vers le fond et tire sur la sangle de la planche. La victime doit se retrouver bras perpendiculaires à la planche qui est retournée. Renouveler la rotation pour que la victime se trouve en position



poitrine sur la planche jambes à l'eau.

- c) Chargement du bassin et mise en position de rame à 2 de la victime : Le sauveteur maintient le bas du dos de la victime contre la planche avec sa main la plus à l'avant et monte sa poitrine sur la planche le plus à l'arrière possible. Il demande à sa victime d'orienter ses épaules vers l'avant. Le sauveteur positionne alors son bras arrière sous la jambe de la victime la plus proche de la planche, de manière à avoir le dessus du genou de la victime dans le creux de son coude. Le coude doit être en appui sur la planche et sa main avant vient agripper la hanche opposée de la victime sans prendre appui sur celle-ci. Le sauveteur se remet à l'eau en tirant la hanche de la victime et en soulevant la jambe avec son bras arrière. Tirer jusqu'à ce que le bassin soit centré latéralement. Vérifier la stabilité de la victime. Corriger la position du bassin si nécessaire
- d) Remonter sur la planche : Passer sous la jambe de la victime et ressortir de l'eau entre la planche et la jambe de la victime. Prendre appui sur la planche et remonter en s'assurant que la planche reste à plat.

### **H/ Faire le Bilan des fonctions vitales d'une victime inconsciente**

Lors d'une intervention sur une victime inconsciente, si le sauveteur estime que l'intervention durera plus de 5 minutes, le sauveteur peut utiliser sa planche en point

d'appui pour maintenir hors de l'eau les voies aériennes de la victime, faire un bilan des fonctions vitales et pratiquer 5 insufflations si elle ne ventile pas.

- a) Approche : L'approche de la victime se fait par le côté. Le sauveteur saisit la victime, ce qui stoppe la progression de la planche. Le sauveteur doit positionner la victime bras vers l'avant de la planche et la tenir par le poignet le plus proche. Le sens de la victime est important, car il conditionne la position de la victime pour le chargement. Le sauveteur positionne le poignet de la victime sous le rail de la planche au niveau du 2<sup>e</sup> tiers de la planche, pour régler la future position de la victime sur la planche.
- b) Mise en position : Le sauveteur attrape les sangles de la planche avec l'autre main et effectue une rotation de la planche en roulant vers l'eau du côté opposé à la victime. Le sauveteur se retrouve dans l'eau de l'autre côté de la planche, planche retournée. La victime à son bras sur le dessous de la planche. Le sauveteur remonte sa poitrine sur la planche jusqu'à ce que ses aisselles soient au-dessus du rail du côté victime. Le sauveteur est à l'arrière du bras de la victime. Avec son aisselle avant, le sauveteur maintient le bras de la victime. Sa main saisit le bras opposé de la victime entre le coude et l'épaule. La victime doit avoir les épaules perpendiculaires à la planche et se retrouver en position verticale. Le bras avant du

sauveteur sert au maintien en surface de la victime. La main arrière du sauveteur bascule prudemment en arrière la tête de la victime.

- c) Le sauveteur fait bilan vital. En absence de respiration, le sauveteur effectue 5 insufflations.
- d) Le sauveteur charge la victime sur la planche (**paragraphe I**) et ramène la victime sur la plage pour continuer les manœuvres de secours. Les gestes de secours se limitent aux insufflations. La priorité reste au sauvetage de la victime et son retour au bord. Cette manœuvre doit être rapide pour ne pas retarder le sauvetage.

### I / Chargement d'une victime inconsciente

Cette technique s'exécute après la réalisation du bilan vital (**paragraphe H**)

- a) Approche : L'approche de la victime se fait par le côté. Le sauveteur saisit la victime, ce qui stoppe la progression de la planche. Le sauveteur doit positionner la victime bras vers l'avant de la planche et la tenir par le poignet le plus proche. Le sens de la victime est important, car il conditionne la position de la victime pour le chargement. Le sauveteur positionne le poignet de la victime sous le rail de la planche au niveau du 2<sup>e</sup> tiers de la planche, pour régler la future position de la victime sur la planche.
- b) Préparation au chargement : Le sauveteur attrape les sangles de la planche avec l'autre main et effectue une rotation de la planche

en roulant vers l'eau du côté opposé à la victime. Le sauveteur se retrouve dans l'eau de l'autre côté de la planche, planche retournée. La victime à son bras sur le dessous de la planche. Le sauveteur remonte sa poitrine sur la planche jusqu'à ce que ses aisselles soient au-dessus du rail opposé de la planche. Le sauveteur est à l'arrière du bras de la victime qu'il maintient avec sa main avant. Avec sa main arrière, il tire le bassin de la victime vers le haut pour l'allonger horizontalement puis attrape la sangle de la planche sous lui.

- c) Rotation : Le sauveteur peut alors débiter un mouvement de rotation de la planche vers lui. Le sauveteur lance ses jambes sous la planche et vers le fond et tire sur la sangle de la planche en même temps. Cette rotation peut également se faire en positionnant un genou ou deux sous sa poitrine, proche du rail côté opposé de la victime.
- e) Finaliser la position : Après la rotation, la victime doit se retrouver sur la planche avec un angle d'environ 45°, la moitié de son bassin chargé. Avec sa main arrière, le sauveteur maintient la victime sur le bas du dos. Avec sa main avant, elle lâche le poignet pour attraper le coude et le pousser sur l'intérieur des rebords de la planche. Ce geste charge le haut du corps de la victime. Le sauveteur inverse ses mains sur le bas du dos de la victime et monte le plus à l'arrière possible. Le sauveteur

positionne alors son bras arrière sous la jambe de la victime la plus proche de la planche, de manière à avoir le dessus du genou de la victime dans le creux de son coude. Le coude doit être en appui sur la planche et sa main avant vient agripper la hanche opposée de la victime sans prendre appui sur celle-ci. Le sauveteur se remet à l'eau en tirant la hanche de la victime et en soulevant la jambe avec son bras arrière. Tirer jusqu'à ce que le bassin soit centré latéralement. Vérifier la stabilité de la victime. Corriger la position du bassin si nécessaire

- f) Remonter sur la planche : Passer sous la jambe de la victime et ressortir de l'eau entre la planche et la jambe de la victime. Prendre appui sur la planche et remonter en s'assurant que la planche reste à plat.

