



# CROIX BLANCHE 78

Association des secouristes français de la Croix Blanche des Yvelines

## DOSSIER D'INSCRIPTION – FORMATION BNSSA

### BNSSA

## Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique



**Pour tout renseignement :**

CENTRE DE FORMATION CROIX BLANCHE 78

Groupe scolaire de la HAISE – 3 rue Mansart (entrée rue Marie Hillion)

Tél : 01 30 55 02 02- Mail : [croixblanche78@gmail.com](mailto:croixblanche78@gmail.com) -

[www.croixblanche78.org](http://www.croixblanche78.org)



## VOTRE CENTRE DE FORMATION

L'Association des Secouristes Français CROIX BLANCHE 78 a été créée en mai en 1997, elle développe le secourisme, sa pratique et son enseignement dans le cadre de la législation en vigueur.

Cette association appartient à la Fédération des Secouristes Français Croix Blanche.

### 3 domaines d'intervention

#### FORMATIONS AU SECOURISME

##### SOUS L'AGREMENT DE LA SECURITE CIVILE

- Aux gestes de **Premiers Secours** pour la population **PSC 1**
- Aux métiers de la Sécurité Civile (Equipiers Secouristes) – **PSE 1 et PSE 2**
- Aux sauvetages Aquatiques - **BNSSA**
- Des enfants **IGPS**
- Gestes qui sauvent....

#### FORMATIONS AU SECOURISME Et à la prévention / sécurité

- Dans le Monde du travail :
  - **SST**
  - **Gestes et postures**
  - **Incendie / EPI**
  - **Evacuations .....**
  - **Formations sur mesure**
  - **Habilitations**

#### SECOURISME OPERATIONNEL ET POSTE DE SECOURS

- Mise en place et gestion de postes de secours dans le cadre d'événements (concert, compétitions, foire ...)
- Equipe de professionnels diplômés d'état et Expérimentés



## VOTRE FORMATION AU SEIN DE LA CROIX BLANCHE

### Une équipe de professionnels à votre service



„SERVIR“

La Croix Blanche cumule à travers son équipe une expérience professionnelle du secourisme et du sauvetage. Toujours à la **pointe des technologies nouvelles en matière de sauvetage**, notre équipe œuvre dans un **souci permanent de la qualité** au regard de nos différentes formations.

**Connaitre toutes nos formations**

[www.croixblanche78.org](http://www.croixblanche78.org)

### Pourquoi se former à la Croix Blanche ?

La disponibilité, le professionnalisme et la proximité de nos intervenants vous garantiront une formation de qualité, le tout dans une ambiance conviviale.

### Quel suivi après la formation ?

- Toujours **en veille par rapport à la réglementation en vigueur**, nous vous communiquons régulièrement les nouvelles lois et réglementations concernant votre formation.
- Vous recevrez également automatiquement un mail concernant le **recyclage de votre formation.**



## PROGRAMME DE LA FORMATION BNSSA

Le brevet national de sécurité et de sauvetage aquatique (B.N.S.S.A.) est le diplôme du nageur sauveteur. Le B.N.S.S.A. permet de **surveiller** des piscines privées, des plages publiques ou privées, et d'assister les Brevets d'Etat d'éducateur sportif option activités de la natation (B.E.E.S.A.N.) dans la surveillance des piscines publiques.

Le sauveteur côtier travaille dans les postes de secours sur les plages, les lacs, les piscines de camping... Celui-ci a pour mission la surveillance d'une baignade.

- Prévenir les usagers des dangers du lieu de baignade
- surveillance des zones de baignade aménagées et réglementées par les communes le long de leurs plages
- secours aux baigneurs en danger
- assistent les utilisateurs d'engins de plage en difficulté (planches à voile, engins pneumatiques, Kitesurf, petits voiliers ...)
- administrent les premiers soins aux personnes victimes d'accident et préviennent les organismes de secours (SAMU, Pompiers)

**Prérequis** : 17 ans avéré le jour de l'examen et PSE 1 minimum (ou PSE 2 fortement conseillé pour le sauveteur côtier)  
**POUR LES STAGES COURTS, un niveau minimum en vitesse de nage est obligatoire (test à faire valider par un MNS)**

**Durée de validité du diplôme** : 5 ans. Un recyclage doit être suivi par son titulaire tous **les 5 ans** pour maintenir la validité du diplôme. La partie secourisme (PSE1) est soumise à **formation continue annuelle** (6h minimum).

