



CATALOGUE DE FORMATION

L'Ecole de Sauvetage côtier Méditerranéenne (ESM) vous propose des formations de secourisme et de sauvetage ouvertes au grand public, mais également à un public recherchant une spécialisation.

ECOLE DE SAUVETAGE COTIER MEDITERRANEENNE
esm@sauvetage.info – 06.60.53.97.10



GQS

Gestes Qui Sauvent



PUBLIC CIBLE

Le GQS est à la portée de tous, à partir de 10 ans.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire.

OBJECTIFS

Sensibiliser le public aux gestes de premiers secours. Les gestes appris lors de ces formations ont pour but de préserver l'intégrité physique d'une victime en attendant l'arrivée des secours organisés. Cette sensibilisation permet de diffuser au plus grand nombre la connaissance de ces gestes et faire de ces citoyens un premier maillon de la chaîne des secours.

PROGRAMME ET CONTENU

A l'issue de la sensibilisation, le participant doit être capable d'exécuter les gestes de premiers secours destinés à :

- Se protéger, protéger la victime et les témoins,
- Alerter les secours d'urgence adaptés,

Empêcher l'aggravation de l'état de la victime et préserver son intégrité physique en attendant l'arrivée des secours.

Sur le terrain, après avoir suivi la sensibilisation aux « gestes qui sauvent », le participant sera capable :

- D'assurer la protection immédiate, adaptée et permanente, de lui-même, de la victime et des autres personnes, des dangers environnants, notamment du sur-accident en utilisant, si nécessaire, les moyens à disposition ;
- D'assurer la transmission de l'alerte aux secours d'urgence adaptés (15, 18, 112 ou 114) ;
- De reconnaître une victime qui saigne abondamment et réaliser les gestes de secours qui s'imposent pour assurer sa survie ;
- De reconnaître une victime qui ne répond pas et ne réagit pas, d'apprécier la respiration et de réaliser les gestes de secours qui s'imposent pour assurer sa survie ;
- De mettre une victime dans une position d'attente adéquate.

POINTS FORTS

Aucun prérequis nécessaire.

RESULTATS ATTENDUS

Devenir un citoyen capable d'utiliser ses compétences pour devenir le premier maillon de la chaîne des secours.

MÉTHODES MOBILISÉES

Cours théorique ludo-pédagogique.

Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté



GQS

Gestes Qui Sauvent



PARCOURS	Collectif
ADMISSION	Contrôle des pièces justificatives. – Nos équipes sont disponibles pour toute demande d'information à l'adresse suivante : esm@sauvetage.info
MODALITÉS	Sans modalités particulières
FRAIS INCLUS	Coûts de formation et de certification.
FRAIS SUPP	Repas à la charge du stagiaire.
HORAIRES	Horaires fixes et définis.
FORMAT	Présentiel uniquement
DURÉE	2h de face à face pédagogique
RYTHME	En journée – Le week-end – En semaine
ÉVALUATION	Evaluation continue des compétences théoriques et pratiques.
MODALITÉ PMR	Formation accessible aux personnes en situation de handicap. → Doc PSH
ACCÈS PMR	Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esm@sauvetage.info .
SERVICES EXTERIEURS	Restauration : micro-ondes, restauration rapide à proximité Hébergement : hôtels à proximité Transport : arrêt de bus à 750 mètres soit 10min à pied et parking gratuit.
DIPLOME DE FIN	Attestation de sensibilisation aux "Gestes Qui Sauvent".
POURSUITE	Se former au PSC "Premiers Secours Citoyen"
TARIF	A partir de 35€ Sur devis pour les entreprises



PSC

Premiers Secours Citoyen



PUBLIC CIBLE

Destinée au grand public et accessible à toute personne âgée au minimum de dix ans désirant s'investir dans une démarche citoyenne.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire.

OBJECTIFS

Exécuter correctement les gestes de premiers secours destinés à protéger la victime et les témoins, alerter les secours d'urgence et empêcher l'aggravation de l'état de la victime et préserver son intégrité physique en attendant l'arrivée des secours.

