

ECLAIREUSES ET ECLAIREURS DU SENEGAL

Association de scoutisme laïque fondée en 1937



Membre de l'Organisation Mondiale du Mouvement Scout

REGION DE DAKAR

DISTRICT DE RUFISQUE

RAPPORT D'ACTIVITE :

Sur la formation aux premiers secours en milieu aquatique



AAJDSR



Lieu : Maison de l'Eclaireur de Rufisque (plage à 50 mètres)

Date : vendredi 8 au samedi 9 mai 2015

Formateur :

Mr LE MOUROUX Jean Claude

Ex Maitre Nageur sauveteur diplômé de l'Etat Français

Rapporteur :

Mr Babou Malang

Chargé de la Communication du District de Rufisque

A l'arrivée de nos amis Nantais à la maison de l'éclaireur, en présence de Mr DIOP Mbakhane Directeur de la maison de l'éclaireur de Rufisque, Mr BA Sada Mamadou Commissaire du District de Rufisque, Mr Ndaw Coordonnateur de la formation, Mr ?? Le président de l'association ??, Mr Ndoye Albé Maire de la commune Est de la ville de Rufisque et éventuellement les stagiaires, des discours ont été abordé en l'honneur du partenariat qui existe entre la Nantes et Rufisque depuis maintenant plus d'une décennie

Ce fut une brève présentation de Mr LE MOUROUX sur la formation aux premiers secours en milieu aquatique expliquant le déroulement de l'activité pendant ces deux jours.

Déclarant ouverte la formation par Mr le Maire, nous sommes allés en direction à la plage et entamer le programme de la journée.

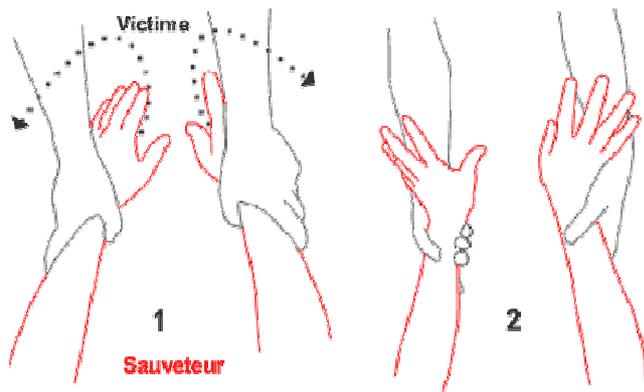
Arrivée a l'embarcadère de Rufisque, en présence des sapeurs pompiers qui sont venu un peu retard, le formateur commençait par la théorie, nous expliquant d'abord la responsabilité qui incombe au maitre nageur, de veiller à la sécurité de la plage et de prendre toutes les dispositions nécessaires. Le maitre nageur doit être actif, réactif, endurant, avoir la conscience de ce qu'il fait et les compétences requises en milieu aquatique.

Il nous a également montré les différentes techniques de dégagements en cas de noyade. Les prises qu'il faut faire en illustration de quelques pratiques que vous verrez en dessous :

Dans l'eau, une personne en difficulté panique rapidement. A l'approche du sauveteur, celle-ci voudra, pour éviter de couler, s'accrocher à vous.

Si cela vous arrive, il faudra vous dégager rapidement afin de rester maître de vos mouvements et pouvoir ainsi ramener la victime saine et sauve.

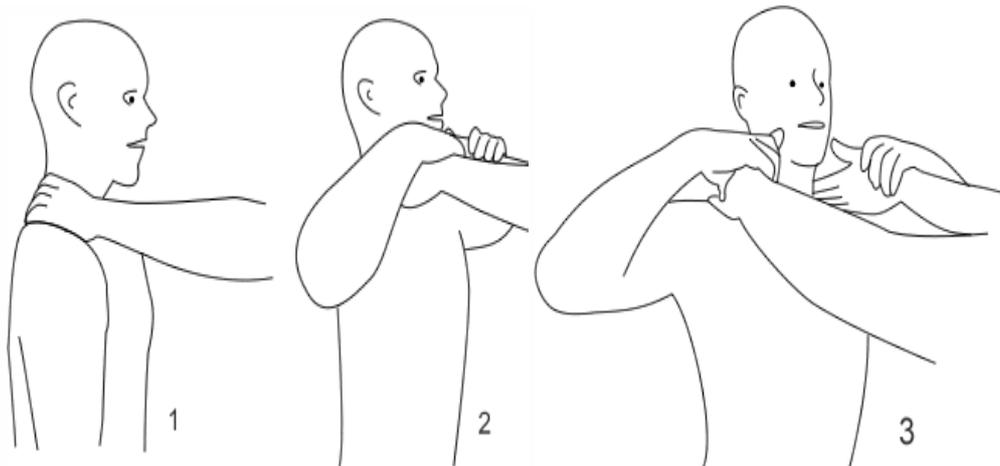
Dégagement des poignets



Les points à retenir :

