

# APPRENDS LES GESTES QUI SAUVENT !

Secourisme, 1ers secours, BNSSA ...

LES DOSSIERS iJNA



# SOMMAIRE

<i>Les certificats et diplômes du secourisme</i>	<i>p.3</i>
<i>Les certificats et diplômes de sauvetage aquatique</i>	<i>p.5</i>
<i>Où se former ?</i>	<i>p.7</i>
<i>Carnet d'adresses</i>	<i>p.8</i>
<i>Associations nationales</i>	<i>p.8</i>



## ***Bon à savoir***

Même après l'obtention d'un certificat ou d'un diplôme de secourisme, il est important de renouveler régulièrement ses connaissances. C'est ce qu'on appelle le « recyclage ». Le recyclage est parfois simplement conseillé, mais il peut également être obligatoire.

Le secourisme consiste à apporter les premiers gestes d'urgence à une personne, dans divers cadres, avec ou sans matériel, seul·e ou en équipe. Il existe des formations de base ainsi que des formations spécifiques. Il s'agit donc de connaître les « gestes qui sauvent » pour avoir les bons réflexes dans une situation donnée.

## LES CERTIFICATS ET DIPLÔMES DU SECOURISME

### PREMIERS SECOURS

#### PSC1 (Prévention et Secours Civiques niveau 1)

**Pourquoi ?** Pour apprendre les rudiments des premiers secours (apprentissage de gestes, mises en situation).

**Pré-requis :** accessible dès 10 ans (autorisation parentale requise pour les mineurs).

**Public visé :** grand public. Vivement recommandé pour : professionnel·le·s de l'enfance, des soins à domicile, de l'animation socioculturelle, d'associations sportives... Exigé par la loi pour certains métiers ou pour l'inscription à certains concours ou examens (professeur·e des écoles par exemple).

**Formation :** 8h en moyenne.

**Validation :** délivrance d'un certificat de compétences reconnu par l'État à l'issue de la formation.

**Coût :** de 40 à 90 €.

**Recyclage :** fortement conseillé tous les 5 ans mais pas obligatoire.

#### PSSM (Premiers Secours en Santé Mentale)

**Pourquoi ?** Pour savoir détecter et pouvoir apporter un soutien initial aux personnes qui subissent le début de troubles de santé mentale, la détérioration de troubles existants de santé mentale, ou des crises de santé mentale.

**Pré-requis :** pas de pré-requis.

**Public visé :** tout public.

**Formation :** 14h de formation qui peuvent se dérouler sur 2 jours consécutifs, 2 jours non consécutifs (sur une quinzaine) ou 4 demi-journées (échelonnées sur 1 mois maximum) OU à distance en 7 modules de 2h.

**Coût :** selon les formateurs ou formatrices.

”

J'ai passé le PSC1 dans le cadre de mon volontariat. En effet c'est une des formations obligatoires lorsqu'on est volontaire en Service Civique. En cette période de crise sanitaire, il était un peu difficile de pratiquer les gestes de secours mais heureusement notre formateur s'est arrangé pour que nous pratiquions au moins les plus importants. Avant cette formation, je ne connaissais pas les bons gestes à adopter en situation d'urgence. Aujourd'hui je sais que je peux à tout moment sauver une vie grâce à ces quelques heures de formation.

Fatima, 23 ans

## SECOURISTE ET ÉQUIPIER SECOURISTE (PSE1 ET PSE2)

### PSE1 (Premiers secours en équipe de niveau 1)

**Pourquoi ?** Pour avoir le titre de secouriste (premier échelon opérationnel participant au secours des personnes). Être formé·e et entraîné·e à la prise en charge de victimes d'un accident, d'un malaise, dans le cadre d'interventions (seul·e ou en équipe, avec ou sans matériel). Permet de passer le PSE2 ou de suivre une formation spécialisée type BNSSA.

**Pré-requis :** 16 ans minimum.

**Public visé :** toute personne qui désire avoir une activité professionnelle, bénévole ou volontaire au sein d'un service de l'Etat, d'une collectivité territoriale, d'un établissement public ou d'une association agréée de Sécurité Civile, dont le secourisme est une des activités reconnues par l'État.

