

## PROGRAMME RIFA 2015

### PREMIERE SÉANCE, ÉQUIPÉ DANS L'EAU

: Piscine: Tractages & Déséquipements => Blocs +SSG

#### *APPRENTISSAGE DE 4 MANOEUVRES*

#### Tractages de la victime vers une embarcation ou un quai

**1. Remorquage arrière = Traction dorsale: tirer la victime**

Mettre la tête de la victime sur une épaule , la bouche plus haute que celle du sauveteur.

**2. Propulsion ventrale: pousser la victime**

Une main sous le cou de la victime

L'autre maintient les voies aériennes hors de l'eau, le sauveteur se positionne à coté de la victime , légèrement décalé

#### Déséquipements

**3. Victime équipée d'un SSG de type «enveloppant»**

D'une main dégrafer les sangles de poitrine et ventrale de gilet

Larguer la ceinture du plongeur

Prendre le poignet de la victime le plus proche, le faire passer sous l'aisselle dans l'ouverture du gilet

Lâcher le détendeur de la victime, reprendre le poignet avec cette main libérée

Tirer pour dégager en entier le bras de la victime

Avec les pieds chasser la SSG sous le corps de la victime

Sans lâcher le bras de la victime , venir positionner sa tête sur une épaule .

**4. Victime équipée d'un SSG de type «ajustable»**

D'une main dégrafer les sangles de poitrine et ventrale du gilet.

Larguer la ceinture du plongeur

Dégrafer les attaches du harnais

Dégonfler légèrement le gilet

Dégager la victime du SSG en le chassant avec les pieds tout en se déplaçant jusqu'à libération complète. Le maintien des voies aériennes doit être assuré

## **DEUXIÈME SÉANCE, ÉQUIPÉ DANS L'EAU**

**Piscine: Hissages- Mises en sécurité=> Cordes/ Planches/collier**

### **Hissages**

#### ***APPRENTISSAGE DE 5 MANOEUVRES***

##### **1. A bord d'un bateau possédant une échelle**

**Positionner la victime le dos contre l'échelle**

**Passer vos bras sous les aisselles de la victime**

**Remonter les barreaux de l'échelle**

**Accompagner la remontée de la victime jusqu'au pont**

**Se faire aider par une autre personne**

**Maintenir les jambes de la victime**

**L'aide passe les avant-bras sous les aisselles de la victime en croisant et saisi les poignets**

**S'abaisser jusqu'à se mettre à genoux, caler le dos de la victime sur votre cuisse**

##### **2. A bord d'un bateau pneumatique ou dégagement piscine**

**Placer la victime dos au sauveteur**

**Saisir la victime par les poignets**

**Se placer sur le boudin dos droit, jambes fléchies**

**Enfoncer brièvement la victime dans l'eau en gardant ses voies aériennes hors de l'eau.**

**Détendre les jambes et tirer la victime hors de l'eau**

**Le sauveteur passe ses avant-bras sous les aisselles de la victime En croisant, saisir les poignets de la victime**

**Étendre la victime avec précaution**

**\*Prise à deux possible (chacun prend un poignet)**

**\*Prise sur le dos ou sur le ventre, dans ce cas il faudra retourner la victime avant de la disposer sur le pont**

**\*En piscine :Attention à la courbure lombaire de la victime**

##### **3. Sur un bord de plage, de berge**

**Le sauveteur doit s'agenouiller, derrière la victime**

**Passer ses avant-bras sous les aisselles de la victime**

**En croisant, saisir les poignets de la victime**

**Se redresser et à reculons entraîner la victime hors de l'eau**

**S'abaisser jusqu'à se mettre à genoux**

**Caler la victime (dos contre votre cuisse)**

##### **4. Hissage à bord d'un bateau ponté: à l'aide d'une corde**

##### **5. Hissage à bord d'un bateau ponté à l'aide d'une civière galbée**

#### **Mise en sécurité de l'accidenté**

**A l'issue de tout dégagement/ installation en position de confort dans une zone sécurisée, à l'abri du "sur-accident" par : Une chute d'objet/ Le Froid/Apporter de la Chaleur...**

### TROISIÈME SÉANCE, ÉQUIPÉ DANS L'EAU

: Piscine: Distribution des rôles -Bilan-Messages=>0<sup>2</sup>/Téléphone

#### Récupération des plongeurs de la palanquée

Vérifier sa composition

S'assurer de son intégrité physique

Vérifier l'intégralité de la décompression

Surveiller le reste de la palanquée

Relever les informations concernant l'évolution des membres de la palanquée

Relever les Informations ----->

Paramètres

Incidents.

Faits remarquables

Noter les Informations ----->

Symptômes

Actions menées

Coordination et partage des différentes opérations liées à l'accident

Avant la plongée il est nécessaire de connaître:

les consignes de rappel des plongeurs en immersion

les modalités de récupération des plongeurs en difficultés

l'emplacement du matériel de secours

Appliquer la consigne de récupération

Evaluer l'état de la victime

Alerter

Mettre en oeuvre le matériel de secours

Prendre la victime en charge

Remplir la fiche d'évacuation

### QUATRIÈME SÉANCE, ÉQUIPÉ DANS L'EAU

: Piscine: Cas concrets=> Tout

### CINQUIÈME SÉANCE : EXAMEN

: Examen en piscine Marville=> Tout

*Dates prévues pour 2015*

**Samedi 31 janvier : Présentation en salle=> Rétroprojecteur**

**Lundi 2 Février: Piscine: Tractages - Déséquipements => Blocs +SSG**

**Lundi 9 Février: Piscine: Hissages- Mises en sécurité=>Corde/ Planche/collier**

**Lundi 16 Février: Piscine: Distribution des rôles -Bilan-Messages=>0<sup>2</sup>/Tél**

**Lundi 23 Février: Piscine: Cas concrets=> Tout**

**examen en continu**

**\*\*\*: Fosse Villeneuve=> Sauvetage /Assistance**

**\*\*\*: Fosse Villeneuve: épreuve pratique RIFAA=> PMT**