### **J/ Ramer avec une victime**

La position de la victime est sur le ventre, tête vers l'avant de la planche, jambes écartées. Le sauveteur se situe à l'arrière de la planche afin de garder un contact visuel de la victime et mieux diriger sa planche. Il existe deux positions du sauveteur :

- 1- Allongé entre les jambes de la victime. Le haut de sa poitrine posé sur les fesses de la victime afin de fixer son bassin sur la planche et de dégager l'axe de rotation de ses épaules pour ramer. Le nombril du sauveteur reste en contact avec la planche pour une meilleure stabilité. Les jambes de la victime

peuvent trainer dans l'eau. Le bassin de la victime doit être centré pour l'équilibre latéral de la planche. L'avantage de cette technique est la stabilité.

- 2- À genoux entre les jambes de la victime. Les pieds du sauveteur sont en extension, le bassin en position haute ou fesses collées au talon selon la stabilité du plan d'eau. Le sauveteur utilisera plutôt une propulsion bras en simultané.

**En eau calme** : Positionner l'ensemble « victime-sauveteur » de façon à garder la planche à plat.

**Dans les vagues** : Lors du retour, observer le plan d'eau et choisir de rentrer en plage soit entre deux séries de vagues (car plus calme) soit choisir une zone où l'amplitude des vagues est moins élevée. Attention de synchroniser sa sortie entre deux vagues en cas de shore break. Positionner l'ensemble « victime-sauveteur » plus à l'arrière de façon à ne pas enfourner le nez de la planche lors de la prise de vague. Il est préférable d'avoir une position trop à l'arrière, que trop en avant lors du retour dans les vagues. Éviter un retour dans une zone de bain pour la sécurité des autres usagers.

**Prendre une vague** : ramer le plus vite possible perpendiculairement à la vague jusqu'à ce que la planche s'engage dans la pente. Une fois engagé, prendre appui sur les côtés de la planche pour se projeter en position allongée le plus à l'arrière possible et guider la planche en tenant les poignées arrière pour garder une trajectoire perpendiculaire à la vague.

### **NB :**

**Dans des conditions de vagues, veiller à garder la planche perpendiculaire à la houle lors de la récupération de la victime.**

---

## Risques & contraintes

Le sauveteur ne devra pas sur estimer ses capacités.

Il devra avoir une maitrise parfaite des techniques de rame

---

## Évaluation

L'intervention sera efficace si :

- Le S.S.A. prend en charge la victime.
- Le S.S.A. maintient les Voies aériennes de la victime hors de l'eau.
- La victime est ramenée jusqu'au rivage.

Référence : FT 05 S 06	EI	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
------------------------	----	-----------------	-----------------------------

## Utilisation d'une planche lors d'un sauvetage

### Indication

Le sauvetage en planche est indiqué pour intervenir rapidement auprès d'une victime.

### Justification

Le sauvetage avec la planche permet un déplacement rapide, une approche sécurisée et de porter assistance à une ou plusieurs victimes.

La planche facilite la réalisation d'un bilan vital. L'intérêt pour le sauveteur est de pouvoir charger et de ramener rapidement une ou plusieurs victimes vers une zone sécurisée.

Elle permet de réaliser des sauvetages éloignés du bord.

### Matériel

La planche composée d'un flotteur équipé d'un aileron de sécurité et des dragonnes sur ses deux côtés.

### Réalisation

#### A/ Préparation de la planche

Lors de la mise en place du matériel, installer la planche nez vers le plan d'eau, soit à plat, soit sur un support prévu à cet effet, rapidement accessible pour un sauveteur. Positionnez la planche en tenant compte de la direction du vent (nez vers le vent). Les planches fixées sur un véhicule en plage seront fixés de préférence avec un système de décrochage rapide pour un gain de rapidité.

#### B/ Transport de la planche hors d'intervention

Seul : Hors de l'eau, transporter la planche sans la trainer en appui sur la hanche. Attention à la dérive quand on évolue au milieu du public et attention au vent latéral.

A deux : Un sauveteur tient la planche par les poignées avant et un autre par les poignées arrière. Attention au vent et à la dérive quand on évolue au milieu du public

#### C/ Mise à l'eau de la planche

La mise à l'eau de la planche se fait en deux étapes : phase sur la plage, phase de mise à l'eau.

Phase sur la plage : Le sauveteur peut porter ou trainer sa planche. La technique du porté est la plus courante.

Départ en portant sa planche à plat contre la hanche : une main tient la planche ; la seconde sert à s'équilibrer pendant la course. Le ventre de la planche est posé contre les hanches du sauveteur.

Départ en posant sa planche à l'horizontale sur la hanche : Une main tient la planche du côté opposé, les doigts posés en dessous, ou dans le trou sur le côté de la planche.

Départ en trainant la planche : Le sauveteur se trouve sur le côté avant de la planche. Il tient la poignée avant du côté où il se trouve. La dérive sera ainsi orientée vers l'intérieur et ne risquera pas d'accrocher un usager lors de la progression. Trainer la planche en courant vers l'eau. Attention cette technique abime le rail à l'arrière de la planche.