**Formation :** 35h de formation.

**Validation :** validation des acquis faite par l'organisme de formation.

**Coût :** entre 200 et 300 €.

**Recyclage :** obligatoire tous les ans.

*Bon à savoir : être formateur·rice*

Il existe plusieurs niveaux de formation pour devenir formateur·rice PSC1, PSE1, PSE2, voire formateur de formateur. La plupart des organismes qui forment aux diplômés du secourisme forment aussi des formateur·rices.

Plus d'infos : <https://www.ffss.fr/web/ffss/612-devenir-formateur.php>

### PSE2 (Premiers secours en équipe de niveau 2)

**Pourquoi ?** Pour avoir le titre d'équipier·ère secouriste, qui permet d'intervenir au sein d'un poste de secours ou d'un dispositif de secours d'urgence, en binôme ou en équipe, et sous la responsabilité d'un·e chef·fe d'équipe.

**Pré-requis :** 16 ans minimum, être titulaire du PSE1.

**Public visé :** toute personne qui désire avoir une activité professionnelle, bénévole ou volontaire au sein d'un service de l'État, d'une collectivité territoriale, d'un établissement public ou d'une association agréée de Sécurité Civile, dont le secourisme est une des activités reconnues par l'État.

**Formation :** 35h.

**Validation :** validation des acquis faite par l'organisme de formation.

**Coût :** entre 200 et 300 €.

**Recyclage :** obligatoire tous les ans.

### Sauvetage Secourisme du Travail (SST)

**Pourquoi ?** Pour avoir le titre de Sauveteur Secouriste du Travail. Il s'agit d'une formation de secouriste adaptée au monde de l'entreprise, qui comprend le PSC1, plus un module spécifique pour les risques liés à l'activité professionnelle de l'entreprise d'origine des stagiaires.

**Pré-requis :** 16 ans minimum.

**Public visé :** personnels des entreprises. Obligatoire pour les professionnel·le·s en atelier avec travaux dangereux, ou sur des chantiers avec travaux dangereux et au moins 20 personnes pendant plus de 15 jours.

**Formation** : durée minimale de 14h.

**Validation** : délivrance d'un certificat à l'issue de la formation.

**Coût** : prise en charge par l'employeur.

**Recyclage** : tous les 2 ans.



## LES CERTIFICATS ET DIPLOMES DE SAUVETAGE AQUATIQUE

### BSB (Brevet Surveillant de Baignade)

**Pourquoi ?** Pour encadrer la baignade des enfants dans le cadre des accueils collectifs de mineurs (centres de vacances et de loisirs)

**Pré-requis** : avoir 17 ans au moment de la formation, être reconnu·e médicalement apte à la pratique de la natation et du sauvetage, avoir un minimum d'aptitude et d'entraînement à la natation.

**Formation** : 35h environ.

**Validation** : examen final comportant des épreuves pratiques et théoriques. Attestation délivrée par la FFSS.

**Coût** : entre 150 et 250 €.

**Recyclage** : obligatoire tous les 5 ans.

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

**Pourquoi ?** Pour assurer la sécurité et la surveillance principalement des zones de baignade aménagées d'accès public et gratuit, en bord de mer ou près des plans d'eau.

**Pré-requis** : avoir 17 ans, être titulaire du PSE1 ou PSE2, avoir une attestation de formation continue de secouriste en cours de validité, être reconnu·e apte médicalement, être rattaché·e à un organisme de formation agréé.

**Formation** : 35h minimum.

**Validation** : examen organisé par la préfecture ; s'inscrire minimum un mois avant. Épreuves physiques (apnée, mannequin, natation, palmes, masque et tuba, actions du sauveteur/sauveteuse sur le/la noyé·e) et théoriques (réglementation et prévention). Diplôme d'État professionnel délivré par le Ministère de l'Intérieur.