### **Epreuve de natation** :

**Responsable** : Sandro de MARCO (BEESAN)

Entraînement dispensé par nos maîtres-nageurs (BEESAN). Examen organisé généralement à la fin de la formation.

**Responsable** : un maître-nageur, un BNSSA et un formateur PAEFPS

### **Périodes et Lieux d'entraînements** :

- Stage bloqué en journées pour bons nageurs sur les vacances de la Toussaint sur POISSY
- Stage bloqué en journées pour bons nageurs sur les vacances de Noël sur Plaisir et Saint Cyr l'école
- Stage bloqué en soirée semaine et journée WE, pour bons nageurs, sur les vacances de Pâques sur Plaisir, St Cyr l'Ecole

### **Règlementation BNSSA** :

**Responsable** : Marc BACHELET

**Règlementation, lieu de formation** : sur sites des piscines de Poissy ou Clayes-sous-Bois, ou au centre de formation CROIX BLANCHE de Plaisir

La session de formation / examen, est la même pour les BNSSA initial que pour les recyclages BNSSA. Les recyclages BNSSA sont exemptés de certains cours et épreuves d'examen, et se voient préparer un programme personnalisé et spécifique par l'équipe pédagogique.

**Inscriptions et renseignement** : Secrétariat (01 30 55 02 02) // inscription individuelle et paiement en ligne sur notre site « croixblanche78.org », onglet « BNSSA ».

**ATTENTION** : Les dossiers **d'inscriptions au BNSSA (avec le paiement des droits) doivent impérativement arrivés complets à la croix blanche 78 au moins 1 semaine avant le début de la formation**

### **PSE 1** :

**Responsable Inscription**: Secrétariat (01 30 55 02 02) // inscription individuelle paiement en ligne sur notre site.

**Lieu de formation** : Plaisir et saint cyr l'école pour Pâques OU POISSY à la toussaint

**Dates** : généralement sur les sessions bloquées de BNSSA à la Toussaint et à Noël. Et dans les WE qui précèdent Pâques

### **Test de présélection IMPORTANT**

Sur les stages courts de formation BNSSA, nous préparons les stagiaires aux métiers et aux épreuves spécifiques de l'examen. Nous considérons que la vitesse de nage est un prérequis pour l'entrée en formation. C'est pourquoi, pour vous aider à définir vos capacités, nous demandons à chaque candidat à la formation initiale BNSSA d'effectuer un test de natation supervisé et renseigné par un maître-nageur de votre choix, qui remplira alors l'attestation (cf page 11).

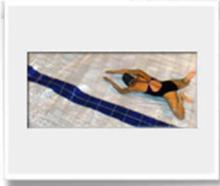


## PRESENTATION DE L'EXAMEN BNSSA

L'examen pour l'obtention du Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique (BNSSA) se déroule généralement sur une demie journée. Il comprend une série d'épreuves dans l'eau et hors de l'eau.

➤ **Parcours de sauvetage aquatique en continu de 100 m**

- Un départ du bord du bassin ou d'un plot de départ, suivi de 25 mètres nage libre en surface ;
- Deux parcours de 25 mètres, comprenant chacun 15 mètres en immersion complète sur un trajet défini (matérialisé au fond et sur les bords), sans que le candidat ne prenne appui ;
- Un plongée dite « en canard », suivie de la recherche d'un mannequin qui repose entre 1,80 mètre et 3,70 mètres de profondeur ; le candidat remonte le mannequin en surface, puis le remorque sur 25 mètres, visage hors de l'eau.

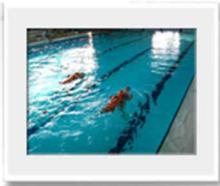


L'épreuve s'effectue en maillot de bain. Le port d'une combinaison, lunettes de piscine, masque, pince-nez ou tout autre matériel n'est pas autorisé.

**Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve, en moins de 2 minutes et 40 secondes inclus**

➤ **Parcours de sauvetage avec palmes, masque et tubas, en continu de 250 mètres**

- Au signal du départ de l'épreuve, le candidat s'équipe dans ou hors de l'eau ;
- Le candidat parcourt 200 mètres en palmes, masques et tuba en touchant le mur avec la main à chaque virage. A la fin du parcours de nage, il doit effectuer une immersion pour rechercher un mannequin. Cette recherche se fait après avoir touché l'extrémité du bassin ;
- Remorquage du mannequin face hors de l'eau sur un parcours de 50 mètres. Ce mannequin devra être du modèle réglementaire, c'est à dire d'un poids de 1,5 kg à une profondeur de 1 mètre. Toute immersion de la face de la victime figurée pendant une durée égale ou supérieure à cinq secondes entraîne l'élimination du candidat.



**Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve, en moins de 4 minutes et 20 secondes inclus**

➤ **Porter secours à une personne en milieu aquatique :**

- Le sauvetage d'une personne qui simule une situation de détresse se situant à 15 mètres au moins et 25 mètres au plus du bord ;
- La victime saisit le sauveteur de face ; après être dégagé de la situation, le sauveteur transporte la victime vers le bord en sécurité ; pendant le parcours le sauveteur rassure la victime ;
- Le sauveteur sort la victime de l'eau sans utiliser les échelles ou tout autre moyen matériel ;
- Après avoir sécurisé la victime, le candidat effectue une vérification des fonctions vitales et ensuite il explique succinctement sa démarche.

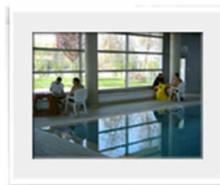
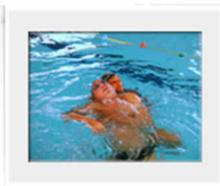
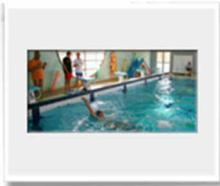
Le candidat effectue l'épreuve en short et tee-shirt. Aucun matériel n'est autorisé.



➤ **Epreuve théorique – Sous forme de QCM de 40 items en moins de 45 minutes**

Sur les domaines suivants :

- Secourisme
- Aspects juridiques et réglementaires concernant la sécurité et le sauvetage aquatique
- Textes sur l'organisation et la sécurité des lieux de baignade
- Signalisation d'un poste de secours
- Signalisation des aires et matérialisation des lieux de baignade,
- Balisage
- Règlements sur la conduite des embarcations et la pratique des sports nautiques et subaquatiques dans la zone littorale
- Organisation des secours
- Dispositions matérielles d'organisation et d'activation des postes de secours
- Mise en œuvre des moyens d'alerte
- Connaissance et diffusion des informations météorologiques
- Observation du champ de surveillance, diffusion des incidents, modalités d'alerte du poste de secours.
- Connaissance de l'organisation des structures publiques de secours, conduite à tenir en cas d'accident.
- Mesures conservatoires.
- Premiers soins d'urgence
- Alerte des secours publics



**Pour être déclaré apte, le candidat doit avoir obtenu une note supérieure ou égale à 30.**



## CONTENU DE LA FORMATION PSE 1 ET PSE 2

### *Le PSE 1 étant un prérequis pour la formation au BNSSA,*

*vous trouverez ci-après le contenu de la formation PSE 1 pour les personnes qui ne seraient pas encore titulaires de ce diplôme ainsi que le contenu de la formation PSE 2 pour une formation complémentaire.*

#### FORMATION PSE 1 - PRE-REQUIS AU BNSSA

Pour être **secouriste**, il est nécessaire d'être titulaire de l'unité d'enseignement «**Premiers Secours en équipe de niveau 1**».

Cette personne constitue le premier échelon opérationnel participant au secours à personnes. Le secouriste est formé et entraîné à la prise en charge de victimes, d'un accident, d'un malaise ou d'une aggravation brutale d'une maladie.

Pour ce faire, il va intervenir seul ou en équipe, avec ou sans matériel, afin de réaliser les gestes de premiers secours qui s'imposent pour l'intégrité de la victime, et, si nécessaire, en attendant l'arrivée d'une équipe de secours à personnes.