**Phase d'entrée dans l'eau** : Il existe 2 cas de figure : entrée en eau directement profonde ou sur banc de sable à faible profondeur

**Eau directement profonde :**

Technique du porter/Sauter sur la planche : il faut assez de profondeur. Le sauveteur doit transférer sa vitesse de course à sa planche. Pour cela, l'impulsion du saut se fait avant de poser la planche sur l'eau. Les pieds doivent être hors de l'eau quand la planche touche l'eau.

Technique du trainer/Sauter sur la planche : jeter sa planche vers l'avant. Prendre appui avec ses mains sur le dessus des rails au centre de la planche. Pousser la planche et sauter à genoux ou allongé en regardant la planche.

**Banc de sable à faible profondeur**

Porter ou trainer sa planche tant que les pieds sortent de l'eau pendant la course. Enchaîner ensuite avec la technique du saut de kangourou.

Technique du saut de kangourou : les mains sont sur les rails de la planche en position décalée. La main proche du corps est plus en avant pour améliorer l'équilibre. Les bras sont tendus, et les épaules à l'aplomb de la planche pour un meilleur appui. Appuyer sur la planche et sortir simultanément les jambes de l'eau en poussant la planche vers l'avant. Les jambes doivent être entièrement hors de l'eau pour permettre à la planche de glisser. Il faut enchaîner les sauts tant qu'il est possible de sortir les pieds de l'eau, puis sauter à genoux ou allongé en regardant la planche.

**D/ Technique de Rame**

Il existe 2 positions de rame. À genoux et allongé. Dans les 2 cas, la planche doit être le plus à plat possible durant le déplacement.

**La rame à genoux :** L'avantage de cette position est la rapidité et une meilleure vision de la victime. La difficulté est l'équilibre du sauveteur

Position du corps en eau calme : il faut lever le bassin le plus haut possible. Les pieds sont fléchis, les orteils sur la planche. L'alignement tête-épaule-bassin doit être

parallèle à la planche, et ne doit pas dépasser l'horizontale.

Position du corps en eau agitée : il faut garder la poitrine collée sur les cuisses afin de maintenir son centre de gravité le plus bas possible. Les pieds sont en extension.

Le mouvement se décompose en 4 étapes :

5. Prise d'appui : l'angle des membres supérieurs et de la poitrine ne doit pas varier. Il faut commencer à tirer qu'une fois la profondeur maximale atteinte. Les bras doivent être tendus en avant au maximum. Pensez à fléchir le poignet pour prendre appui, le regard tourné au-dessus du nez de la planche.
6. Traction, envoyez les mains le plus profondément possible. Pendant cette phase, le menton doit coller la planche, et les biceps les rails.
7. Poussée s'arrête au milieu du tibia. Il ne faut pas casser le poignet sous l'eau pour garder une vitesse constante.
8. Retour aérien s'effectue en montant les coudes pour sortir les mains de l'eau. Puis, rentrer les mains vers l'intérieur de la planche, les coudes vers l'extérieur. Les mains doivent longer le rail de la planche. Il est important de relâcher ses muscles pendant cette phase aérienne.

Pour orienter et diriger sa planche à genoux :

Ramer en profondeur du côté opposé à la direction souhaitée. Ramer en surface de l'eau du côté où l'on tourne. Il faut également penser à orienter ses épaules vers la direction souhaitée.

Il existe deux techniques pour se repositionner sur la planche :

3. sans ramer : le sauveteur prend appui simultanément sur ses 2 mains pour décaler ses genoux en même temps vers l'avant ou l'arrière
4. en ramant en simultanée: après chaque poussée de bras, le sauveteur avance un genou après l'autre pendant la phase aérienne ou effectue des petits sauts par extension des membres inférieurs.

**La rame allongée** : L'avantage de cette position est la stabilité. L'inconvénient est une moins bonne vision de la victime que sur une technique à genou.

Position du corps en eaux calmes : allongé, les épaules doivent être décollées de la planche, afin d'éviter de créer un mouvement de roulis à la planche

Position du corps dans les vagues : face à l'ondulation, augmenter la cambrure du dos pour relever les épaules afin d'éviter que le nez de la planche ne percute la vague.

En position allongée, il s'agit d'effectuer un mouvement de crawl avec les bras. Contrairement à la position à genoux, les bras doivent sortir plus tôt de l'eau. Les jambes, hors de l'eau, effectuent des mouvements circulaires. Pour garder l'équilibre, il faut tendre la jambe opposée au bras tracteur. L'angle du tibia et de l'eau doit être inférieur à 60°.

Pour orienter et diriger sa planche en position allongé :

Ramer en, crawl en orientant les épaules vers la direction souhaitée. Mettre la jambe à l'eau du côté où l'on souhaite tourner. Plus la jambe sera loin de la planche, plus la planche tournera.

### **G/ Prise en charge d'une victime consciente**

L'intervention sur une victime consciente se fait en plusieurs étapes :

1 Approche :

Ramer vers la victime en veillant à l'aborder sur un côté pour éviter de la percuter. Quand le nez de la planche arrive au niveau de la victime, le sauveteur adopte une position assise sur la planche pour arrêter sa progression. Avec un mouvement des jambes en rétro-pédalage, le sauveteur approche la planche de la victime pour lui tendre le flotteur, afin d'éviter un contact direct avec la victime qui recherche un appui. Si la victime est agitée, le sauveteur peut adopter une position allongée pour stabiliser sa planche.