PROGRAMME ET CONTENU

A l'issue de la formation vous serez capable de :

- Organiser une protection pour éviter le sur-accident,
- Etablir un premier bilan de l'état de la victime et de ses fonctions vitales,
- Transmettre une alerte aux services de secours
- Eviter l'aggravation de l'état de la victime en pratiquant les gestes appropriés.

Au programme:

- L'alerte et la protection des populations
- L'alerte
- L'obstruction des voies aériennes
- L'hémorragie externe
- La perte de connaissance
- L'arrêt cardiaque
- Le malaise
- Les plaies
- Les brûlures
- Le traumatisme

POINTS FORTS

Aucun prérequis nécessaire et formation accessible pour les personnes en situation de handicap.

RESULTATS ATTENDUS

Devenir un sauveteur citoyen capable d'utiliser ses compétences dans un milieu professionnel et bénévole

MÉTHODES MOBILISÉES

Cours théorique ludo-pédagogique.

Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté



PSC



Premiers Secours Citoyen (ancien PSC1)

ADMISSION	Contrôle des pièces justificatives. – Nos équipes sont disponibles pour toute demande d'information à l'adresse suivante : esmesauvetage.info
MODALITÉS	Sans modalités particulières
FRAIS INCLUS	Coûts de formation et de certification.
FRAIS SUPP	Repas à la charge du stagiaire.
HORAIRES	Horaires fixes et définis.
FORMAT	Présentiel uniquement
DURÉE	7h de face à face pédagogique
RYTHME	Journée – Le week-end – En semaine
ÉVALUATION	Evaluation continue des compétences théoriques et pratiques.
MODALITÉ PMR	Formation accessible aux personnes en situation de handicap.
ACCÈS PMR	Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esmesauvetage.info .
SERVICES EXTERIEURS	Restauration : micro-ondes, restauration rapide à proximité Hébergement : hôtels à proximité Transport : arrêt de bus à 750 mètres soit 10min à pied et parking gratuit.
DIPLOME DE FIN	Certificat de compétences en Premiers Secours Citoyen (PSC).
POURSUITE	Formation continue FC PSC conseillée tous les 2 ans (non obligatoire, mais parfois imposée par la structure). Se former au PSE1 "Premiers Secours en Equipe de niveau 1".
TARIF	70 € Sur devis pour les entreprises



PSE1



Premier Secours en Équipe de niveau 1

Ministère de l'intérieur et des Outre mer - RS5719 - 31/12/2026

PUBLIC CIBLE

Toute personne âgée de 16 ans ou plus désirant : S'investir comme acteurs de la sécurité civile pour participer aux opérations de secours et aux dispositifs prévisionnels de secours terrestres ou aquatiques ; Préparer une formation professionnelle de sauveteur aquatique ou de maître-nageur sauveteur.

PRÉREQUIS

Être âgé de 16 ans minimum

OBJECTIFS

L'unité d'enseignement «premiers secours en équipe de niveau 1» a pour objectif de faire acquérir aux apprenants les capacités nécessaires à :

- porter assistance, seul et sans matériel, à une personne en situation apparente de péril grave et imminent en réalisant des gestes salvateurs;
- porter secours, sur le plan technique et humain, à une ou plusieurs victimes, avec matériels et sous les ordres d'un équipier-secouriste ou d'un chef d'équipe, dans le cadre d'opérations de secours.

PROGRAMME ET CONTENU

L'unité d'enseignement « Premiers Secours en Equipe de niveau 1 » permet aux apprenants d'acquérir les compétences suivantes:

1. Evoluer dans le cadre juridique applicable à son action de secours et dans le respect des procédures définies par son autorité d'emploi;
2. Assurer une protection immédiate, adaptée et permanente, pour soi-même, la victime et les autres personnes des dangers environnants;
3. Réaliser un bilan et assurer sa transmission aux services appropriés;
4. Réaliser les gestes de premiers secours, seul ou en équipe, face à une personne:
 - victime d'une obstruction des voies aériennes;
 - victime d'un saignement abondant;
 - ayant perdu connaissance;
 - en arrêt cardiaque;
 - victime d'une détresse respiratoire, circulatoire ou neurologique;
 - présentant un malaise;
 - présentant un traumatisme des membres ou de la peau;
5. Assister des équipiers secouristes, lors de manœuvres d'immobilisation, de relevage ou de brancardage;
6. Adapter son comportement à la situation ou à l'état de la victime.

