

Le BNSSA - 1/2

Un diplôme peu connu mais qui peut permettre de sauver des vies. Avis à ceux qui aime l'eau...

Le BNSSA : Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique.

Voici une petite description de ce diplôme :

A quoi ça sert

Avec ce diplôme vous devenez BNSSA ou surveillant-sauveteur. Un BNSSA peut donc surveiller les plans d'eau d'accès gratuit (lac, piscine de camping, d'hôtel, plage côtière avec une formation complémentaire et le permis bateau). C'est lui qui va surveiller l'endroit et secourir si besoin est. En gros, il a les mêmes responsabilités qu'un MNS (ou BEESAN) sauf qu'il n'a pas le droit d'apprendre à nager.

La formation

Différents types. Avec la SNSM (Société Nationale de Sauvetage en Mer) la formation dure d'Octobre jusqu'à l'examen (au printemps en général mais tout dépend du lieu) à raison d'un entraînement de natation de 2h par semaine, plus des cours théoriques et de secourisme. Il existe aussi une formation du même genre avec le CREPS (Centre régional d'éducation populaire et sportive) et une plus courte avec le CREPS aussi. Cependant selon la région, les organismes varient un peu.

Pour qui

Les très bons, bons et assez bons nageurs parce que autant le dire tout de suite c'est dur et intensif... Donc bonne condition physique recommandée ! Cependant, si vous êtes assidus aux entraînements, les progrès sont rapides donc c'est tout à fait faisable. Il faut aussi être majeur au moment de l'examen et présenter l'AFPS (Attestation de Formation aux Premiers Secours) et l'AFPCPSAM (Attestation de Formation Complémentaire aux Premiers Secours Avec Matériel) mais on vous fait passer ces 2 diplômes durant l'année si vous ne les avez pas déjà.

L'examen

Il se déroule en 2 parties : le matin les épreuves éliminatoires et si elles sont réussies vous avez gagné le droit de revenir l'après-midi pour les épreuves cotées !

- les épreuves éliminatoires :

- les apnées : il faut réaliser une série de 3 apnées successives de minimum 20s sur un trajet de minimum 15m avec 12s de récupération entre chaque. (tout dans les poumons et dans la tête !)
- le mannequin : départ plongé. 25m nagé. Récupération du mannequin sous l'eau. 25m retour avec le mannequin. Tout ça en moins d'1min20 et sans que le mannequin boive + de 3 fois ou + de 5s. Arf arf...
- le secourisme : on traite un cas simple et évolutif avec + ou - de matériel et l'aide d'un témoin ou pas. La plupart du temps il amène à effectuer un massage cardiaque. Ca c'est la base, le plus important quand même... Le tout est de pas paniquer et de faire ça bien.
- le 800m PMT (Palmes-Masque-Tuba) : le meilleur pour la fin... Lol ! Donc là il faut parcourir 800m avec palmes aux pieds et masque et tuba sur le visage en moins de 13min. Gare aux palmes trop grandes...

Le BNSSA - 2/2

- les épreuves cotées (pour les réussir il ne faut pas avoir moins de 6 points et il faut 12 de moyenne selon le barème) :

- le 200m 2 nages : 100m en nage ventrale et 100m en nage dorsale (en moins de 4min25 pour avoir plus de 6) coef 1

- les prises de dégagement : alors ça c'est "très marrant". En gros c'est le noyé qui essaye de couler le sauveteur... Lol ! Plus précisément, le noyé s'agrippe au sauveteur qui doit se dégager puis ramener la victime au bord et la sortir de l'eau. 3 prises sont effectuées avant la sortie puis elles sont refaites et expliquées par le sauveteur sur le bord. Coef 2

- la théorie : 3 questions sont posées : une sur les aspects juridiques et réglementaire concernant la sécurité et le sauvetage aquatique ; une sur l'organisation des secours et une sur la connaissance de l'organisation des structures publiques de secours et la conduite à tenir face à un accident. Coef 3.

Voilà et à l'issue de tout ça on nous fait bien stresser et mariner dans notre jus devant la piscine pour enfin annoncer les résultats !

A noté qu'en général, si ça se passe mal la première fois, il y a une session de rattrapage. De plus, l'examen ne se fait pas aux mêmes dates dans toutes les villes donc il y a possibilité de le repasser dans une ville différente de celle de la formation.

Personnellement, j'ai trouvé que c'était une très bonne expérience même si ça a été dur. Ce diplôme permet d'avoir des notions en secourisme, ce qui peut être très utile et plutôt enrichissant. De plus, étant donné que c'est un diplôme peu connu et pas à la portée de tout le monde, les BNSSA sont très recherchés l'été et l'emploi est donc plutôt bien payé.

Voilà, si vous êtes intéressé par ce diplôme, je n'ai qu'un conseil : renseignez vous et FONCEZ !