**2.1 Récupération d'une victime consciente**  
Lors de la récupération de la victime, le sauveteur est en position assise. Demander à la victime ce qui lui est arrivé et tenir compte de sa réponse pour adapter le chargement. Demander à la victime de positionner les mains sur le milieu de la planche (entre les deux rails) sur la moitié arrière du deuxième tiers de la planche. Demander à la victime de prendre appui sur ses mains pour monter sa poitrine sur la planche (comme si elle voulait monter sur un mur). Le sauveteur peut aider la victime en la soulevant sous ses bras. Si la victime n'a pas assez de force pour monter, passer au paragraphe suivant. Si la victime réussit à monter, le sauveteur se recule sur sa planche. Il demande à la victime de se positionner dans le sens de la planche tête vers l'avant et de basculer une jambe de l'autre côté, pour la mettre en position de rame à deux. Le sauveteur vérifie alors que la victime soit convenablement positionnée derrière la ligne repère, pour que la planche reste bien à plat quand le sauveteur sera allongé. Le sauveteur peut orienter la planche vers la plage grâce à un mouvement de rétro-pédalage.

**2.2 Instruction pour la récupération d'une victime trop faible pour monter d'elle-même sur la planche :**

Le sauveteur veillera à expliquer les différentes phases à la victime :

- g) Préparation à la rotation : Après avoir tenté la technique précédente, demander à la victime de s'appuyer sur le côté de la planche avec ses 2 mains. Le sauveteur lui attrape le poignet le plus à l'arrière de la planche. Le sauveteur met ses jambes à l'eau du côté opposé tout en gardant sa poitrine sur la planche. Avec sa main libre, le sauveteur agrippe les sangles de la planche du côté victime.
- h) Rotation : Le sauveteur peut alors débiter un mouvement de rotation de la planche vers lui. Le sauveteur lance ses jambes sous la planche et vers le fond et tire sur la sangle de la planche. La victime doit se retrouver bras perpendiculaires à la planche qui est retournée. Renouveler la rotation pour que la victime se trouve en position poitrine sur la planche jambes à l'eau.
- i) Chargement du bassin et mise en position de rame à 2 de la victime : Le sauveteur maintient le bas du dos de la victime contre la planche avec sa main la plus à l'avant et monte sa poitrine sur la planche le plus à l'arrière possible. Il demande à sa victime d'orienter ses épaules vers l'avant. Le sauveteur positionne alors son bras arrière sous la jambe de la victime la plus proche de la planche, de manière à avoir le dessus du genou de la victime dans le creux de son coude. Le coude doit être en appui sur la planche et sa main avant vient agripper la hanche opposée de la

victime sans prendre appui sur celle-ci. Le sauveteur se remet à l'eau en tirant la hanche de la victime et en soulevant la jambe avec son bras arrière. Tirer jusqu'à ce que le bassin soit centré latéralement. Vérifier la stabilité de la victime. Corriger la position du bassin si nécessaire

- j) remonter sur la planche : Passer sous la jambe de la victime et ressortir de l'eau entre la planche et la jambe de la victime. Prendre appui sur la planche et remonter en s'assurant que la planche reste à plat.

#### **H/Faire le Bilan des fonctions vitales d'une victime inconsciente**

Lors d'une intervention sur une victime inconsciente, si le sauveteur estime que l'intervention durera plus de 5 minutes, le sauveteur peut utiliser sa planche en point d'appui pour maintenir hors de l'eau les voies aériennes de la victime, faire un bilan des fonctions vitales et pratiquer 5 insufflations si elle ne ventile pas.

- e) Approche : L'approche de la victime se fait par le côté. Le sauveteur saisit la victime, ce qui stoppe la progression de la planche. Le sauveteur doit positionner la victime bras vers l'avant de la planche et la tenir par le poignet le plus proche. Le sens de la victime est important, car il conditionne la position de la victime pour le chargement. Le sauveteur positionne le poignet de la victime sous le rail de la planche au niveau du 2<sup>e</sup> tiers de la planche, pour régler la future position de la victime sur la planche.



- f) Mise en position : Le sauveteur attrape les sangles de la planche avec l'autre main et effectue une rotation de la planche en roulant vers l'eau du côté opposé à la victime. Le sauveteur se retrouve dans l'eau de l'autre côté de la planche, planche retournée. La victime à son bras sur le dessous de la planche. Le sauveteur remonte sa poitrine sur la planche jusqu'à ce que ses aisselles soient au-dessus du rail du côté victime. Le sauveteur est à l'arrière du bras de la victime. Avec son aisselle avant, le sauveteur maintient le bras de la victime. Sa main saisit le bras opposé de la victime entre le coude et l'épaule. La victime doit avoir les épaules perpendiculaires à la planche et se retrouver en position verticale. Le bras avant du sauveteur sert au maintien en surface de la victime. La main arrière du sauveteur bascule prudemment en arrière la tête de la victime.
- g) Le sauveteur fait bilan vital. En absence de respiration, le sauveteur effectue 5 insufflations.
- h) Le sauveteur charge la victime sur la planche (**paragraphe I**) et ramène la victime sur la plage pour continuer les manœuvres de secours. Les gestes de secours se limitent aux insufflations la priorité reste au sauvetage de la victime et son retour au bord. Cette manœuvre doit être rapide pour ne pas retarder le sauvetage.

