



Formation «sécurité» dans les cours de moniteurs J+S Voile

Règlement de la formation

1 Objectif

La voile est considérée par J+S comme un sport à risques, d'où la grande importance accordée à la sécurité dans la formation de base. Des prescriptions de sécurité plus strictes ont été définies, notamment concernant les premiers secours, la sécurité sur l'eau et les exercices pratiques. Elles portent également sur l'établissement d'un dispositif de sécurité.

Le moniteur doit respecter non seulement les directives et les règles J+S, mais encore les dispositions énoncées dans le manuel. Il est responsable de la santé et de la sécurité des jeunes qui lui sont confiés et prend donc toutes les mesures qui s'imposent pour prévenir les accidents.

2 Prérequis

Tous les candidats moniteurs¹ doivent, avant le cours de moniteurs J+S Voile, apporter la preuve qu'ils ont suivi un cours de samaritains, qui ne remonte pas à plus de 6 ans.

Une photocopie du certificat de samaritains doit être jointe à l'inscription envoyée au service cantonal J+S via le coach J+S. Les inscriptions qui ne seront pas accompagnées de cette attestation seront refusées.

Prédispositions spécifiques:

- Maîtriser la technique de base sur dériveur jusqu'à un vent de force 3 Beaufort
- Avoir de bonnes connaissances en natation
- Etre au bénéfice d'une solide expérience en navigation (au moins 2 ans)
- Disposer de bonnes connaissances théoriques de la voile

3 Formation en matière de sécurité

La formation en matière de sécurité dispensée dans un cours de moniteurs J+S Voile est très fortement axée sur la pratique. Il est absolument indispensable tant pour la théorie que pour la pratique que les participants étudient personnellement avant le cours les documents théoriques.

3.1 Partie théorique

Un lien de téléchargement des documents à préparer pour l'examen de sécurité a été envoyé aux participants par courriel séparé.

¹ Afin de faciliter la lisibilité du texte, nous avons choisi d'utiliser le genre masculin, mais il va de soi que toutes les fonctions exprimées s'entendent également au féminin.



3.1.1 Préparation personnelle

Les candidats étudient les documents ci-dessous qu'ils ont téléchargés au moyen du lien:

- Aide-mémoire «Sécurité»
- Extrait du manuel du moniteur «Bases de l'enseignement» (vert)
Lire le chapitre complet sur la sécurité – cinq prescriptions J+S sur l'eau, le dispositif de sécurité, rappel, responsabilité du moniteur, hypothermie et coup de chaleur, règles de priorité (pages 14 – 25)

3.1.2 Dispositif de sécurité

L'établissement d'un dispositif de sécurité sera démontré et exercé à l'aide d'exemples de cas. Les candidats recevront une instruction théorique.

Ils auront l'occasion, lors de leçons pratiques, d'établir un dispositif de sécurité. La mise en application directe durant le cours occupe une place importante. L'établissement d'un dispositif de sécurité fait partie intégrante de l'examen théorique et est évalué.

3.2 Partie pratique

Les exercices pratiques sur et dans l'eau font l'objet d'une évaluation et doivent être exécutés correctement. L'évaluation peut avoir lieu dans une partie de cours consacrée à la navigation.

3.2.1 Nage en eau libre (tenue de voile complète adaptée à la saison, y compris gilet de sauvetage):

- 100 m dans une eau froide ou au moins 8 minutes
- 150 m dans une eau plus chaude ou au moins 12 minutes

3.2.2 Homme à la mer (risque de noyade, panique), sauvetage

- Sauter dans l'eau (en tenue de voile) et nager 20 m
- Utiliser un moyen de sauvetage
- Transporter le blessé
- Remonter ce dernier sur le bateau à moteur (le môle, la jetée)

3.2.3 Plonger sous un dériveur retourné en tenue de voile afin de repêcher ou de fixer un objet dans le cockpit (p. ex. nouer une corde ou quelque chose de similaire)

Points contrôlés:

1. S'orienter, s'introduire sous le dériveur
2. Nouer une corde dans le cockpit
3. Rester au moins 30 s sous l'eau



3.2.4 Redresser un dériveur monoplace retourné avec sa voile hissée et remonter à bord sans aide extérieure

Points contrôlés:

1. Toutes les écoutes choquées
2. Voile sous le vent
3. Redressement harmonieux, sans balancement
4. Navigateur remonté à bord

3.2.5 Redresser un dériveur biplace qui a chaviré avec ses voiles hissées et remonter à bord

L'exercice sera effectué deux fois -> inverser les rôles (barreur / équipier).

Points contrôlés:

1. Toutes les écoutes choquées
2. Voiles sous le vent
3. Equipier comme «ancre flottante»
4. Spinnaker affalé (éventuellement)
5. Redressement harmonieux, sans balancement
6. Barreur remonté à bord et matériel remis en ordre
7. Equipier remonté à bord

4 Examen

L'examen «Sécurité» se compose d'une partie théorique et d'une partie pratique.

4.1 Examen théorique

Thèmes d'examen	Maximum	Objectif
15 questions sur le thème de la sécurité à terre et sur l'eau	15 points	10
10 questions sur le thème de la législation et des règles de priorité	10 points	6
5 questions sur le thème des prescriptions J+S	5 points	3
5 questions sur le thème du coup de chaleur et de l'hypothermie	5 points	3
5 questions sur le thème des premiers secours	5 points	3
Etablissement d'un dispositif personnel de sécurité	10 points	6

L'examen théorique est considéré comme réussi lorsque, pour chaque thème, l'objectif visé sur l'échelle ci-dessus est atteint et que le candidat obtient au moins 40 points sur les 50 possibles.

4.2 Examen pratique

La partie pratique (points 3.2.1 – 3.2.5) doit être réussie à 100%.