POINTS FORTS

Aucun prérequis nécessaire.

RESULTATS ATTENDUS

Devenir un secouriste capable d'utiliser ses compétences dans un milieu professionnel et bénévole.

MÉTHODES MOBILISÉES

Cours théorique ludo-pédagogique.
Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté



PSE1



Premier Secours en Équipe niveau 1

Ministère de l'intérieur et des Outre mer - RS5719 - 31/12/2026

PARCOURS	Collectif
ADMISSION	Contrôle des pièces justificatives. – Nos équipes sont disponibles pour toute demande d'information à l'adresse suivante : esm@sauvetage.info
MODALITÉS	Sans modalités particulières
FRAIS INCLUS	Coûts de formation et de certification.
FRAIS SUPP	Repas à la charge du stagiaire.
HORAIRES	Horaires fixes et définis.
FORMAT	Présentiel & Formation Ouverte Accessible à Distance (FOAD)
DURÉE	28h de face à face pédagogique & 7h de FOAD
RYTHME	4 jours – Le week-end – En semaine
ÉVALUATION	Evaluation continue des compétences théoriques et pratiques.
MODALITÉ PMR	Aucune disposition réglementaire prévue
ACCÈS PMR	Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esm@sauvetage.info .
SERVICES EXTERIEURS	Restauration : micro-ondes, restauration rapide à proximité Hébergement : hôtels à proximité Transport : arrêt de bus à 750 mètres soit 10min à pied et parking gratuit.
DIPLOME DE FIN	Certificat de compétences en Premier Secours en Équipe de niveau 1.
POURSUITE	Réaliser une formation continue PSE1 (FC PSE1) annuellement (avant le 31 décembre N+1) ; Se former au PSE2
TARIF	350€ Sur devis pour les entreprises



FC PSE1



Formation Continue de Premier Secours en Equipe de niveau 1

PUBLIC CIBLE	Toute personne désirant : S'investir comme acteurs de la sécurité civile pour participer aux opérations de secours et aux dispositifs prévisionnels de secours terrestres ou aquatiques ; Préparer une formation professionnelle de sauveteur aquatique ou de maître-nageur sauveteur.
PRÉREQUIS	Être âgé de 16 ans minimum et être titulaire du certificat de compétences de Premiers Secours en Equipe de niveau 1 datant de moins de deux ans.
OBJECTIFS	Maintenir les compétences d'un équipier secouriste de niveau 1.
PROGRAMME	Programme défini par les recommandations annuelles de la fédération.
POINTS FORTS	Actualisation des compétences selon les recommandations nationales.
RESULTATS ATTENDUS	Être un secouriste capable d'utiliser ses compétences dans un milieu professionnel et bénévole.
MÉTHODES MOBILISÉES	Cours théorique ludo-pédagogique. Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté
PARCOURS	Collectif
ADMISSION	Contrôle des pièces justificatives. – Nos équipes sont disponibles pour toute demande d'information à l'adresse suivante : esm@sauvetage.info
MODALITÉS	Sans modalités particulières
FRAIS INCLUS	Coûts de formation et de certification.
FRAIS SUPP	Repas à la charge du stagiaire.
HORAIRES	Horaires fixes et définis.
FORMAT	Présentiel uniquement
DURÉE	6h de face à face pédagogique
RYTHME	En journée – Le week-end – En semaine
ÉVALUATION	Evaluation continue des compétences théoriques et pratiques.



FC PSE1



Formation Continue de Premier Secours en Equipe de niveau 1

MODALITÉ PMR Aucune disposition réglementaire prévue

ACCÈS PMR Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esmesauvetage.info.

**SERVICES
EXTERIEURS** Restauration : micro-ondes, restauration rapide à proximité
Hébergement : hôtels à proximité
Transport : arrêt de bus à 750 mètres soit 10min à pied et parking gratuit.

DIPLOME DE FIN Certificat de Formation Continue de Premiers Secours en Équipe de niveau 1.