### **I/Chargement d'une victime inconsciente**

Cette technique s'exécute après la réalisation du bilan vital (**paragraphe H**)

- d) Approche : L'approche de la victime se fait par le côté. Le sauveteur saisit la victime, ce qui stoppe la progression de la planche. Le sauveteur doit positionner la victime bras vers l'avant de la planche et la tenir par le poignet le plus proche. Le sens de la victime est important, car il conditionne la position de la victime pour le chargement. Le sauveteur positionne le poignet de la victime sous le rail de la planche au niveau du 2<sup>e</sup> tiers de la planche, pour régler la future position de la victime sur la planche.
- e) Préparation au chargement : Le sauveteur attrape les sangles de la planche avec l'autre main et effectue une rotation de la planche en roulant vers l'eau du côté opposé à la victime. Le sauveteur se retrouve dans l'eau de l'autre côté de la planche, planche retournée. La victime à son bras sur le dessous de la planche. Le sauveteur remonte sa poitrine sur la planche jusqu'à ce que ses aisselles soient au-dessus du rail opposé de la planche. Le sauveteur est à l'arrière du bras de la victime qu'il maintient avec sa main avant. Avec sa main arrière, il tire le bassin de la victime vers le haut pour l'allonger horizontalement puis attrape la sangle de la planche sous lui.
- f) Rotation : Le sauveteur peut alors débiter un mouvement de rotation de la planche vers lui. Le sauveteur lance ses jambes sous la planche et

vers le fond et tire sur la sangle de la planche en même temps. Cette rotation peut également se faire en positionnant un genou ou deux sous sa poitrine, proche du rail côté opposé de la victime.

- k) Finaliser la position : après la rotation, la victime doit se retrouver sur la planche avec un angle d'environ 45°, la moitié de son bassin chargé. Avec sa main arrière, le sauveteur maintient la victime sur le bas du dos. Avec sa main avant, elle lâche le poignet pour attraper le coude et le pousser sur l'intérieur des rebords de la planche. Ce geste charge le haut du corps de la victime. Le sauveteur inverse ses mains sur le bas du dos de la victime et monte le plus à l'arrière possible. Le sauveteur positionne alors son bras arrière sous la jambe de la victime la plus proche de la planche, de manière à avoir le dessus du genou de la victime dans le creux de son coude. Le coude doit être en appui sur la planche et sa main avant vient agripper la hanche opposée de la victime sans prendre appui sur celle-ci. Le sauveteur se remet à l'eau en tirant la hanche de la victime et en soulevant la jambe avec son bras arrière. Tirer jusqu'à ce que le bassin soit centré latéralement. Vérifier la stabilité de la victime. Corriger la position du bassin si nécessaire
- l) remonter sur la planche : Passer sous la jambe de la victime et ressortir de l'eau entre la planche et la jambe de la victime. Prendre

appui sur la planche et remonter en s'assurant que la planche reste à plat.

### **J/Ramer avec une victime**

La position de la victime est sur le ventre, tête vers l'avant de la planche, jambes écartées. Le sauveteur se situe à l'arrière de la planche afin de garder un contact visuel de la victime et mieux diriger sa planche. Il existe deux positions du sauveteur :

- 3- Allongé entre les jambes de la victime. Le haut de sa poitrine posé sur les fesses de la victime afin de fixer son bassin sur la planche et de dégager l'axe de rotation de ses épaules pour ramer. Le nombril du sauveteur reste en contact avec la planche pour une meilleure stabilité. Les jambes de la victime peuvent trainer dans l'eau. Le bassin de la victime doit être centré pour l'équilibre latéral de la planche. L'avantage de cette technique est la stabilité.
- 4- À genoux entre les jambes de la victime. Les pieds du sauveteur sont en extension, le bassin en position haute ou fesses collées au talon selon la stabilité du plan d'eau. Le sauveteur utilisera plutôt une propulsion bras en simultané.

Positionner l'ensemble « victime-sauveteur » de façon à garder la planche à plat.

### **Risques & contraintes**

Le sauveteur ne devra pas surestimer ses capacités.

Il devra avoir une maîtrise parfaite des techniques de rame

### **Évaluation**

L'intervention sera efficace si :

- Le S.S.A. prend en charge la victime.
- Le S.S.A. maintient les Voies Aériennes de la victime hors de l'eau.
- La victime est ramenée jusqu'au rivage.

Référence : FT 06 S 01	EI/L	Version : 1.1.1	Mise à jour : décembre 2014
------------------------	------	-----------------	-----------------------------

## Sortie de l'eau d'une victime

### Indication

Une fois la victime remorquée au bord du rivage, le sauveteur doit la sortir en toute sécurité de l'eau. Cette opération s'effectue seul ou à plusieurs.

### Justification

En fonction des conditions, le sauveteur utilise la technique de sortie d'eau adaptée (vague de bord, marche de bord, galet...). Celle-ci doit être la plus sécuritaire et la moins traumatisante possible pour la victime et lui-même. Si les conditions le permettent, ses équipiers viendront le suppléer.

### Matériel

Aucun matériel.

### Réalisation

#### Sortie à 1 sauveteur :

- Aide à la marche, cette technique est utilisée si la victime est capable de porter son propre poids et de se tenir debout sur ses deux jambes.
  - Aider la victime à se mettre debout ;
  - Passer le bras de la victime autour de son cou et le maintenir au niveau du poignet avec une main ;
  - Passer son avant-bras derrière le dos de la victime et la maintenir en passant la main sous l'aisselle ou au niveau du bassin.

- Traction sous les aisselles, cette technique permet de sortir la victime de l'eau lorsqu'elle n'est pas capable de tenir debout (ex. : inconscience).
  - Se placer derrière la victime et saisir ses poignets opposés en passant les avant-bras sous ses aisselles ;
  - Surélever la partie supérieure de son corps, ses pieds restant en contact avec le sol ;
  - Tirer la victime à reculons, en maintenant la victime contre soi.
- Traction par les poignets :
  - Saisir la victime par les poignets,
  - Tirer la victime sur le sol en veillant à préserver la tête.

