



Cours de formation Sauveteur national - Option plage continentale **Requalification**



| Journées | Dates | Heures | Endroits | Nbre heures |
|--|--------------|-----------------|---|-------------|
| Lundi | 28 juin 2021 | 09 :00 à 12 :00 | Plage municipale Rotary du lac Blouin (Route 397 vers Val-Senneville) | 5 h |
| | | 13 :00 à 15 :00 | | |
| VEUILLEZ APPORTER VOTRE REPAS SUR PLACE. | | | TOTAL : | 5 h |

Préalable : Certificat Sauveteur national – Option plage continentale (preuve à fournir à l’inscription)

Prix : Résidents : 105 \$ (frais d’examen et de certification inclus)
Non-résidents : +10% du coût d’inscription des résidents

Nombre de places : 10 participants

Inscriptions : Du 13 mai au 25 juin 2021 ou par internet seulement sur la [plateforme d'inscription](#). Vous devez créer votre compte *Loisir*.

Matériel obligatoire : Masque de poche, sifflet bracelet Fox 40, couverture, plusieurs paires de gants d’examen en nitrile, plusieurs masques de procédure (le couvre-visage n’est pas accepté), 3 bandages triangulaires, 1 attelle en coroplaste (ou carton) pour fractures du bras et de la jambe, 1 rouleau de bande de gaze extensible (4” large), 1 compresse de gaze stérile (4”X4”), palme (éviter les palmes ouvertes), masque et tuba.

Fortement recommandé : Pour bien vous préparer à la requalification S.N. Plage continentale, votre entraînement devrait comprendre ce qui suit :

1. L’ABC et méthode de R.C.R. en vigueur avec les complications s’y rattachant;
2. Sauvetage d’une victime immergée, d’un non-nageur et d’une personne blessée à la colonne vertébrale ;
3. Physique : Vous entraîner au moins 1 mois à l’avance afin d’être prêt pour faire les 3 épreuves physiques dont le 300 m dans le temps requis (5-6 m) : 100 m course sur plage, 100 m nage tête hors de l’eau et 100 m remorquage d’une victime sans aide quelconque. Plus de détails sur le site web de la Société de Sauvetage.
4. Révision des techniques de surveillance et procédures d’urgence en plage;
5. Révision des méthodes de recherche;
6. Révision de tous vos premiers soins;
7. Maniement d’une embarcation ou d’un aquaplane (voir Alerte!)
8. Lire les chapitres 2, 3, 4, 5, 12 du Volume Alerte.

COVID-19 : Le port du masque de procédure est obligatoire; tout candidat qui n’en porte pas se verra refuser l’accès sans possibilité de remboursement.

Un candidat présentant des signes et symptômes reliés à la COVID-19 ne pourra pas être accepté à la formation. Pour recevoir un remboursement, il devra en faire la demande par écrit au moins un jour ouvrable avant la tenue de celle-ci.

Informations : 819 824-1333 # 0 ou sports.pleinair@ville.valdor.qc.ca