

Risques de Chute à l'Eau Niv 1

40%
Théorique

60%
Pratique

7h

Formation Risques de Chute à l'Eau [Niveau 1]

Objectifs de la formation

- Sensibiliser les travailleurs aux risques liés à la chute à l'eau et aux dangers des environnements aquatiques.
- Former à l'utilisation et à l'entretien des Équipements Individuels de Flottaison (EIF) à déclenchement automatique ou manuel.
- Développer des réflexes de sécurité en cas de chute à l'eau.
- Pratiquer les techniques de déplacement sécurisé et d'assistance à un coéquipier en difficulté.

Programme de formation

♦ Matinée : Théorie (3h30)

Accueil et présentation de la formation (0h30)

- ♦ Présentation du programme et des objectifs
- ♦ Tour de table des participants et identification de leurs besoins

Dangers et risques liés à l'environnement aquatique (0h45)

- ♦ Identification des risques et facteurs aggravants
- ♦ Conséquences de la chute à l'eau : hypothermie, hydrocution, noyade

Cadre réglementaire et règles de sécurité (0h45)

- ♦ Obligations légales de l'employeur et du salarié (Code du Travail, EPI)
- ♦ Plan de prévention et gestion des secours

Équipements de prévention et de sécurité (0h45)

- ♦ Présentation des équipements individuels et collectifs de flottaison
- ♦ Fonctionnement, réglage et vérifications des gilets de sauvetage

Conduite à tenir en cas d'accident (0h45)

- ♦ Réactions adaptées en cas de chute à l'eau
- ♦ Organisation des secours et assistance à une victime

♦ Après-midi : Pratique (3h30)

Mise en situation et tests aquatiques (1h00)

- ♦ Test de flottabilité et d'aisance aquatique (25m)
- ♦ Port et ajustement du gilet de sauvetage
- ♦ Simulation de chute à l'eau et déplacement en sécurité

Assistance à un coéquipier en difficulté (1h00)

- ♦ Techniques d'approche et de sauvetage d'une victime
- ♦ Utilisation des équipements de secours (bouée, perche, ligne de vie)

Simulation d'intervention et gestion de l'urgence (0h45)

- ♦ Scénarios d'intervention en binôme
- ♦ Communication et alerte des secours

Débriefing et analyse des exercices (0h45)

- ♦ Retour d'expérience sur les mises en situation
- ♦ Ajustements des techniques et bonnes pratiques

Évaluation et validation des acquis (0h30)

- ♦ QCM de validation théorique
- ♦ Remise des attestations de formation

Références réglementaires :

Code du travail :

- Article R. 4323-104 : Information et formation des travailleurs
- Article R. 4323-105 : Elaboration de consigne d'utilisation et risques inhérents à l'emploi des EPI
- Article R. 4323-106 : Le chef d'établissement doit aussi faire bénéficier ses travailleurs "d'une formation adéquate comportant, en tant que de besoin, un entraînement au port de cet équipement de protection individuelle"
- Article R. 4534-136 : Les travailleurs exposés aux risques de noyade doivent être porteur de gilet de sauvetage
- Arrêté du 19 mars 1993 sur les activités classées dangereuses

Public concerné :

Travailleurs exposés aux risques de chute à l'eau dans des environnements aquatiques contrôlés tels que :

- Bassins artificiels
- Piscines
- Fosses de plongée

Toute personne devant utiliser un équipement individuel de flottaison (EIF) à titre occasionnel ou régulier.

Durée du stage :

Formation Initial de 7 heures.

Pré requis :

- Savoir nager est recommandé.
- Aucune contre-indication médicale à la pratique d'activités aquatiques.

Intervenants :

- Anciens sapeurs-pompiers de Paris, experts en sauvetage aquatique.
- Instructeurs de sauvetage mer et rivière.
- Plongeurs professionnels INPP et moniteurs de secourisme.

Méthodes pédagogiques

Alternance entre théorie et pratique :

- Cours interactifs avec supports visuels et démonstrations.
- Mises en situation en piscine pour valider les apprentissages.
- Retours d'expérience et échanges avec les formateurs.

Méthode d'évaluation :

Grille de validation partie pratique, 70/100 nécessaire.

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap sous réserve de faisabilité

Validation finale

- Délivrance d'une attestation de formation en fin de session.
- Cette attestation est un prérequis pour accéder à la formation de Niveau 2, permettant une formation en milieu naturel (rivières, lacs, fleuves...).

Maintien des connaissances :

Formation obligatoire sous l'autorité du chef d'établissement et recyclage régulier à réaliser tous les 3 ans.