

## 1 Formation 2 diplômes



Le PSE 1 :

Être capable de porter secours à une victime

Le BNSSA :

Être capable de surveiller et d'intervenir lors d'une noyade

Coût de la formation :

610 € pour 66h de formation

## Programme de formation



Le PSE 1 : 36h

Formation aux gestes de premiers secours en équipe de niveau 1

Préparation aux épreuves : 20h

- Entraînement de natation
- Sauvetage

Préparation au QCM : 10h

- Règlements

Piscine intercommunale muroise



## Formation Brevet National de Sécurité et Sauvetage Aquatique (BNSSA)



Prévention



Surveillance



Intervention

## Vous êtes intéressés par cette formation ?

Envoyez vos coordonnées par mail à l'adresse suivante [etapsmurois@simurois.fr](mailto:etapsmurois@simurois.fr) en indiquant :

- Nom/prénom
- Adresse postale
- Numéro de téléphone

ou contactez l'accueil de la piscine au 04.72.48.63.46 et demandez à parler à Florian.



## Quelles sont les conditions d'accès ?

- Avoir plus de 17 ans
- Niveau confirmé en natation
- Disponible du Samedi 29 février au Samedi 7 mars 2020 (stage intensif de 8 jours continus)



## Où puis-je travailler ?



A la piscine du SIM lors de saison estivale

A la piscine du SIM toute l'année le week-end

En tant que secouriste dans une association

## Le BNSSA c'est quoi ?

Une formation professionnelle qualifiante

Un diplôme pour travailler contre rémunération



## Les épreuves du BNSSA

100m combiné : 2'40 "

- 25m NL
- 2x15m apnée
- 25m remorquage

250m Palmes/Masque/Tuba : 4'20''

- 200m NL
- 50m remorquage

Action de Sauvetage sur Noyé

- Porter secours à une victime dans l'eau
- Sortir de l'eau la victime
- Faire les premiers gestes de secours