**Coût** : entre 250 et 350 €.

**Recyclage** : valide 5 ans à partir de la date d'obtention, puis recyclage obligatoire (4 tests).

### *Bon à savoir*

Le BSB peut aussi être préparé dans le cadre d'une qualification BAFA ([voir notre dossier sur le BAFA](#)).

## Sauvetage en mer

**Pourquoi ?** Pour assurer la surveillance des baignades et des plages pendant la période estivale.

**Pré-requis** : nageurs-sauveteurs et nageuses-sauveteuses volontaires.

**Formation** : 8 mois, avec des périodes de stage. La formation comprend les préparations aux diplômes suivants : PSE1, PSE2, BNSSA (Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique),

Elle peut être complétée par des stages plus ciblés (pilotage de jet-ski, spécialisation plages dangereuses...).

permis mer côtier, CRR (certificat restreint de radiotéléphoniste), SSA littoral mention pilotage (certificat de surveillance et de sauvetage aquatique).

Elle peut être complétée par des stages plus ciblés (pilotage de jet-ski, spécialisation plages dangereuses...).

Avec de l'expérience, les nageurs-sauveteurs et nageuses-sauveteuses peuvent poursuivre leur formation pour devenir chef·fe·s de poste, adjoint·e·s au chef·e de poste ou encore formateur·rice·s.

**Coût** : 1000 €.



J'ai passé le BNSSA quand j'avais 20 ans. Étant kayakiste, j'avais déjà des bases de sauvetage acquises par mon club. Passer le BNSSA m'a permis, entre autre, d'allier job saisonnier et passion durant mes études. En effet, j'ai pu travailler dans une colonie de vacances dans laquelle les enfants pouvaient faire du kayak. Cela m'a également aidé à affirmer mon projet professionnel qui était de devenir pompier et de m'engager pour la sécurité et le sauvetage de toute personne en ayant besoin.

Louis, 27 ans



### ZOOM SUR ... LE BON SAMARITAIN

Le Bon Samaritain est un service qui permet aux professionnel·le·s de l'urgence (Pompiers, SAMU) de localiser et d'alerter des volontaires formé·e·s ou non aux gestes de premiers secours en cas d'arrêt cardiaque à proximité afin de porter secours à la victime ou d'aller chercher un défibrillateur.

Il suffit de s'inscrire sur l'application Staying Alive. Le Bon Samaritain peut ainsi être alerté et intervenir en attendant l'arrivée des secours.

Toutes les informations sur leur site internet : <https://www.bon-samaritain.org/>

# OÙ SE FORMER ?

**Attention : les structures indiquées ci-dessous ne proposent pas nécessairement toutes les formations à tous les diplômes ! Pour connaître l'offre de formation de ces organismes en détail, nous vous invitons à prendre directement contact avec eux, en vous référant aux sites des associations nationales pour trouver une délégation ou une antenne locale. Vous pouvez également rechercher des formations précises via des sites internet spécialisés.**

## 1) Premiers secours et secourisme

**Pour le PSC1, PSE1, PSE2 :**

- Croix-Rouge ;
- Croix-Blanche ;
- Protection Civile ;
- Fédération française de sauvetage et de secourisme ;
- Union des Sapeurs-Pompiers de votre département ;
- Formation souvent proposée en collège et en lycée pour le PSC1.

**Pour le SST :** voir avec le Service des Ressources Humaines de votre entreprise.

**Pour le PSSM (premiers secours en santé mentale) :**

- Les formateurs près de chez vous : <https://pssmfrance.fr/portfolio-formateurs/>
- Le calendrier des formations : <https://pssmfrance.fr/calendrier-formations/>

## 2) Sauvetage aquatique

Renseignez-vous auprès de la FFSS (Fédération française de sauvetage et de secourisme) et/ou dans une association agréée par la FFSS.

## ZOOM SUR ... LES AIDES FINANCIÈRES

Différents organismes peuvent vous proposer des aides financières pour les formations en secourisme :

- mairies ;
- conseils départementaux ;
- conseil régional ;
- Pôle emploi ;
- missions locales.

