



Médaille de bronze

Le certificat *Médaille de bronze* permet aux candidats d'acquérir une compréhension des quatre composantes de base du sauvetage : le jugement, les connaissances, les habiletés et la forme physique. Ils apprennent les techniques de remorquage et de portage, de défenses et de dégagements, afin de se préparer à effectuer le sauvetage de victimes conscientes et inconscientes en prenant des risques de plus en plus élevés. Les candidats développent une meilleure technique de nage et améliorent leur endurance. La *Médaille de bronze* est préalable pour le certificat *Croix de bronze*.

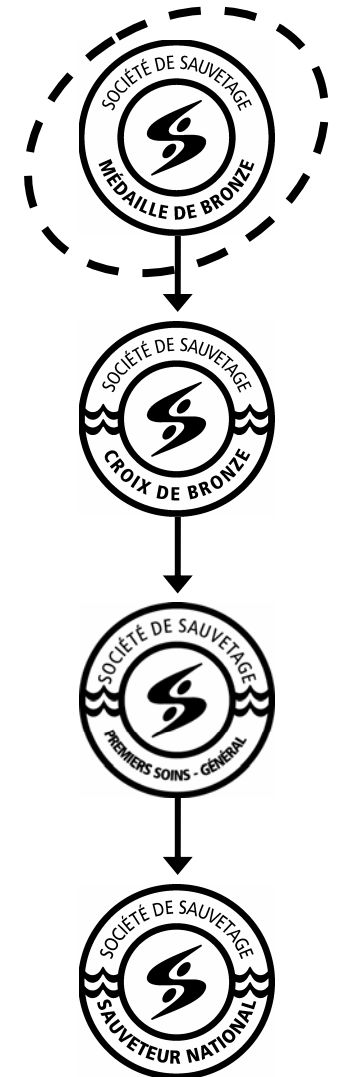
Cette formation vous permettra d'acquérir les connaissances et habiletés suivantes :

- Effectuer la respiration artificielle et la réanimation cardio-respiratoire à un sauveteur;
- Simuler le traitement d'une victime consciente ayant les voies respiratoires obstruées;
- Simuler le traitement d'une victime inconsciente ayant les voies respiratoires obstruées;
- Reconnaître une victime en état de choc et lui administrer les soins nécessaires;
- Reconnaître une victime souffrant d'une crise cardiaque ou d'angine et lui administrer les soins nécessaires;
- Reconnaître une victime souffrant d'une hémorragie externe et lui administrer les soins nécessaires;
- Reconnaître une victime souffrant d'un accident vasculaire cérébral ou d'un accident ischémique transitoire et lui administrer les soins nécessaires;
- Évaluer la sécurité des installations aquatiques et des activités en cours et, au besoin, donner l'exemple de comportements aquatiques plus sécuritaires;
- En eau peu profonde, récupérer et immobiliser une victime consciente qui respire ayant une blessure cervicale à la colonne vertébrale;
- Effectuer une recherche individuelle sous-marine logique;
- Effectuer un sauvetage sans contact en milieu aquatique;
- Effectuer le sauvetage d'une victime inconsciente qui ne respire pas se trouvant en eau profonde;
- Effectuer le sauvetage d'une victime paniquée ou en train de se noyer nécessitant une approche et un retour de 20 m ou v.
- Lancer avec précision une aide flottante;
- Simuler les techniques d'autosauvetage;
- Récupérer une victime immergée sur une distance de 20 mètres ou verges;
- Démontrer les trois méthodes de défense et de dégagement;
- Nager 6 x 25 m ou v la tête hors de l'eau;
- Nager sans arrêt 500 m ou 550 v en 15 minutes ou moins;

Pour vous inscrire à cette formation, vous devez :

Être âgé de 13 ans à l'examen final ou détenir le certificat *Étoile de bronze* et démontrer les habiletés et connaissances de Junior 10 de la Croix-rouge canadienne au plus tard au premier cours, soit :

- Plongeon de surface tête et pieds en premier avec nage sous l'eau, 2 m
- Sauvetage sur glace à partir d'une zone sécuritaire
- Exercices de battement des jambes :
 - Battement du dauphin (vertical), 3 x 10 sec
- Nager de façon continue et dans l'ordre les styles suivants :
 - Crawl, 100 m
 - Dos crawlé, 100 m
 - Dos élémentaire, 50 m
 - Brasse, 50 m



DEVENIR SAUVETEUR
www.sauvetage.qc.ca