

# Intervenant Nautique d'Urgence

## PLAN DE COURS

**Septembre 2024**

**SAUVETAGE**

**SECOURISME**

**NAUTISME**

**ÉDUCATION**

## INTRODUCTION ET OBJECTIFS DU COURS

Le brevet d'Intervenant Nautique d'Urgence de la Société de sauvetage s'adresse à des professionnels qui auront comme mission de porter secours à des victimes d'accident aquatique ou nautique. Le jugement, la connaissance, les habiletés, et la forme physique – les quatre piliers du sauvetage aquatique et nautique – sont à la base de cette formation. Elle s'adresse aux pompiers, actuels ou futurs ou autres professionnels et développe les habiletés de base pour amorcer la transition vers le sauvetage en milieu naturel et les formations avancées de sauvetage nautique, de sauvetage en eau froide et sur glace et de sauvetage en eau vive. Les candidats acquièrent les habiletés d'évaluation des risques et de résolution de problèmes essentielles pour prendre de bonnes décisions dans l'eau, sur l'eau et près de l'eau.

Les intervenants d'urgence seront en mesure de démontrer des compétences afin de déployer des habiletés et techniques leur permettant d'assurer leur survie et celle de leurs équipiers lors d'une intervention auprès de victimes d'un accident aquatique ou nautique.

## OBJECTIFS D'APPRENTISSAGE ET CONTENU

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

- Démontrer une compréhension des risques de noyade en milieu naturel par le biais de la mission de la Société de sauvetage ainsi que l'analyse du portrait de noyade au Québec. (item 1);
- Démontrer la connaissance de la Chaîne de survie à la noyade. (item 2);
- Démontrer la maîtrise de l'approche en sauvetage pour minimiser le risque pour le sauveteur. (item 3);
- Démontrer la connaissance des enjeux et dangers associés aux différents types de milieu (item 4);
- Démontrer la connaissance des dangers associés aux interventions en eau froide. (item 5);
- Exécuter la norme Nager pour survivre plus. (item 6);
- Expérimenter des techniques de nage et développer une aisance dans l'eau. (item 7);
- Reconnaître et simuler différent type de victime. (item 8);
- Démontrer des habiletés à communiquer de façon efficace sur l'eau. (item 9);
- Démontrer des entrées à l'eau (avec et sans aide de sauvetage) et démontrer les sorties de victimes consciente et inconsciente avec assistance. (item 10);
- Démontrer un plongeon de surface et nager 10 m sous l'eau. (item 11);
- Démontrer 3 méthodes de défense et de dégagement. (item 12);
- Démontrer les techniques de remorquages et de portages sur une distance de 15 m. (item 13);
- Démontrer une recherche efficace en eau peu profonde (item 14);
- Démontrer la récupération d'une victime submergée qui ne respire pas située entre deux eaux. (item 15);
- Blessure à la colonne vertébrale (item 16) ;
- Défi d'endurance : Nager 400 m en 11 minutes ou moins (item 17) ;
- Exercice sauvetage : Nager 25 m vers une victime et effectuer un portage sur 25 m (item 18) ;
- Évaluation des risques et intervention (item 19);
- Effectuer, depuis le bord ou la berge, un sauvetage sans contact à faible risque. (item 20);
- Intervenir en équipe lors d'une urgence impliquant plusieurs victimes. (item 21);

## ÉVALUATION

Tous les **items** du cours sont évalués par un instructeur Intervenant Nautique d'Urgence sur une base progressive.

Le brevet est valide pour une période de 3 ans. Après cette période, il faut **participer à un maintien d'habiletés et compétences** communément appelé requalification.

## DURÉE DU COURS ET MATÉRIEL ET MANUEL

Durée :	<input type="checkbox"/> 12 h à 24 h <ul style="list-style-type: none"><li>○ INU 1: 12 h</li><li>○ INU 2: 12 h</li><li>○ INU 1 et 2: 24 h</li></ul>
Matériel :	<input type="checkbox"/> VFI/Combinaison isothermique <input type="checkbox"/> Équipements de secours : Gaffe, corde de récupération, sacs à cordes, bouée annulaire, <input type="checkbox"/> Mannequin de sauvetage
Manuel de référence :	<input type="checkbox"/> Manuel canadien de sauvetage

## HABILETÉS AQUATIQUES ET CONDITIONS PHYSIQUE DE BASE

L'intervenant d'urgence doit posséder des compétences aquatiques de base, et ce, pour les raisons suivantes :

- Assurer la sécurité de ses équipiers ainsi que sa propre sécurité,
- Être efficace et performant lors de diverses situations et conditions environnementales,
- Avoir une bonne capacité lors d'une immersion involontaire ou qui est rendue nécessaire dans l'eau pour porter secours à autrui et demeurer en bonne santé.