#### Sortie à plusieurs sauveteurs :

- Aide à la marche à deux, la technique est la même que seul, mais dans ce cas, un autre sauveteur vient se placer de l'autre côté de la victime.
- Traction par les aisselles à deux:
  - La victime est face à la mer et chaque sauveteur passe un avant-bras sous les aisselles de celle-ci ;
  - Les SSA tirent la victime en avançant jusqu'à ce qu'elle soit en lieu sûr.

Cette dernière technique peut être renforcée par un ou deux SSA portant les membres inférieurs.

- Sortie d'une victime inconsciente à trois sauveteurs :
  - La victime est sur le ventre, tête orientée vers la plage ;
  - Deux sauveteurs de part et d'autre de la victime passent un avant-bras sous les aisselles,
  - Le troisième secouriste saisit les membres inférieurs au niveau des genoux en se plaçant entre les deux jambes.
- Le sauveteur doit anticiper la sortie en déchaussant ses palmes sans jamais lâcher sa victime ;
- Le sauveteur avoir les mains libres pour s'occuper de la victime.
- Prévenir tout risque de chute (corde bouée tube, galet, sable mou...) ;
- Le sauveteur veille à ne pas se blesser pendant la manœuvre en respectant les règles de manutention.

Le porté des membres inférieurs pourra être adapté à l'aide d'un quatrième SSA.

---

### Risques & contraintes

Le sauveteur doit faire attention à plusieurs points clés :

---

### Évaluation

La technique de sortie sera efficace si :

- La victime est bien sécurisée et ne chute pas ;
- Le bon positionnement du sauveteur et les règles de manutention sur la technique employée sont bien respectées.

Référence :	FT 06 S 02	Version :	1.1.1	Mise à jour :	décembre 2014
-------------	------------	-----------	-------	---------------	---------------

## Sortie de l'eau d'une victime traumatisée

### Indication

La sortie de l'eau d'une victime traumatisée est réalisée :

- À plusieurs sauveteurs, en utilisant des techniques particulières destinées à préserver le rachis.
- À un sauveteur, si la victime présente une détresse vitale et que les autres SSA ne sont pas immédiatement disponibles.

### Justification

La sortie de l'eau d'une victime traumatisée est une technique délicate qui nécessite technicité, coordination, efficacité et rapidité. Des entraînements réguliers sont nécessaires pour la réussite cette manœuvre en équipe.

Face à une victime qui présente une détresse vitale, le sauveteur seul réalisera rapidement la technique de sortie de l'eau d'une victime en veillant à préserver au maximum l'axe tête, coup, tronc.

### Matériel

#### Pour une sortie avec 3 SSA ou plus :

- Un Plan dur flottant équipé de poignées de portage et d'une sangle-araignée (ou lot de 3 sangles).
- Un immobilisateur de tête complet.
- Un Collier cervical adapté au milieu aquatique.

### Réalisation

- Pour la sortie avec un sauveteur :
- Le SSA utilisera de préférence une technique permettant de préserver le maintien de la colonne cervicale :
- Par exemple : la technique consistant à se placer derrière la victime, à saisir les poignets et à maintenir la tête de la victime contre la joue du sauveteur, ou la technique avec une prise latéro-latérale pour immobiliser la tête.

#### Pour les sorties avec plusieurs sauveteurs :

Le SSA s'inspirera utilement des techniques d'immobilisation générales décrites dans les recommandations relatives aux premiers secours.

#### Les principes suivants seront recherchés :

- Mettre en place un collier cervical.
- Les voies aériennes seront libérées et préservées de l'eau.
- L'immobilisation du membre atteint sera recherchée.
- La manœuvre sera coordonnée par le SSA placé à la tête.
- Les sauveteurs pourront utiliser l'eau, les vagues, le courant et la poussée d'Archimède pour réaliser plus facilement la mise en place du matériel.

### Risques & contraintes

- Difficultés liées à déchaussage des palmes et au risque de chute (ou de perte d'équilibre).

- Attention à l'hypothermie, le corps d'une victime se refroidit 25 fois plus vite dans l'eau que dans l'air.
- Les voies aériennes doivent rester libérées et protégées.
- Attention aux vagues si la victime est sanglée sur le plan dur.

---

## Évaluation

- Le sauvetage sera efficace si : La victime est sortie en sécurité ;

Le bon positionnement du sauveteur et les règles de manutention sur la technique employée sont bien respectées.

Référence : FT 07 S 01

EI/L

Version :

1.1.1

Mise à jour :

décembre 2014

## Utilisation d'une embarcation nautique motorisée lors d'un sauvetage

### Indication

Cette technique est indiquée à chaque fois qu'un sauvetage nécessite une embarcation nautique motorisée.

### Justification

Celle-ci permet d'effectuer un sauvetage efficace et rapide en préservant l'intégrité du sauveteur

La distance, la présence de vagues, les courants et certaines conditions météorologiques nécessitent l'utilisation d'une embarcation motorisée.

### Matériel

Embarcation pneumatique ou Véhicule Nautique Motorisé (scooter des mers) ;  
 Planche de sauvetage (optionnel)  
 Casque ;  
 Gilet de sauvetage ;  
 Palmes (optionnel) ;  
 Radio VHF avec Housse radio étanche.

### Risques et contraintes :

L'état de la mer peut limiter l'utilisation de l'embarcation ;  
 Maintenance mécanique.

### Réalisation avec un V.N.M

Les SSA ont préparé l'embarcation et l'équipement dès la prise de service.