POURSUITE Réaliser une formation continue PSE1 (FC PSE1) annuellement (avant le 31 décembre N+1) ; Se former au PSE2

TARIF 80€
Sur devis pour les entreprises



PSE2



Premier Secours en Équipe de niveau 2

Ministère de l'intérieur et des Outre mer - RS5720 - 31/12/2026

PUBLIC CIBLE

Destinée à toute personne titulaire du PSE1 désirant : S'investir au sein d'une équipe ou en qualité de chef de binôme pour participer aux opérations de secours et aux dispositifs prévisionnels de secours terrestres ou aquatiques ; Préparer une formation professionnelle de sauveteur aquatique ou de maître-nageur sauveteur.

PRÉREQUIS

Être âgée de 16 ans minimum et être titulaire du certificat de compétences de Premiers Secours en Équipe de niveau 1 et si nécessaire à jour de sa formation continue.

OBJECTIFS

L'unité d'enseignement «premiers secours en équipe de niveau 2» a pour objectif de faire acquérir à l'apprenant les capacités nécessaires afin de porter secours, sur le plan technique et humain, à une ou plusieurs victimes, au sein d'une équipe ou en qualité de chef de binôme, avec matériels, dans le cadre d'opérations de secours

PROGRAMME ET CONTENU

L'unité d'enseignement permet aux apprenants d'acquérir les compétences suivantes:

1. Prendre en charge une personne:
 - présentant une affection spécifique ou une aggravation de sa maladie;
 - victime d'une atteinte circonstancielle;
 - présentant une souffrance psychique ou un comportement inhabituel;
2. Assurer, au sein d'une équipe:
 - l'immobilisation, totale ou partielle, d'une personne victime d'un traumatisme du squelette;
 - le relevage et le brancardage d'une victime, en vue de son transport;
3. Coordonner les actions de secours conduites au sein d'une équipe;
4. Evoluer dans le cadre juridique applicable à leur action de secours et dans le respect des procédures définies par leur autorité d'emploi;
5. Assurer une protection immédiate, adaptée et permanente, pour soi-même, la victime et les autres personnes des dangers environnants;
6. Réaliser un bilan et d'assurer sa transmission aux services appropriés;
7. Adapter leur comportement à la situation ou à l'état de la victime.

POINTS FORTS

Poursuite et améliorations des compétences de secouriste PSE1

RESULTATS ATTENDUS

Tenir le rôle d'un équipier secouriste PSE2 dans le milieu professionnel ou bénévole.

MÉTHODES MOBILISÉES

Cours théorique ludo-pédagogique.
Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté



PSE2



Premier Secours en Équipe niveau 2

Ministère de l'intérieur et des Outre mer - RS5720 - 31/12/2026

PARCOURS	Collectif
ADMISSION	Contrôle des pièces justificatives. Nos équipes sont disponibles pour toute demande d'information à l'adresse suivante : esm@sauvetage.info
MODALITÉS	Être secouriste PSE1, à jour de sa formation continue
FRAIS INCLUS	Coûts de formation et de certification.
FRAIS SUPP	Repas à la charge du stagiaire.
HORAIRES	Horaires fixes et définis.
FORMAT	Présentiel & Formation Ouverte Accessible à Distance (FOAD)
DURÉE	7h de face à face pédagogique & 21h (FOAD)
RYTHME	3 jours - Le week-end - En semaine
ÉVALUATION	Evaluation continue des compétences théoriques et pratiques.
MODALITÉ PMR	Aucune disposition réglementaire prévue
ACCÈS PMR	Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esm@sauvetage.info .
SERVICES EXTERIEURS	Restauration : micro-ondes, restauration rapide à proximité Hébergement : hôtels à proximité Transport : arrêt de bus à 750 mètres soit 10min à pied et parking gratuit.
DIPLOME DE FIN	Certificat de compétences en Premiers Secours en Équipe de niveau 2.
POURSUITE	Réaliser une formation continue PSE1/2 (FC PSE1/2) annuellement (avant le 31 décembre N+1) Se former au BNSSA, SSA L
TARIF	350€ Sur devis pour les entreprises