#### PROGRAMME

**Partie 1** - Le secouriste

**Partie 2** - La chaîne des secours

**Partie 3** - La sécurité

**Partie 4** - L'alerte

**Partie 5** - L'obstruction brutale des voies aériennes

**Partie 9** - La défibrillation automatisée externe

**Partie 10** - Les détresses vitales

**Partie 11** - Les malaises et la maladie

**Partie 12** - Les accidents de la peau

**Partie 13** - Les traumatismes des os et des

#### FORMATION PSE 2 - FORMATION (FACULTATIVE) COMPLEMENTAIRE AU PSE2

L'**équipier secouriste** doit être capable de s'intégrer au sein d'une équipe de secours, pour prendre en charge, sur les plans technique et humain, une victime d'un accident ou d'une détresse vitale, afin de la mettre dans les meilleures conditions possibles pour une éventuelle prise en charge médicale ultérieure. A ce titre, il doit aussi savoir dialoguer avec les équipes médicales qui seront appelées à prendre le relais et, le cas échéant à s'intégrer à leur action.

#### PROGRAMME

**Partie 1** - Le secouriste

**Partie 2** - Hygiène et asepsie

**Partie 3** - Les bilans

**Partie 4** - Les atteintes liées aux circonstances

**Partie 5** - Les affections spécifiques

**Partie 5** - L'obstruction brutale des voies aériennes

**Partie 6** - Les souffrances psychiques et les comportements inhabituels

**Partie 7** - Les pansements et les bandages

**Partie 8** - Les immobilisations

**Partie 9** - Les relevages

**Partie 10** - Les brancardages et le transport

**Partie 11** - Les situations avec de multiples victimes

**Partie 13** - Les traumatismes des os et des



## CALENDRIER DES FORMATIONS

Formation	Dates	Remarque
PSE 1	<b>Toussaint 2024</b> vacances scolaires 2024 zone C dimanche 20 au jeudi 24 octobre 2024 inclus Piscine Migneaux POISSY	<b>Prérequis à la formation BNSSA</b>  12 places maximum par session
<b>BNSSA (stage court)</b>  Toussaint 2024	<b>VACANCES SCOLAIRES (zone C)</b>  mercredi 23 octobre au samedi 2 novembre 2024 inclus	
<b>Examen BNSSA</b>	<b>Examen 2 novembre 2024 à la piscine de St Cyr l'Ecole</b>  A l'issue de la formation BNSSA, l'équipe pédagogique CROIX BLANCHE 78 donne un avis favorable ou défavorable au passage de l'examen.  A l'issue de l'examen, Le jury communique les résultats à notre fédération et en préfecture pour l'édition des diplômes	
PSE 2	<b>Prochaines sessions :</b>  1er trimestre 2025 (dates en préparation)	Formation complémentaire facultative
PSE 1	<b>Vacances scolaires de Pâques</b> (2 <sup>ème</sup> quinzaine d'avril 2025) (dates en préparation)	<b>Prérequis à la formation BNSSA</b>  12 places maximum par session
<b>BNSSA (stage court)</b>  Pâques 2025	<b>Vacances scolaires de Pâques</b> (2 <sup>ème</sup> quinzaine d'avril 2025) (dates en préparation)	examen fin avril 2025



## TARIFS DE LA FORMATION

Formation	Tarif
<input type="checkbox"/> <b>PSE 1</b> uniquement (éligible CPF)	400.00 Euros
<input type="checkbox"/> <b>BNSSA</b> uniquement (préparation + examen)	400.00 Euros
<input type="checkbox"/> <b>PSE1 + BNSSA (sur la même session)</b> préparation + examen	750,00 Euros
<input type="checkbox"/> <b>recyclage « BNSSA »</b> (préparation + examen)	250.00 Euros
<input type="checkbox"/> <b>Formation continue « PSE1 »</b> (éligible CPF)	100.00 Euros
<input type="checkbox"/> <b>Passage de l'examen seul</b> (conditions particulières – nous contacter)	100,00 Euros

### Conditions de règlement

- **Par Carte Bancaire** en vous inscrivant sur notre site (Possibilité de régler en 3x)  
<https://croixblanche78.org/>
- **En espèces**, (faites l'appoint en venant sur rendez-vous), dans nos locaux CROIX BLANCHE 78, groupe scolaire de la Haise, entrée rue Marie HILLION – 78 370 PLAISIR (téléphone : 01 30 55 02 02)
- **Nous n'acceptons plus les règlements par chèque**
- Financement **par votre Compte Personnel de Formation CPF**.  
Seule la formation PSE1 initiale ou recyclage est éligible au financement CPF, reste à charge forfaitaire de 100€.