### Sauvetage au moyen d'un V.N.M. sans Planche de sauvetage.

Le pilote et 1 victime consciente:  
 Le PILOTE analyse l'état de la mer et la possibilité d'intervention ;  
 S'équipe du casque et du gilet de sauvetage et peuvent prendre leurs palmes placées

autour de leur hanche par une ceinture à clips ;

Se fait aider pour la mise à l'eau du scooter par un SSA ;

Le SSA tient l'avant du scooter pendant que le pilote monte sur celui-ci ;

Le pilote démarre le moteur et s'équipe du coupe-circuit ;

Le SSA lâche l'embarcation et se place sur le côté ;

Le pilote se dirige vers le lieu de l'intervention en sécurité ;

À l'approche de la victime, il ralentit sa vitesse, fait un virage en U et lui parle ;

Pour récupérer la victime, le pilote se positionne face au large et ralentit encore sa vitesse ;

Récupère la victime en lui tendant la main gauche de préférence. La main droite étant munie du coupe-circuit et de la gâchette d'accélération ;

Remet légèrement les « gaz » et tire la victime vers lui et sur le côté pour faciliter sa montée sur le scooter ;

La victime se tient fermement soit au pilote ou à la sangle située au milieu du siège du VNM jusqu'au retour sur le rivage ;

L'arrivée sur le sable « beacher » se fait en douceur, le pilote enlève le coupe-circuit pour stopper le moteur ;

Il aide la victime à descendre du VNM.

Le pilote rend compte, par radio, de l'intervention effectuée.

### Sauvetage au moyen d'un V.N.M. avec une Planche de sauvetage.

Le pilote, un SSA ET 1 victime consciente:

Le PILOTE analyse l'état de la mer et la possibilité d'intervention ;

Le pilote et le SSA s'équipent du casque et du gilet de sauvetage et peuvent prendre

leurs palmes placées autour de leur hanche par une ceinture à clips ;

Le pilote se fait aider pour la mise à l'eau du scooter par son partenaire ;

Le SSA tient l'avant du VNM pendant que le pilote monte sur celui-ci ;

Le pilote démarre le moteur et s'équipe du coupe-circuit ;

Le SSA monte derrière le pilote et se tient fermement à la sangle située au milieu du siège ;

Le pilote se dirige vers le lieu de l'intervention en sécurité ;

À l'approche de la victime, il ralentit sa vitesse et lui parle ;

Le SSA saute dans l'eau, il peut s'il le souhaite chausser ses palmes,

Il prend en charge la victime ;

Pour récupérer la victime et le SSA, le pilote se positionne face au large et près d'eux ;

Le SSA aide la victime à monter sur la planche de sauvetage en lui demandant de tenir de chaque côté la main courante puis il monte à son tour sur la planche et cale la victime avec le poids de son buste et se tient à son tour à la main courante ;

Le pilote remet les « gaz » et vire soit bâbord ou à tribord pour rejoindre le rivage ;

L'arrivée sur le sable « beacher » se fait en douceur, le pilote enlève le coupe-circuit pour stopper le moteur ;

Le SSA quitte la planche en se levant et aide la victime à se relever,

Le pilote rend compte, par radio, de l'intervention effectuée.

Le pilote, un SSA ET 1 victime inconsciente :  
Le PILOTE analyse l'état de la mer et la possibilité d'intervention ;

Le pilote et le SSA s'équipent du casque et du gilet de sauvetage et peuvent prendre leurs palmes placées autour des hanches par une ceinture à clips ;

Le pilote et le SSA mettent à l'eau le scooter ;

Le SSA tient l'avant du VNM pendant que le pilote monte sur celui-ci ;

Le pilote démarre le moteur et s'équipe du coupe-circuit ;

Le SSA monte derrière le pilote et se tient fermement à la sangle située au milieu du siège ;

Le pilote se dirige vers le lieu de l'intervention en sécurité ;

La victime a le visage dans l'eau ;

À l'approche de la victime il ralentit sa vitesse et parle ;

Le SSA, au signal du pilote, saute dans l'eau, à l'intérieur du virage, sans vitesse, il peut s'il le souhaite chausser ses palmes ;

Il prend en charge la victime ;

Fait un bilan rapide des fonctions vitales et réalise 5 insufflations si nécessaire ;

Pour récupérer la victime et le SSA, le pilote se présente face au large et se positionne près d'eux ;

Le SSA présente le bras de la victime vertical du côté de la récupération (récupération bâbord et donc bras gauche de préférence pour garder un doigt sur l'accélérateur). Le pilote prend le bras de la victime et assure une rotation pour déposer la victime sur la planche. Le SSA aide à la dépose et se place sur la planche en verrouillant la victime.

Le SSA installe sur la planche de sauvetage la victime en lui plaçant les mains de chaque côté et sous la main courante puis il monte à son tour sur la planche et cale la victime avec le poids de son buste et se tient à son tour à la main courante ;

Le pilote remet les « gaz » et vire soit bâbord ou à tribord pour rejoindre le rivage ;

L'arrivée sur le sable « beacher » se fait en douceur, le pilote enlève le coupe-circuit pour stopper le moteur ;

Le SSA quitte la planche en se levant se fait aider par le pilote pour amener la victime sur le sable, suffisamment loin du rivage et parallèle à la mer pour pratiquer un bilan complet et commencer les gestes de premiers secours ;

Le pilote rend compte par radio de l'intervention effectuée, demande les



moyens nécessaires aux 1° secours puis aide son partenaire.