FC PSE2

Formation Continue de Premier Secours en Équipe de niveau 2



PUBLIC CIBLE	Destinée à toute personne titulaire du PSE1 désirant : S'investir au sein d'une équipe ou en qualité de chef de binôme pour participer aux opérations de secours et aux dispositifs prévisionnels de secours terrestres ou aquatiques ; Préparer une formation professionnelle de sauveteur aquatique ou de maître-nageur sauveteur.
PRÉREQUIS	Être âgée de 16 ans minimum et être titulaire d'un certificat de compétences de Premiers Secours en Equipe de niveau 2
OBJECTIFS	Maintenir les compétences d'un équipier secouriste de niveau 2.
PROGRAMME	Programme défini par les recommandations annuelles de la fédération.
POINTS FORTS	Actualisation des compétences selon les recommandations nationales.
RESULTATS	Tenir le rôle d'un équipier secouriste PSE2 dans le milieu professionnel ou bénévoles.
MÉTHODES MOBILISÉES	Cours théorique ludo-pédagogique. Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté
PARCOURS	Collectif
ADMISSION	Contrôle des pièces justificatives. - Nos équipes sont disponibles pour toute demande d'information à l'adresse suivante : esm@sauvetage.info
MODALITÉS	Sans modalités particulières
FRAIS INCLUS	Coûts de formation et de certification.
FRAIS SUPP	Repas à la charge du stagiaire.
HORAIRES	Horaires fixes et définis.
FORMAT	Présentiel uniquement
DURÉE	6h de face à face pédagogique
RYTHME	En journée - Le week-end - En semaine
ÉVALUATION	Evaluation continue des compétences théoriques et pratiques.
MODALITÉ PMR	Aucune disposition réglementaire prévue



FC PSE2



Formation Continue de Premier Secours en Equipe de niveau 2

ACCÈS PMR

Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esmesauvetage.info.

SERVICES EXTERIEURS

Restauration : micro-ondes, restauration rapide à proximité

Hébergement : hôtels à proximité

Transport : arrêt de bus à 750 mètres soit 10min à pied et parking gratuit.

DIPLOME DE FIN

Certificat de Formation Continue de Premiers Secours en Équipe de niveau 2.

POURSUITE

Réaliser une formation continue PSE1/2 (FC PSE1/2) annuellement (avant le 31 décembre N+1) Se former au BNSSA, SSA L

TARIF

80€

Sur devis pour les entreprises



BSB

Brevet de Surveillant de Baignade



PUBLIC CIBLE

Toute personne qui souhaite encadrer la baignade des enfants dans le cadre des accueils collectifs de mineurs (centres de vacances et de loisirs).

PRÉREQUIS

Avoir 17 ans le jour de l'examen BSB (18 ans pour exercer). Être reconnu apte médicalement à la pratique de la natation et du sauvetage. Avoir un minimum d'aptitude et d'entraînement à la natation.

OBJECTIFS

A la fin de la formation, le stagiaire surveillant de baignade doit être capable, dans le cadre d'une baignade organisée en ACM, de prévenir les dangers, de surveiller un milieu aquatique clos, d'assurer sa propre sécurité, celle des animateurs et des enfants et de mettre en œuvre la conduite appropriée face à une situation d'accident et/ou à une détresse physique.

PROGRAMME ET CONTENU

- PSC : Premier Secours Citoyens
- Le rôle du surveillant de baignade
- Les aspects généraux de la sécurité
- Les responsabilités et assurances
- Les baignades : classification / réglementation
- L'organisation de la baignade
- La noyade
- Sauver
- Secourir
- L'animation
- Les gestes éco-citoyens du baigneur en acm.

POINTS FORTS

Surveiller la baignade d'un ACM (Accueil Collectif de Mineur).

RESULTATS ATTENDUS

Devenir un surveillant sauveteur en ACM et capable d'utiliser ses compétences dans un milieu professionnel et bénévole.

MÉTHODES MOBILISÉES

Cours théorique ludo-pédagogique.
Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté

PARCOURS

Collectif

ADMISSION

Contrôle des pièces justificatives. – Nos équipes sont disponibles pour toutes demande d'information à l'adresse suivante : esm@sauvetage.info

MODALITÉS

Sans modalité particulière

FRAIS INCLUS

Coûts de formation et de certification.