N'hésitez pas à contacter les structures proches de chez vous et/ou à vous référer à votre conseiller Pôle emploi ou Mission Locale pour en savoir plus.

Par ailleurs, des sessions de formation sont parfois organisées dans les établissements scolaires (collèges, lycées, universités, écoles...) gratuitement ou à prix très bas.

Enfin, pour le BNSSA en particulier, la Région propose une aide de 150 € pour un BNSSA piscine ou 400 € pour un BNSSA en milieu naturel. Plus d'infos : <https://les-aides.nouvelle-aquitaine.fr/economie-et-emploi/aides-aux-brevets-bafa-bafd-bnssa>

Bon à savoir : deux départements en Nouvelle-Aquitaine proposent des aides à la préparation du BNSSA. L'attribution de cette aide (200 €) est conditionnée par un engagement citoyen.

Landes : <https://www.landes.fr/pack-jeunes-formation>

Pyrénées-Atlantiques : <https://www.le64.fr/jeunes-et-engages>

# CARNET D'ADRESSES

## Ligue régionale FFSS Nouvelle-Aquitaine

57 rue de la Ganterie 86000 Poitiers

Tél : 06 03 31 61 85

## Institut Régional de Formation Sanitaire et Sociale Nouvelle-Aquitaine

22-25 rue des Terres Neuves 33130 Bègles

Tél : 05 57 87 64 46

<https://irfss-nouvelle-aquitaine.croix-rouge.fr/>

## Centres Territoriaux de formation de la Fédération Nationale des Métiers de la Natation et du Sport

### Aquitaine

Annexe du collège de Chambéry - 138 route de Léognan 33140 Villenave d'Ornon

Tél : 06 20 26 51 21

Mail : [usgrd.asso@gmail.com](mailto:usgrd.asso@gmail.com)

[Site internet](#)

Liste des centres de formation en Aquitaine : <https://www.fnmns.com/formations/centres-de-formationen/aquitaine>

### Poitou-Charentes

9 rue du Général Sarrail 17450 Fouras

Tél : 06 76 67 96 50

Liste des centres de formation en Poitou-Charentes : <https://www.fnmns.com/formations/centres-de-formationen/poitou-charentes>

## Union nationale des associations de secouristes et sauveteurs

### UNASS Les Charentes – Deux-Sèvres (16, 17, 79)

98 rue de Bellegarde 16000 Angoulême

Tél : 06 74 70 43 59

### UNASS Haute-Vienne – Creuse (87, 23)

Le Mas Loubier, 5 rue de la Céramique 87100

Limoges

Tél : 05 55 10 04 49

### UNASS Dordogne – Lot-et-Garonne (24, 47)

24 rue du 1er mai - Les Brandes 24430

Marsac-sur-l'Isle

Tél : 06 41 27 12 33

### UNASS Pays du Sud Ouest (40, 64, 65)

10 impasse Henri IV 64110 Gelos

Tél : 06 87 09 89 09

## ASSOCIATIONS NATIONALES

- **Anims** - Association nationale des instructeurs et moniteurs de secourisme : <https://anims-secourisme.fr/>

- **ANPS** - Association nationale des premiers secours : [www.anps.fr](http://www.anps.fr)

- **CFS** - Centre français de secourisme : [www.cfs.paris](http://www.cfs.paris)

- **Croix Rouge** : <https://www.croix-rouge.fr/Je-me-forme>

- **Fédération des secouristes français** - Croix Blanche : [www.croixblanche.org](http://www.croixblanche.org)

- **FFMNS** - Fédération Française des Maîtres Nageurs Sauveteurs : <https://ffmns.fr/>

- **FFSFP** - Fédération française des secouristes et formateurs policiers : [www.ffsfp.org](http://www.ffsfp.org)



- **FFSS** - Fédération française de sauvetage et de secourisme : [www.ffss.fr](http://www.ffss.fr)

- **Rechercher une formation précise dans sa région** : <https://www.ffss.fr/web/ffss/644-cherchez-une-formation.php>

