

LE COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE NATATION DE LA GIRONDE PRÉSENTE

**GIRONDE
NATATION**

Nageurs
**Secouristes**
Citoyens

*ENSEMBLE et à partir de 10 ans
devenons des citoyens sauveteurs et secouristes !*

Plus d'infos :
CD33 Natation - Fabien Lerebourg
contact@ffnatation33.org
<https://ffnatation33.org>

Introduction

Le Comité Départemental de Natation de la Gironde lance le concept du “Nageur - Secouriste - Citoyen” pour tous les jeunes licenciés d’un club de la Fédération française de natation à partir de 10 ans.

Le CD33 Natation souhaite qu’un maximum de jeunes devienne : Citoyen Sauveteur !

Un citoyen sauveteur est une personne portant assistance de manière bénévole à une personne en situation apparente de péril grave et imminent. Les gestes qui caractérisent le citoyen sauveteur sont la pratique du massage cardiaque, l’utilisation du défibrillateur cardiaque ou tout autre geste de premiers secours.

Plusieurs formations pour apprendre et acquérir les bons réflexes sont proposées dans notre concept de “Nageur - Secouriste - Citoyen”. De la formation aux premiers secours citoyen (PSC) pour les plus jeunes (à partir de 10 ans) jusqu’à la formation au Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique (BNSSA) qui permettra à 18 ans de travailler à la surveillance et à la sécurité sur les plages, en piscine ou en lac.

Dans les pages suivantes vous découvrirez le contenu de chaque formation de secourisme, qui tout au long de la vie permettra à son titulaire de porter assistance à une personne dans n’importe quelle situation.

Ensemble soyons “Nageur - Secouriste - Citoyen” !

Sommaire

Quelles formations à quel âge ?

Les formations initiales :

- Premiers Secours Citoyen (PSC)
- Premiers Secours en Equipe de Niveau 1 (PSE 1)
- Premiers Secours en Equipe de Niveau 2 (PSE 2)
- Brevet national de Sécurité et de Sauvetage Aquatique (BNSSA)

Les formations continues :

- PSE 1 - révision annuelle
- PSE 2 - révision annuelle
- BNSSA - révision quinquennale

Calendrier des formations 2024/2025

Contacts et inscriptions

Quelles formations à quel âge ?

Les formations secourismes sont progressives
et accessibles dès 10 ans.



à partir de 10 ans :

- Premiers Secours Citoyen (PSC)

à partir de 16 ans :

- Premiers Secours en Equipe de Niveau 1 (PSE 1)
- Premiers Secours en Equipe de Niveau 2 (PSE 2)

Etre âgé de 17 ans (au moins à la date de l'examen) :

- Brevet national de Sécurité et de Sauvetage
Aquatique (BNSSA)

Formation PSC

Premiers Secours Citoyen

Pour qui ?



Pour les jeunes à partir de 10 ans qui souhaitent s'initier aux gestes et aux techniques de secourisme

Contenu de la formation



Plusieurs situations sont abordées sous forme de modules telles que : la protection, l'alerte, l'examen, la victime s'étouffe, saigne abondamment, est inconsciente, ne respire pas, se plaint d'un malaise, se plaint après un traumatisme comme une plie ou une brûlure.

Conditions particulières



- Être âgés de 10 ans
- Être au moins 6 stagiaires pour que la session puisse avoir lieu (max 10)
- Les nageurs licenciés à la FFN seront privilégiés à l'inscription

Lieu de la formation



Salle de l'US Le Bouscat Natation à côté de la piscine municipale du Bouscat,
Rue des écus - 33110 Le Bouscat

Prix : 60 € (7 heures de formation)

Formation PSE 1

Premiers Secours en équipe - Niveau 1

Pour qui ?



Pour les jeunes à partir de 16 ans qui souhaitent se former pour intervenir en équipe et avec du matériel auprès de victimes

Contenu de la formation



Durant cette formation, vous apprendrez l'organisation des services et dispositifs de secours puis la conduite à tenir face à une victime présentant une détresse. Tout au long de l'enseignement, vous alternerez entre échanges théoriques, apprentissages pratiques et évaluations lors de mises en situation. La formation à une durée de 35 heures.

Conditions particulières



- Être âgés de 16 ans
- Être au moins 6 stagiaires pour que la session puisse avoir lieu (max 10)
- Les nageurs licenciés à la FFN seront privilégiés à l'inscription

Lieu de la formation



Salle de l'US Le Bouscat Natation à côté de la piscine municipale du Bouscat,
Rue des écus - 33110 Le Bouscat

Prix : 250 €

Formation PSE 2

Premiers Secours en équipe - Niveau 2

Pour qui ?



Pour les jeunes à partir de 16 ans qui souhaitent se former pour intervenir en équipe et opérer dans un poste de secours

Contenu de la formation



Comme lors de la délivrance du PSE1, la formation sera articulée autour de présentations thématiques par les formateurs, d'apprentissages pratiques et d'évaluations lors de cas concret. Le Niveau 2 permet au secouriste de coordonner et connaître toutes les techniques de premiers secours.

Conditions particulières



- Etre titulaire du PSE 1 à l'inscription en formation
- Être âgés de 16 ans
- Etre au moins 6 stagiaires pour que la session puisse avoir lieu (max 10)
- Les nageurs licenciés à la FFN seront privilégiés à l'inscription

Lieu de la formation



Salle de l'US Le Bouscat Natation à côté de la piscine municipale du Bouscat,
Rue des écus - 33110 Le Bouscat

Prix : 250 €

Formation BNSSA

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique

Pour qui ?