ECOLE DE SAUVETAGE COTIER MEDITERRANEENNE
esm@sauvetage.info – 06.60.53.97.10



BSB



Brevet de Surveillant de Baignade

FRAIS SUPP

Repas à la charge du stagiaire.

HORAIRES

Horaires fixes et définis.

FORMAT

Présentiel uniquement

DURÉE

35h de face à face pédagogique réparties sur plusieurs journées
(Possibilité de réaliser une partie théorique en distanciel - 4h)

RYTHME

4 jours - Le week-end - En semaine

ÉVALUATION

Examen final organisé par l'ESM : 3 épreuves pratiques + un QCM

MODALITÉ PMR

Aucune disposition réglementaire prévue

ACCÈS PMR

Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esm@sauvetage.info.

SERVICES EXTERIEURS

Restauration : micro-ondes, restauration rapide à proximité
Hébergement : hôtels à proximité
Transport : arrêt de bus à 750 mètres soit 10min à pied et parking gratuit.

DOCUMENT REMIS

Diplôme du BSB.

POURSUITE

Formation continue FC PSC conseillée tous les 2 ans (non obligatoire, mais parfois imposée par la structure) et FC BSB tous les 5 ans (avant le 31 décembre N+5). Se former au PSE1.

TARIF

270€ BSB sans PSC
330€ BSB + PSC
Sur devis pour les entreprises



FC BSB

Formation Continue

Brevet de Surveillant de Baignade



PUBLIC CIBLE

Toute personne qui souhaite encadrer la baignade des enfants dans le cadre des accueils collectifs de mineurs (centres de vacances et de loisirs).

PRÉREQUIS

Être titulaire du BSB et PSC à jour de sa formation continue.

OBJECTIFS

A la fin de la formation, le stagiaire surveillant de baignade doit être capable, dans le cadre d'une baignade organisée en ACM, de prévenir les dangers, de surveiller un milieu aquatique clos, d'assurer sa propre sécurité, celle des animateurs et des enfants et de mettre en œuvre la conduite appropriée face à une situation d'accident et/ou à une détresse physique.

PROGRAMME ET CONTENU

- Le rôle du surveillant de baignade
- Les aspects généraux de la sécurité
- Les responsabilités et assurances
- Les baignades : classification / réglementation
- L'organisation de la baignade
- La noyade
- Sauver
- Secourir
- L'animation
- Les gestes éco-citoyens du baigneur en acm.

POINTS FORTS

Maintenir ses compétences de surveillant sauveteur aquatique en ACM.

RESULTATS ATTENDUS

Maintenir ses compétences dans un milieu professionnel et bénévole.

MÉTHODES MOBILISÉES

Cours théorique ludo-pédagogique.
Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté

PARCOURS

Collectif

ADMISSION

Contrôle des pièces justificatives. - Nos équipes sont disponibles pour toutes demande d'information à l'adresse suivante : esm@sauvetage.info

MODALITÉS

Sans modalité particulière

FRAIS INCLUS

Coûts de formation et de certification.



FC BSB

Formation Continue Brevet de Surveillant de Baignade



FRAIS SUPP

Repas à la charge du stagiaire.

HORAIRES

Horaires fixes et définis.

FORMAT

Présentiel uniquement

DURÉE

10h de face à face pédagogique réparties sur plusieurs journées

RYTHME

En journée – Le week-end – En semaine

ÉVALUATION

Examen final organisé par l'ESM : 1 épreuve pratique + formation théorique

MODALITÉ PMR

Aucune disposition réglementaire prévue

ACCÈS PMR

Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esm@sauvetage.info.

SERVICES EXTERIEURS

Restauration : micro-ondes, restauration rapide à proximité

Hébergement : hôtels à proximité

Transport : arrêt de bus à 750 mètres soit 10min à pied et parking gratuit.

DOCUMENT REMIS

Attestation de formation continue du BSB.

POURSUITE

Formation continue FC PSC conseillée tous les 2 ans (non obligatoire, mais parfois imposée par la structure) et FC BSB tous les 5 ans (avant le 31 décembre N+5). Se former au PSE1.

TARIF

150€ FC BSB

210€ FC BSB + PSC

Sur devis pour les entreprises



BNSSA

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique



PUBLIC CIBLE

Toute personne titulaire du PSE1 au minimum, être à jour de sa formation continue s'il y a lieu.