*\*Près de 3 victimes de noyade sur 4 n'avaient pas l'intention d'aller à l'eau*

## PRÉALABLES

Préalablement à la formation, le candidat doit répondre aux exigences suivantes :

- Défi Nager pour survivre + (En portant des vêtements):
  - Entrée en eau profonde permettant de simuler une désorientation ; Nager sur place—1 minute ; Se déplacer sur 50 mètres
- Défi Nager sous l'eau : se déplacer sur une distance de 10 à 15 m
- Défi endurance—nager 200 m en continu
- RCR-C (obtenu il y a moins de 1 an)

## À PROPOS DE LA SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE

La Société de sauvetage est un organisme à but non lucratif qui repose sur l'engagement, le dévouement et le professionnalisme de ses moniteurs et de ses membres affiliés (organisations). La Société de

sauvetage développe ses formations en concertation avec son comité médical et diverses instances nationales et internationales, dont l'*International Lifesaving Federation*.

La réussite de cette formation vous permettra d'obtenir un brevet émis par la Société de sauvetage. Après la transmission des résultats à la Société de sauvetage par l'instructeur ou le membre affilié, la Société de sauvetage vous fera parvenir votre brevet.

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

## PLAINTÉ EN VERTU DE LA POLITIQUE SUR LE HARCÈLEMENT ET LES INCONDUITES

La Société de sauvetage a à cœur le bien être des athlètes et des intervenants québécois du milieu sportif et souhaite qu'ils ou qu'elles puissent s'épanouir dans leur sport, leur milieu de travail ou d'enseignement et ce, peu importe leur niveau ou leur rôle. Les athlètes, entraîneur-ses, officiels, employés et bénévoles ont le droit de prendre part au sport dans un milieu d'entraînement, de travail et de compétition sain, sécuritaire, ouvert et inclusif, exempt de toute forme de mauvais traitement, de harcèlement et de discrimination. La mise en place de cet environnement sécuritaire est une responsabilité partagée par tous.

Voici des informations de références importantes :

- [Politique sur le harcèlement et sur les inconduites](#)
- [Plateforme Je porte plainte](#)

Une personne agissant à titre d'officier indépendant pour l'ensemble du milieu sportif québécois a été nommée pour traiter les plaintes d'abus, harcèlement, négligence ou violence à caractère sexuel ou autre. Les plaintes peuvent être déposées en utilisant le formulaire en ligne disponible au lien ci-dessous:



[PLAINTÉ D'ABUS, HARCÈLEMENT, NÉGLIGENCE ET VIOLENCE](#)



[PLAINTÉ DE NATURE ADMINISTRATIVE](#)

## RESSOURCES

- Elisabeth Plouffe – Coordonnatrice aux programmes Leadership et Nautiques  
[eplouffe@sauvetage.qc.ca](mailto:eplouffe@sauvetage.qc.ca)
- Courriel général Société de sauvetage: [alerte@sauvetage.qc.ca](mailto:alerte@sauvetage.qc.ca)

**\*\*\*AVIS IMPORTANT \*\*\***

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

## Vous souhaitez développer vos compétences ?

Consultez la rubrique **Nautique** de notre site Internet et explorez toutes les possibilités qui s'offrent à vous ! [www.sauvetage.qc.ca](http://www.sauvetage.qc.ca)

# INTERVENANT D'URGENCE NAUTIQUE

## SOMMAIRE

### Items relatifs à la connaissance

**Item 1 La noyade :** Démontrer une compréhension des risques de noyade en milieu naturel par le biais de la mission de la Société de sauvetage ainsi que l'analyse du portrait de noyade au Québec.