Le pilote, un SSA et plusieurs victimes conscientes:

Le PILOTE analyse l'état de la mer et la possibilité d'intervention ;

Le pilote et le SSA s'équipent du casque et du gilet de sauvetage et prennent leurs palmes placées autour des hanches par une ceinture à clips ;

Se fait aider pour la mise à l'eau du scooter par son partenaire ;

Le SSA tient l'avant du VNM pendant que le pilote monte sur celui-ci ;

Le pilote démarre le moteur et s'équipe du coupe-circuit ;

Le SSA monte derrière le pilote et se tient fermement à la sangle située au milieu du siège ;

Le pilote se dirige vers le lieu de l'intervention en sécurité ;

À l'approche des victimes, il ralentit sa vitesse et leur parle ;

Le SSA, au signal du pilote, saute dans l'eau, à l'intérieur du virage, sans vitesse, il chausse ses palmes puis prend en charge les victimes,

Il leur parle, les rassure et aide le plus faible ;

Pour ramener les victimes, le pilote fera des rotations pendant que le SSA restera avec les autres victimes ;

Le pilote se positionne face au large et près d'eux ;

Le SSA aide la victime à monter sur la planche de sauvetage en lui demandant de tenir de chaque côté la main courante.

Le pilote remet les « gaz » et vire soit bâbord ou à tribord pour rejoindre le rivage ; la vitesse et trajectoire sont compatibles avec l'état de la mer, de(s) personne(s) ramenée(s), la fréquentation et la topologie de la plage.

Au plus près du rivage, le pilote vire soit bâbord ou à tribord planche vers le sable et nez du VNM vers le large ;

La victime est récupérée par un SSA venu en renfort ;

Le Pilote fait ces rotations jusqu'à la dernière victime, lors du dernier passage, il récupère la victime et son partenaire SSA resté auprès d'elle ;

L'arrivée sur le sable « beacher » se fait en douceur, le pilote enlève le coupe-circuit pour stopper le moteur ;

Le SSA quitte la planche en se levant et aide la victime à se relever ;

Le pilote rend compte, par radio, de l'intervention effectuée.

---

Réalisation avec une embarcation pneumatique

### **Sauvetage avec une embarcation type pneumatique :**

(composé au minimum d'un pilote et un équipier)

L'embarcation pourra se trouver sur une remorque de mise à l'eau soit sur la plage prête au départ. Elle aura été vérifiée dès la prise de service de façon à être immédiatement opérationnelle.

Repère la ou les victime(s) avant de partir ; S'équipe du gilet de sauvetage et du casque de protection ;

L'équipier et le pilote tirent le bateau à l'eau face à la vague ;

Dès que la hauteur d'eau permet de démarrer le moteur, le pilote monte à bord, le met en marche et s'équipe du coupe-circuit ;

L'équipier positionné à l'avant maintient le bateau face à la vague ;

Le pilote lorsqu'il juge que toutes les conditions sont requises pour démarrer ordonne à l'équipier de monter à bord ;

Le pilote dirige le plus rapidement possible l'embarcation vers la ou les victime(s) ; la vitesse et trajectoire sont compatibles avec l'état de la mer, de la fréquentation et la topologie de la plage.

Arriver au niveau de la ou les victime(s) met son moteur au point mort ;

L'équipier rassure et sécurise la ou les victime(s) dès leur(s) prise(nt) en charge ;

L'équipier aide la victime à se hisser à bord si celle-ci est consciente et a les capacités physiques pour le faire OU se jettera à l'eau, équipé de ses palmes et de la bouée tube pour hisser la victime avec l'aide du pilote si celle-ci est inconsciente ou n'a pas les capacités physiques pour monter à bord ;

Le pilote ramène l'embarcation et définit son point d'arrivée sur la plage.

— Soit une arrivée plage en remettant le bateau face à la vague

Juste avant que la hauteur d'eau ne permette plus la navigation le pilote vire soit à bâbord ou à tribord de manière à être face à la vague, coupe le moteur, ordonne à l'équipier sa mise à l'eau pour maintenir le bateau face à la vague et remonte le moteur.

Le pilote et l'équipier ramènent l'embarcation sur la plage.

— Soit une arrivée directe sur la plage (uniquement sur fond sableux)

Le pilote s'assure que le système de blocage du moteur est déverrouillé.

Prend suffisamment de vitesse pour déposer l'embarcation directement sur la plage.

Dès que le moteur touche, le sable l'éteint et le remonte.

---

## Cas particulier : Surveillance et sauvetage depuis un VNM

Dans certains cas, lorsque l'effectif à terre est suffisant, la surveillance peut être effectuée depuis une embarcation nautique motorisée. Cette situation peut être nécessaire pour surveiller efficacement des baigneurs éloignés ou pour protéger les nageurs de certains risques (VNM, surf, kitesurf, kayak...).

En cas d'intervention, le VNM étant déjà à l'eau, l'intervention sera facilitée. L'équipage du VNM devra appliquer la procédure radio pour prévenir les sauveteurs à terre.

Si l'intervention nécessite de pénétrer en urgence dans la zone surveillée, le sauveteur devra faire preuve de la plus grande prudence pour ne pas mettre en danger les baigneurs présents.

## Remerciements

Un grand remerciement aux experts et spécialistes qui ont collaboré à la rédaction de ce

« RÉFÉRENTIEL DES PROCÉDURES ET TECHNIQUES DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DE SAUVETAGE ET DE SECOURISME RELATIF À L'UNITÉ D'ENSEIGNEMENT SURVEILLANCE ET SAUVETAGE AQUATIQUE »

- ✓ Président Fédéral : Bernard RAPHA
  
- ✓ Chefs de projet : Christian POUTRIQUET, Mathieu LACROIX et Stéphane VOISIN.
  
- ✓ Médecin Fédéral : Docteur Alain BAERT

Version 1.1.1 février 2015

Il peut être consulté et téléchargé sur le site de la Fédération Française de Sauvetage et de Secourisme : [www.ffss.fr](http://www.ffss.fr)