- Ne jamais lâcher la victime
 - Lorsque vous ramener la victime en position remorquage, ne tournez pas autour d'elle, faites la tourner
- 1- Tournez vos mains de façon à venir prendre les poignets de la victime. Ce mouvement doit se faire en prenant appuie sur la victime. (comme si vous vouliez la couler !)
 - 2- Attrapez les poignets de la victime.
 - 3- Lâchez une main et prenez avec celle-ci le bras opposé au niveau du coude. Tournez la victime pour venir la positionner en position de remorquage.

Dégagement du cou



1. Attrapez les mains de la victime. Vos doigts viennent chercher l'intérieur de la paume et le pouce de la personne en difficulté.
2. Retournez les poignets de la victime. Celle-ci lâchera votre cou.
3. Faire tourner la victime sans la lâcher pour venir la positionner en position de remorquage.

Après une longue explication théorique de nombreuses techniques, nous les avons ensuite pratiquées en mer en nous mettant par deux (l'un la victime en submersion, l'autre le sauveteur) et vice versa jusqu'à ce qu'elle soit maîtrisée par tous. Cela a été l'œuvre du premier jour.

Le samedi 9 mai à 10h on se retrouve tous à l'embarcadere sur la plage. Le programme de la journée était de faire :

- 200 mètres nage ventrale (avec immersion sur 2 mètres tous les 25 mètres)
- 50 mètres Mannequin (départ plongé ou sauté / nage ventrale 25m / plongeon canard / récupération du mannequin à 3m de profondeur / tracter le mannequin, visage hors de l'eau sur 25 m)
- Technique des prises de dégagement et de saisie d'une personne en détresse et application en milieu aquatique

Après un échauffement des muscles, deux groupes ont été constitués pour démarrer la première épreuve. Nous avons nagés à peu 400 mètres avec

immersion de 2 mètres tous les 25 mètres. Toutes les dispositions de sécurité ont été prises à savoir des pirogues sur place qui accompagnent les stagiaires tout au long du trajet.

Tous les stagiaires ont réussi cette épreuve et tout c'était bien passé. L'assurance et la confiance se sentait et se voyait à travers cette épreuve.

Suite à cette épreuve, nous entamons celle du 50 mètres mannequin qui consistait à aller récupérer le mannequin à 50 m du point de départ se trouvant à 3m de profondeur. Ce qu'on a appris dans cette épreuve et surtout le plus important est le contrôle de la respiration ensuite éviter la nage la tête sous l'eau, à chaque moment la victime peut couler, car on risque de perdre notre repère, donc il faut toujours appliquer la nage d'approche, un regard fixé sur la victime.

La dernière épreuve était la simulation de sauvetage d'une personne qui est sur le point de se noyer, sans doute qui était la plus difficile des épreuves.

En appliquant les différentes techniques de prises de dégagement, l'effort fourni était moins difficile. Après le dégagement s'en suivit la traction sur 25m

Et enfin nous expliquait l'adjudant chef des sapeurs qui était sur place comment secourir la victime submergé après l'avoir sorti de l'eau à savoir la Réanimation Cardio Pulmonaire (RCP) appelé avant massage cardiaque, et la Position Latérale de Sécurité (PLS). Ce qu'on doit retenir était comment le faire ?

Donc on commence d'abord par 5 insufflations. Après chaque insufflation faire le JOY (Joux, oreille, œil) cela nous permet de vérifier simultanément la respiration de la victime en observant son ventre, en la sentant à la Joux et l'entendre.

C'est après cela qu'on pourra commencer la RCP en position les deux mains superposées après la ligne imaginaire des deux mamelons de la victime, et on pompe 30 fois, ensuite 2 insufflations à répéter tant que les sapeurs ne soient présents sur les lieux. Cependant aux cas où la victime est réveillé immédiatement on la met en PLS

En définitif c'est ce qui a fait l'objet de cette formation de maitre nageur sauveteur qui est vraiment essentiel et qui nécessite une lourde responsabilité a assuré à 100% comme le dit l'adjudant.