- **FNEDS** - Fédération nationale d'enseignement et de développement du secourisme : [www.fneds.fr](http://www.fneds.fr)

- **FMNS** - Fédération nationale des métiers de la natation et du sport : <https://www.fnmns.com/>

- **FNPC** - Fédération nationale de protection civile - : [www.protection-civile.org](http://www.protection-civile.org)

- **Ordre de Malte France** : [www.ordredemaltefrance.org](http://www.ordredemaltefrance.org)

- **SNSM** - Société nationale de sauvetage en mer : [www.snsm.org](http://www.snsm.org)

- **Unass** - Union nationale des associations de secouristes et sauveteurs des groupes La Poste et Orange : [www.unass.fr](http://www.unass.fr)

**Malgré nos recherches approfondies, cette liste n'est pas exhaustive. N'hésitez pas à nous faire part de vos remarques pour l'améliorer et la compléter.**



## RESSOURCES

- Le site **Secourisme Pratique** est très complet. Vous pourrez y trouver des informations détaillées sur chaque formation, des conseils pour bien vous préparer, des supports pédagogiques... <http://www.secourisme-pratique.com/index.php>

- La **fiche du CIDJ 5.412 "Les formations et diplômes du secourisme"** à consulter au format papier ou numérique dans les structures Information Jeunesse (contacts sur [infojeunes-na.fr](http://infojeunes-na.fr))

Tu veux combiner **secourisme**  
et **engagement** ?

Notre [guide de l'engagement](#)  
est fait pour toi !



2021

**PASSE TON  
BAFA-BAFD !**



Tu veux combiner **secourisme**  
et **animation** ?

Alors [passe le BAFA et/ou le  
BAFD !](#)



# LE RÉSEAU INFO JEUNES NOUVELLE-AQUITAINE

Retrouvez votre structure de proximité sur [infojeunes-na.fr](http://infojeunes-na.fr)

## Site de Bordeaux

125 cours Alsace Lorraine  
33 000 BORDEAUX  
Tél. 05 56 56 00 56  
[bordeaux@crijna.fr](mailto:bordeaux@crijna.fr)

## Site de Limoges

Carré Jourdan  
13 cours Jourdan  
87 000 LIMOGES  
Tél. 05 55 100 800  
[limoges@crijna.fr](mailto:limoges@crijna.fr)

## Site de Poitiers

45 place Charles de Gaulle  
86 000 POITIERS  
Tél. 05 49 60 68 68  
[poitiers@crijna.fr](mailto:poitiers@crijna.fr)

**Suivez-nous aussi sur Facebook, Twitter, Instagram et You Tube !**



[InfoJeunes.NA.Bordeaux.Europedirect](https://www.facebook.com/InfoJeunes.NA.Bordeaux.Europedirect)

[InfoJeunes.NA.Limoges](https://www.facebook.com/InfoJeunes.NA.Limoges)

[CRIJ.NA.Poitiers](https://www.facebook.com/CRIJ.NA.Poitiers)



[@InfoJeunesNA](https://twitter.com/InfoJeunesNA)



[infojeunesnouvelleaquitaine](https://www.instagram.com/infojeunesnouvelleaquitaine)



[Info Jeunes Nouvelle-Aquitaine](https://www.youtube.com/InfoJeunesNouvelleAquitaine)



**Une édition réalisée par le CRIJ Nouvelle-Aquitaine**

BAFA, BNSSA, BAFD



www.nouvelles-aquitaines.fr

17

30 ans

150 à 400  
€€€\*

pour vous aider pour votre brevet

BAFA • BNSSA • BAFD



+ d'infos sur :  
[JEUNES.NOUVELLE-AQUITAINE.FR](http://JEUNES.NOUVELLE-AQUITAINE.FR)

\*SOUS CONDITION DE RESSOURCES



et avec  
**Nouvelle-Aquitaine**

Encourageons aujourd'hui, réussissons demain

Commission Communauté Régionale Nouvelle-Aquitaine - Musée Basal - Juin 2017 - jeunessenaquitaine.com