PRÉREQUIS

Avoir 17 ans révolus au jour de l'examen et être titulaire du PSE1 ou PSE2. Être reconnu médicalement apte .

OBJECTIFS

Assurer les missions de prévention, de surveillance et de sauvetage en piscine, en mer, en lac et sur des plans d'eau. La validité du diplôme du BNSSA est de 5 ans. Ce diplôme permet de devenir sauveteur en mer ou en piscine.

PROGRAMME ET CONTENU

Théorie

- Questionnaire à choix multiple (QCM) d'une durée maximale de 45 min.
- 40 points au total ; la note minimale pour être déclaré apte est de 30.
- Questions portant sur la réglementation, la prévention des risques, les gestes de secours et les bonnes pratiques de surveillance.
- _Valider les connaissances réglementaires et les bases du secourisme nécessaires à la surveillance des zones de baignade.

Pratique

- Parcours de sauvetage en bassin de natation (250 m) avec palmes, masque et tuba.
- 200 m de nage en palmes, avec touches au mur à chaque virage.
- Immersion pour localiser un mannequin (≤ 5 m du bord) puis le remorquer sur 50 m.
- Temps imparti : 4 min 20 s (formation initiale).
- _Démontrer la maîtrise des techniques de nage, d'immersion, de recherche et de remorquage d'une victime.

POINTS FORTS

Travail saisonnier possible. Prérequis obligatoire pour entrer en formation BPJEPS AAN et devenir Maître-nageur sauveteur.

RESULTATS ATTENDUS

Devenir un sauveteur secouriste aquatique.

MÉTHODES MOBILISÉES

Cours théorique ludo-pédagogique. Cours pratiques avec des entraînements en piscine. Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté.

PARCOURS

Collectif tout au long de la saison.



BNSSA

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique



ADMISSION

Un niveau minimum en natation est demandé, un test de capacité technique sera effectué lors du 1er entraînement. Eventuellement de vitesse.

MODALITÉS

Être au minimum secouriste PSE1, à jour de sa formation continue

FRAIS INCLUS

Coûts de formation et de certification.

FRAIS SUPP

Repas à la charge du stagiaire.

HORAIRES

Horaires fixes et définis.

FORMAT

Présentiel uniquement.

DURÉE

60h minimum de face à face pédagogique. Le temps de préparation dépend de chaque apprenant.

RYTHME

En journée - Le week-end - En semaine

ÉVALUATION

Evaluation Examen final organisé par l'ESM: 3 épreuves pratiques + un QCM

MODALITÉ PMR

Aucune disposition réglementaire prévue

ACCÈS PMR

Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esm@sauvetage.info

MODALITÉS D'ENTRÉE

Selon un calendrier par saison avec des dates fixes

DOCUMENT REMIS

Diplôme du BNSSA

POURSUITE

Formation continue BNSSA tous les 5 ans (date à date) et formation PSE1 (31 décembre N+1). Se former au BPJEPS AAN.

TARIF

A partir de 150 €
Sur devis pour les entreprises.



FC BNSSA

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique



PUBLIC CIBLE	Toute personne titulaire du PSE1 ou PSE2, à jour de sa formation continue et BNSSA.
PRÉREQUIS	Avoir 17 ans révolus au jour de l'examen. Être titulaire du PSE1 ou PSE2, à jour de sa FC et BNSSA. Être reconnu médicalement apte .
OBJECTIFS	Maintenir les compétences du Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique
PROGRAMME ET CONTENU	Épreuves en piscine • Parcours de sauvetage combiné sur 100 m (apnée, remorquage du mannequin) • Assistance à une personne en difficulté Mise à jour des techniques opérationnelles • Rappel des gestes de premiers secours adaptés • Techniques de sauvetage et de remise à l'eau Réglementation et organisation • Réglementation des baignades • Organisation et surveillance d'une baignade • Reconnaissance des nageurs en difficulté Connaissances générales • Activités nautiques et leurs spécificités • Sensibilisation au milieu aquatique et respect de l'environnement
POINTS FORTS	Maintenir ses compétences de sauveteur aquatique.
RESULTATS ATTENDUS	Maintenir ses compétences dans un milieu professionnel et bénévole
MÉTHODES MOBILISÉES	Cours théorique ludo-pédagogique. Cours pratiques avec des entraînements en piscine. Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté.
PARCOURS	Collectif