Vous retrouverez les liens vers le site CPF et les dates sur notre site <https://croixblanche78.org/>

La plateforme CPF impose un délai de 11 jours ouvrés entre la date d'inscription et le début de la formation

- **Inscrivez-vous au moins 3 semaines avant le début de la formation**

**Nous vous informons que les éléments suivants sont à la charge du candidat :**

- **visite médicale**
- **documentation autre que le livret pédagogique BNSSA fourni**
- **palmes, masque, tuba, slip de bain et bonnet de bain obligatoire**
- **autre équipements personnels**



## Les étapes de votre inscription à la formation BNSSA

1. Téléchargement des pièces du dossier d'inscription sur notre site
2. Test d'aptitude avec le Maitre-Nageur Sauveteur de votre choix, précisant que vos temps de nage sont suffisants pour aborder la formation BNSSA (sur des stages courts, nous ne travaillerons que les épreuves spécifiques, pas votre vitesse de nage)
3. **Constitution et Envoi ou Dépôt du dossier d'inscription avec les pièces demandées**
  - La fiche d'inscription complétée et signée ainsi que la charte de bonne conduite.
  - La photocopie Recto/verso (lisible) d'une pièce d'identité (Pour les mineurs pièce d'identité du représentant légal)
  - La Photocopie du PSE1 (Premiers secours en Equipe de niveau1) ou diplôme équivalent
  - L'attestation de formation continue PSE1 en cours de validité à la date de l'examen ( si votre PSE1 a plus d'1 an)
  - L'original du certificat médical (de moins de trois mois à la date de l'examen) attestant l'acuité visuelle et auditive, l'aptitude à la natation, et doit contenir le nom, prénom du médecin, son tampon et la date lisible
  - Pour les formations initiales au BNSSA, l'attestation d'aptitude d'un BEESAN spécifiant que vous avez le niveau requis en vitesse de natation pour aborder une formation courte et spécifique au BNSSA
  - Pour les recyclages BNSSA, la copie de votre BNSSA initial
  - Pour les mineurs émancipés fournir une preuve d'émancipation ( ex : décision de justice)*
  - Pour les candidatures isolées, fournir une attestation de formation délivrée depuis moins d'1 an par un **organisme de formation agréé de sécurité civile***

**Adresser le dossier complet de préférence par mail à [croixblanche78@gmail.com](mailto:croixblanche78@gmail.com)**

**CROIX BLANCHE 78 – Groupe Scolaire de la Haise – 3 rue Mansart – 78370 PLAISIR**

*Pour un dépôt du dossier à nos bureaux, merci de prendre rendez-vous*

*L'accès aux bureaux de la Croix Blanche 78 se fait par la rue Marie HILLION*

**Tout dossier incomplet ne pourra pas être pris en compte**



Secouristes Français

Croix Blanche

Service : Formations

Association CROIX BLANCHE 78

Association régie par la loi 1901

Groupe scolaire de LA HAISE, 3 rue Mansart, 78370 PLAISIR

Tél : 01 30 55 02 02. Email : croixblanche78@gmail.com

Site : croixblanche78.org N° SIRET : 452 339 559 00026 Code A.P.E.8559A

## Fiche d'inscription à la formation

# BNSSA

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique

Session du 24 octobre 2024 au 31 octobre 2024

Examen le 2 novembre 2024 15h à 17h natation /17h30 à 19h30 réglementation

**Important** : Merci de remplir ce formulaire de manière informatique (avec Acrobat Reader par ex) ou d'écrire de façon lisible en MAJUSCULES

Civilité : ..... Nom : ..... Prénom : .....

Né(e) le : ...../...../..... à : ..... Dpt ou pays:.....

Adresse : .....

Code Postal: ..... Ville:.....

Email: ..... Tel Portable : .....

### Autorisation Parentale obligatoire pour les Mineurs

Je soussigné(e) .....

Représentant légal de .....

Autorise ce(tte) dernier(e) à s'inscrire et à participer à la session de BNSSA organisée par l'association Croix Blanche 78, qui se déroulera à **St Cyr l'Ecole du 24 au 2 novembre 2024**

SIGNATURE\*

Fait à ..... le : .....