*But : Comprendre les facteurs de risques de noyades et des types d'accidents pouvant survenir en milieu aquatique et nautique*

**Item 2 Chaîne de survie à la noyade :** Démontrer la connaissance de la Chaîne de survie à la noyade.



**Item 3 Processus de sauvetage :** Démontrer la connaissance de l'approche échelonnée et de la liste de vérification du sauveteur et de leur utilité pour le sauveteur lors de la prise de décision. Utilisation des aides de sauvetage d'une embarcation telles que la bouée annulaire, le sac à corde, la ligne d'attrape flottante, la gaffe, filet de récupération.

*But : Prendre conscience des risques pour le sauveteur lui-même et savoir comment minimiser ces risques.*

**Item 4 Différence entre les milieux :** Démontrer la connaissance des enjeux et dangers associés aux différents types de milieu auxquels peuvent être confrontés les sauveteurs sur le terrain.

*But : Comprendre la réalité des différents milieux d'intervention afin de minimiser les risques.*

**Item 5 Eau froide :** Démontrer la connaissance des dangers associés à l'immersion en eau froide et les risques auxquels s'exposent les sauveteurs lors de sauvetages en eau froide.

*But : Initier les sauveteurs aux dangers et risques associés à l'eau froide*

## Items relatifs aux habiletés

### Item 6 Auto-sauvetage : Nager pour survivre +

- a) Tout en étant vêtu, démontrer une entrée à l'eau entraînant une désorientation, se maintenir à la surface 1 minute afin de reprendre le contrôle de sa respiration et de s'orienter et viser un lieu sûr et se déplacer sur une distance de 50 m.
- b) Simuler des techniques d'auto-sauvetage en eau froide et en eau en mouvement, tout en étant vêtu. Retirer le pantalon et l'emplir d'air, puis former une position de caucus avec 2 personnes ou plus.
- c) Se familiariser avec les équipements de protection individuels utilisés en sauvetage en embarcation. La veste de flottaison individuelle (VFI), la combinaison isothermique, le casque.  
Voir les particularités du VFI, mettre et retirer une veste à l'extérieure et dans l'eau en partie profonde, se détacher

*But : Développer, en étant vêtu, des habiletés d'auto-sauvetage lors d'une immersion involontaire pour différentes situations telles que l'eau froide, l'eau en mouvement et lors de crue et d'inondation.*

### Item 7 Nages et techniques de nage associées au sauvetage :

- a) Nager 25 m au choix : crawl, brasse.
- b) Nager 25 m au choix : crawl tête haute, brasse tête haute.
- c) Nager 25 m au choix et selon la facilité : coup de pied rotatif simultané, coup de pied rotatif alternatif, battement en ciseaux ou ciseaux inversé ou autre.
- d) Sur une distance de 25 mètres : nager 5 m, passer sous un obstacle et nager 15 m sous l'eau, remonter pour faire 5 derniers mètres. *Note : ne peut se faire si le candidat porte son VFI*
- e) Nager avec une veste de sauvetage, nager avec un VFI et combinaison isothermique.

*But : Expérimenter des techniques de nage efficaces et utiles pour développer son aisance dans l'eau et expérimenter les principes de mécanique des nages afin d'assurer sa survie et celle de ses équipiers.*

### Item 8 Reconnaissance de victimes :

- a) Simuler dans l'eau le comportement d'un mauvais nageur, d'un non-nageur, d'une victime inconsciente et d'une victime blessée.
- b) Reconnaître la différence entre un mauvais nageur et un non-nageur ; et reconnaître une victime inconsciente et une victime blessée.

*But : Sensibiliser aux comportements et capacités des victimes ayant besoin d'assistance et ainsi des risques auquel le sauveteur s'expose en leur portant secours*

**Item 9 Communications :** Démontrer des habiletés à communiquer de façon efficace lorsque dans l'eau avec les victimes, les collègues, le poste de commandement (facultatif).

*But : Expérimenter la communication entre équipiers lors d'une situation d'urgence*

**Item 10 Entrées à l'eau et sorties de victimes en duo :**

- a) Démontrer 3 entrées à l'eau sans aide de sauvetage, et 3 entrées à l'eau avec aide de sauvetage.
- b) Démontrer, en équipe, sa capacité à effectuer des sorties de victimes dans des environnements diversifiés, incluant une sortie à l'aide d'un filet de sauvetage, d'une planche dorsale ou tout autre équipement spécialisé disponible dans l'embarcation.