Ce diplôme permettra à son titulaire de surveiller les baignades d'accès gratuit, d'accès payant et de surveiller les baignades dans le cadre des accueils collectifs de mineurs (centre de loisirs, colonies...)

Contenu de la formation



Durant cette formation, vous apprendrez l'organisation des services et dispositifs de secours puis la conduite à tenir face à une victime présentant une détresse. Tout au long de l'enseignement, vous alternerez entre échanges théoriques, apprentissages pratiques et évaluations lors de mises en situation dans l'eau.

Conditions particulières



- Être titulaire du PSE 1 à l'inscription en formation
- Être âgés de 17 ans au moins à la date de l'examen
- Être au moins 6 stagiaires pour que la session puisse avoir lieu (max 30)
- Réservé aux nageurs licenciés à la FFN

Lieu de la formation



En salle et en visio pour la partie Théorique

Dans une piscine de la métropole (Bassens, Blanquefort, Mérignac) pour la partie aquatique

Prix : 300 € (18 heures de formation)

Formation continue

PSE 1 et PSE 2

Pour qui ?



Pour les titulaires des formations PSE 1 et 2

Contenu de la formation



Cette formation permet aux titulaires de revoir les techniques de secourisme acquises et d'être informés des nouvelles pratiques, techniques de secourisme. 7 heures de face à face pédagogiques avec des mises en situation (cas concrets).

Pour garder le bénéfice de son PSE 1 et/ou 2 cette formation est obligatoire tous les ans

Conditions particulières



- Etre titulaire du PSE 1 et/ou du PSE 2
- Etre au moins 6 stagiaires pour que la session puisse avoir lieu (max 10)

Lieu de la formation



Salle de l'US Le Bouscat Natation à côté de la piscine municipale du Bouscat,
Rue des écus - 33110 Le Bouscat

Prix : 60 €

Formation continue

BNSSA

Pour qui ?



Pour les titulaires du BNSSA

Contenu de la formation



Cette formation permet aux titulaires du BNSSA de se remettre à niveau le cas échéant.

Un examen avec un parcours aquatique et une mise en situation d'aide à la victime devront être réalisés correctement.

Pour garder le bénéfice de son BNSSA, cette formation est obligatoire tous les 5 ans

Conditions particulières



- Etre titulaire du BNSSA
- Etre à jour de sa formation continue PSE1 et/ou 2
- Etre au moins 6 stagiaires pour que la session puisse avoir lieu

Lieu de la formation



A la piscine de Bassens

Prix : 100 €

Le Calendrier des formations

Premiers Secours Citoyen (PSC)



- Mercredi 5 mars 2025 - Session "ados" (13 à 16 ans)
- Samedi 22 mars 2025 - Session "adultes" (17 ans et +)
- D'autres sessions seront mises en place selon la demande

Premiers Secours en Equipe - Niveau 1 (PSE 1)



Une formule en cours du soir les mardis et jeudis de 19h00 à 21h30

- 7, 9, 14, 16, 21, 23, 28, 30 janvier, 4, 6, 11, 13 février 2025
- Au Bouscat (à la piscine municipale)

Une formule condensée pendant les vacances scolaires :

- 24, 25, 27 et 28 février 2025
- à Bordeaux (Barrière du Médoc)

Premiers Secours en Equipe - Niveau 2 (PSE 2)



Une formule en cours du soir les mardis et jeudis de 19h00 à 21h30

- 11, 13, 18, 20, 25, 27 mars et 1, 3, 8, 10 avril 2025
- Au Bouscat (dans une salle à côté de la piscine municipale)

Une formule condensée pendant les vacances scolaires :

- 3, 4, 6 et 7 mars 2025
- à Bordeaux (Barrière du Médoc)

Le Calendrier des formations

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique (BNSSA)



Cette formation aura lieu à la piscine Nelson Mandela de Bassens pour la partie aquatique et au château des Griffons (Bassens) pour la partie théorique. Chaque samedi est composée de la même façon :

- 14h00 à 15h30 : entraînement dans l'eau
- 16h00 à 17h30 : partie théorique en salle

Les dates : 25/01, 8/02, 15/02, 22/03

Examen le dimanche 23/03 (après midi)

Si besoin une séance de plus est programmée le 12/04 avec un examen le 13.04

Formations continues PSE 1 & 2



- Samedi 1er Février 2025 - de 9h00 à 17h00
- Dimanche 2 Février 2025 - de 9h00 à 17h00
- Lundi 3 Février février 2025 - de 9h00 à 17h00

Formations continues BNSSA



Possibilité de venir sur les entraînements (partie aquatique) de la formation BNSSA (à Bassens) à votre convenance (au minimum 1 entraînement est obligatoire).

Deux dates d'examens :

- Dimanche 13 mars (après midi)
- Dimanche 13 avril (après midi)

Contact et inscriptions

Pour tous renseignements complémentaires,
vous pouvez contacter

M. Fabien Lerebourg
contact@ffnatation33.org
06 08 28 86 82



Toutes les informations sont disponibles sur le site du Comité
de Gironde de Natation : <https://ffnatation33.org>.

Un lien unique d'inscription à toutes les formations est
disponible sur le site du Comité de Gironde de Natation
ou en cliquant ci dessous

 [JE M'INSCRIS A UNE FORMATION](#) 