### Pièces à joindre impérativement au dossier :

- Attestation Aptitude Niveau Natation remplie et signée par Maitre-Nageur
- Certificat Médical de moins de 3 mois
- Photocopie Recto/verso (lisible) d'une pièce d'identité
- La photocopie du PSE1 ou diplôme équivalent ou l'attestation de formation continue PSE1 en cours de validité à la date de l'examen.
- Pour les recyclages BNSSA, la copie de votre BNSSA initial

### J'atteste par ailleurs, avoir pris connaissance et accepter :

- Les conditions générales de ventes  
[https://croixblanche78.org/wa\\_files/conditions%20generales%20de%20vente%20v%20mai%202021%20association.pdf](https://croixblanche78.org/wa_files/conditions%20generales%20de%20vente%20v%20mai%202021%20association.pdf)
- Le livret d'informations pratiques et le règlement intérieur
- La charte de bonne conduite et les recommandations importantes (page suivante)

Fait à ..... le : .....SIGNATURE\* (obligatoire) :



## CHARTRE DE BONNE CONDUITE ET INFOS IMPORTANTES A L'INTENTION DES STAGIAIRES BNSSA

Suite à différents incidents dus à l'inattention et/ou à certains comportements inadaptés, il convient de rappeler ici des informations permettant à tous de suivre la formation BNSSA avec le maximum de chances de réussite.

- 1) **OBLIGATOIRE** : Le matériel individuel de chaque candidat : **maillot** de bain, **bonnet de bain**, **palmes**, **masque**, **tuba**, bouteille d'eau. Le matériel que **nous préconisons très fortement** est ci-dessous :



2) **Sur l'épreuve 100 m (sous peine d'élimination)**

- On ne pousse pas du rebord avec les pieds – pas de lunettes, ni de pince nez - on n'essaye pas de « jouer » avec les limites des 15 m d'apnée. Garder une marge est nécessaire. – la bouche du mannequin ne doit pas être immergée plus de 3 secondes sur 25 m

3) **Sur l'épreuve du 250 m PMT (sous peine d'élimination)**

- Pas de culbute en bout de bassin, CAR IL NE FAUT PAS POUSSER DU BORD AVEC LES PIEDS- **on garde obligatoirement tout son matériel (au cou ou dans la main) sur les 250 m**

- 4) **Epreuve de sauvetage** : - prendre la conscience dès que la victime a la tête hors d'eau au moment du remorquage, ce qui fait gagner du temps pour les gestes appropriés au secours de la victime.- **on doit entendre clairement le sauveteur crier "à l'aide"** ou siffler pour l'évacuation du bassin - on doit visiblement observer que le sauveteur **garde en permanence le visuel sur la victime**, (même en sautant dans l'eau), que le sauveteur **rassure clairement et fort** la victime durant le tractage, et que **la sortie d'eau doit être rapide**. Pour le secourisme, **15 pour l'O2, c'est un débit litre/minute** et non pas des milliampères ou des bars ! comme on l'a entendu !!

- 5) **Pour la réglementation** : un manuel est distribué à chaque stagiaire. Y apposer votre nom.

- 6) **Chartre de comportement** : BNSSA est une qualification professionnelle, qui débouche sur un métier de sécurité, de secours mais surtout de relations humaines. Votre comportement à cette formation est observé et démontre vos qualités à des employeurs potentiels. Notre avis est souvent sollicité. Aussi, coopérez, et en toutes circonstances, (réussite ou échec), les formateurs, le jury et l'environnement ont droit au respect de votre part.

En conséquence, est inacceptable, tout débordement de comportement (jet de matériel, insultes, désobéissances). Ce n'est pas compatible avec la fonction de BNSSA. Ce type d'incident lors de la formation peut donner lieu à une exclusion définitive, sans remboursement. Lors de l'examen, ce débordement implique une exclusion avec note officielle d'incident en préfecture et au ministère de l'intérieur.

**Le stagiaire ou son représentant légal : nom prénom, lu et approuvé, signature (ci-dessous)**



Secouristes Français

Croix Blanche

Service : Formations

Association CROIX BLANCHE 78

Association régie par la loi 1901

Groupe scolaire de LA HAISE, 3 rue Mansart, 78370 PLAISIR

Tél : 01 30 55 02 02. Email : croixblanche78@gmail.com

Site : croixblanche78.org N° SIRET : 452 339 559 00026 Code A.P.E.8559A

## ATTESTATION D'APTITUDE ET NIVEAU DE NATATION

Je soussigné .....