*But : Développer des habiletés pour sortir en équipe une victime consciente et inconsciente dans différents environnements aquatiques.*

**Item 11 Plongeurs de surface et nages sous l'eau :** Nager 5 m, démontrer un plongeur de surface tête ou pieds premiers, effectuer une distance en ligne droite sous l'eau (10 à 15 m), remonter et nager 5 m (profondeur maximale de 2 m).

*But : Démontrer sa capacité à maîtriser sa respiration et à s'immerger pour se déplacer de sous un objet pour assurer sa survie en cas d'accident ou pour récupérer un équipier entre deux eaux.*

**Item 12 Défenses et dégagements :**

- a) En position d'alerte et démontrer la capacité de se déplacer vers l'avant, vers l'arrière et vers les côtés durant 60 secondes.
- b) Démontrer 3 méthodes de défense et de dégagement, soit frontale, dorsale et latérale, s'éloigner de la victime rapidement et communiquer verbalement avec la victime après chacune des manœuvres.

*But : Éviter de se faire agripper par une victime et sa capacité à se dégager d'une victime pour assurer sa propre sécurité et éviter de devenir une victime*

**Item 13 Remorquages et portages :**

- a) Démontrer l'utilisation d'une aide de remorquage Utiliser chacune des aides pour remorquer une victime passive sur une distance de 15 m.
- b) Démontrer une technique de portage guidé et une technique de portage de contrôle. Utiliser chaque technique pour remorquer une victime passive sur une distance de 15 m.

*But : Démontrer des habiletés pour l'utilisation d'aide de remorquage et de portage pour déplacer une victime de noyade en toute sécurité pour le sauveteur.*

**Item 14 Recherche en équipe :** Démontrer une recherche efficace en eau peu profonde.

*But : Parfaire ses compétences en technique de recherche en eau peu profonde lorsque la limpidité de l'eau est réduite.*



**Item 15 Récupération d'une victime submergée entre deux eaux :** En eau profonde, démontrer la récupération d'une victime inconsciente entre 2 eaux (maximum de 2 m de profond) : la remonter à la surface et la transporter à un endroit sécuritaire situé à 5 m et administrer la RCR en démontrant l'adaptation pour la réanimation en situation de noyade (ventilations) .

*But : Développer des habiletés individuelles et en équipe pour intervenir lors d'une urgence impliquant une victime qui ne respire pas.*

**Item 16 Blessure à la colonne vertébrale (optionnel) :** Intervenir auprès d'une victime consciente ou qui ne respire pas, chez qui on soupçonne une blessure à la colonne vertébrale, et qui se trouve en eau peu profonde.

*But : Démontrer la prise en charge d'une victime chez qui on soupçonne une blessure à la colonne vertébrale.*

## **Items relatifs à la forme physique**

**Item 17 Défi d'endurance :** Nager 400 m en 11 minutes ou moins.

*But : Améliorer sa capacité aérobique et l'endurance aquatique afin de réussir un auto-sauvetage ou un sauvetage.*

**Item 18 Exercice de sauvetage :** Exécuter une entrée à l'eau et nager 25 m pour se rendre à une victime passive ou un mannequin de sauvetage situé à la surface et accomplir un portage sur une distance de 25 m.

*But : Améliorer ses habiletés, sa capacité aérobique et l'endurance dans un milieu aquatique afin de réussir le sauvetage d'un collègue ou d'une personne en détresse.*

## **Items relatifs au jugement**

**Item 19 Évaluation des risques et interventions :** Effectuer l'évaluation d'un environnement aquatique et des activités s'y déroulant. Identifier les facteurs de risque, et les éliminer si possible.

*But : Développer sa capacité à évaluer des environnements et des activités aquatiques et nautiques en ce qui a trait à la sécurité, et expliquer quand et comment intervenir afin de réduire les risques*

**Item 20 Sauvetage - depuis le bord ou la berge :** Effectuer, depuis le bord, un sauvetage sans contact à faible risque d'un nageur en détresse (mauvais nageur ou d'un nageur fatigué ou blessée) situé à une distance de 20 m ou moins.

*But : Prévenir le décès lors d'un sauvetage aquatique en engageant le moins de risques possible pour le sauveteur.*

**Item 21 Sauvetage en équipe – plusieurs victimes :** Intervenir en eau libre lors d'une urgence aquatique impliquant trois victimes et plus.

*But : Développer le jugement et le travail d'équipe efficace pour l'intervention lors d'un accident aquatique ou nautique impliquant plusieurs victimes.*