Maitre-nageur / BEESAN

N° de carte

professionnelle : .....

Atteste que

M/Mme.....

candidat(e) à une formation BNSSA organisée par la CROIX BLANCHE 78,

a d'ores et déjà un niveau de natation satisfaisant,

une vitesse de nage permettant d'aborder sereinement les temps demandés à l'examen BNSSA

et de suivre une formation courte (1 semaine) au BNSSA préparant uniquement les candidats aux

épreuves spécifiques (apnées, dégagement d'urgence, règlementation, mannequin aquatique,

secours nautique).

**Entre outre, son temps au 200 m PMT est de ..... (recommandé : < ou = 3'30" )**

Fait à..... Le...../...../..... signature :

### Pour information : extrait des épreuves

➤ **Parcours de sauvetage avec palmes, masque et tubas, en continu de 250 mètres**

- Au signal du départ de l'épreuve, le candidat s'équipe dans ou hors de l'eau ;
- Le candidat parcourt 200 mètres en palmes, masques et tuba en touchant le mur à chaque virage. A la fin du parcours de nage, il doit effectuer une immersion pour rechercher un mannequin. Cette recherche se fait après avoir touché l'extrémité du bassin ;
- Remorquage du mannequin face hors de l'eau sur un parcours de 25 mètres. Ce mannequin devra être du modèle réglementaire, c'est à dire d'un poids de 1,5 kg à une profondeur de 1 mètre. Toute immersion de la face de la victime figurée pendant une durée égale ou supérieure à cinq secondes entraîne l'élimination du candidat.

**Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve, en moins de 4 minutes et 20 secondes inclus**

➤ **Parcours de sauvetage aquatique en continu de 100 m**

- Un départ du bord du bassin ou d'un plot de départ, suivi de 25 mètres nage libre en surface ;
- Deux parcours de 25 mètres, comprenant chacun 15 mètres en immersion complète sur un trajet défini (matérialisé au fond et sur les bords), sans que le candidat ne prenne appui ;
- Un plongée dite « en canard », suivie de la recherche d'un mannequin qui repose entre 1,80 mètre et 3,70 mètres de profondeur ; le candidat remonte le mannequin en surface, puis le remorque sur 25 mètres, visage hors de l'eau.

L'épreuve s'effectue en maillot de bain. Le port d'une combinaison, lunettes de piscine, masque, pince-nez ou tout autre matériel n'est pas autorisé.

**Pour être jugé apte, le candidat doit réaliser l'épreuve, en moins de 2 minutes et 40 secondes inclus**

# CERTIFICAT MÉDICAL

Exigé pour toute candidature au Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique ( et Recyclage )

## BNSSA

Je soussigné,

Docteur en médecine, certifie avoir examiné ce jour,

Mr Mme Melle :

Et n'avoir constaté aucune contre-indication apparente à la pratique de la **natation**, du **sauvetage** et de la **surveillance** des usagers des lieux de bains.

Ce sujet présente en particulier une **aptitude normale à l'effort**, une **acuité auditive** lui permettant une voix normale à cinq mètres et une **acuité visuelle** conforme aux exigences ci-dessous.

Fait à :

Le :

Cachet et Signature

***Ce document peut être complété par tout médecin généraliste***

**Ce certificat doit être établi moins de TROIS mois avant la date de l'examen**

### ACUITE VISUELLE

#### Sans correction

**4/10** en faisant la somme des acuités visuelles de chaque œil, mesurées séparément soit au moins **3/10 + 1/10** ou **2/10 + 2/10**.

#### Avec correction

Soit une correction amenant une acuité visuelle de **10/10** pour un œil quelque soit la valeur de l'autre œil corrigé (**supérieur à 1/10**)

Soit une correction amenant une acuité visuelle de **13/10** pour la somme des acuités visuelles de chaque œil corrigé, avec un œil corrigé au moins à **8/10**.

#### Cas particulier :

Dans le cas d'un œil amblyope, le critère exigé est de **10/10** pour l'autre œil corrigé.