FC BNSSA

Brevet National de Sécurité et de Sauvetage Aquatique



ADMISSION

Contrôle des pièces justificatives. Nos équipes sont disponibles pour toutes demande d'information à l'adresse suivante : esm@sauvetage.info

MODALITÉS

Être à jour de sa formation continue PSE1 ou 2.

FRAIS INCLUS

Coûts de formation et de certification.

FRAIS SUPP

Repas à la charge du stagiaire.

HORAIRES

Horaires fixes et définis.

FORMAT

Présentiel uniquement.

DURÉE

25h de face à face pédagogique répartie sur plusieurs journées. 4h de cours théorique (règlementation et organisation) pas obligatoire mais vivement conseillées.

RYTHME

En journée - Le week-end - En semaine

ÉVALUATION

Evaluation Examen final organisé par l'ESM: 2 épreuves pratiques.

MODALITÉ PMR

Aucune disposition réglementaire prévue

ACCÈS PMR

Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esm@sauvetage.info.

MODALITÉS D'ENTRÉE

Selon un calendrier par saison avec des dates fixes

DOCUMENT REMIS

Attestation de formation continue du BNSSA

POURSUITE

Formation continue BNSSA tous les 5 ans (date à date) et formation PSE1 (31 décembre N+1). Se former au BPJEPS AAN.

TARIF

A partir de 150 €
Sur devis pour les entreprises



SST

Sauveteur Secouriste du Travail



PUBLIC CIBLE

L'activité de sauveteur secouriste du travail s'exerce par le salarié, en complément de son activité professionnelle, au sein d'une entreprise ou d'un établissement tiers dans lequel il intervient.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis n'est exigé pour cette formation.

OBJECTIFS

Rendre le salarié capable de porter les premiers secours à toute victime d'un accident ou d'un malaise sur son lieu de travail. Et faire de ce dernier un acteur de la prévention, capable de repérer des situations dangereuses, de contribuer à la maîtrise des risques professionnels et de remonter des informations pour l'évaluation des risques.

PROGRAMME ET CONTENU

DOMAINE DE COMPETENCES 1

Intervenir face à une situation d'accident du travail

1. Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise
2. Protéger de façon adaptée
3. Examiner la victime
4. Garantir une alerte favorisant l'arrivée de secours adaptés au plus près de la victime
5. Secourir la victime de manière appropriée

DOMAINES DE COMPETENCES 2

Contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise

6. Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise
7. Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail
8. Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention

POINTS FORTS

Formation adaptée aux besoins spécifiques de l'entreprise.

RESULTATS ATTENDUS

Disposer, dans toutes les entreprises, de secouristes en nombre adapté et bien répartis .

MÉTHODES MOBILISÉES

Cours théorique ludo-pédagogique.
Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté

PARCOURS

Collectif



SST

Sauveteur Secouriste du Travail



ADMISSION	Contrôle des pièces justificatives. – Nos équipes sont disponibles pour toutes demande d'information à l'adresse suivante : esmesauvetage.info
MODALITÉS	Aucun prérequis n'est exigé pour cette formation.
FRAIS INCLUS	Coûts de formation et de certification.
FRAIS SUPP	Repas à la charge du stagiaire.
HORAIRES	Horaires fixes et définis.
FORMAT	Présentiel uniquement
DURÉE	14h de face à face pédagogique
RYTHME	En journée – Le week-end – En semaine
ÉVALUATION	Evaluation continue des compétences théoriques et pratiques.
MODALITÉ PMR	Aucune disposition réglementaire prévue
ACCÈS PMR	Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esmesauvetage.info .
DOCUMENT	Certificat de compétences en Sauvetage et Secourisme au Travail
POURSUITE	Formation continue MAC SST tous les deux ans. Se former au PSE1.
TARIF	Sur devis pour les entreprises



MAC SST



Maintien et Actualisation des Compétences de Sauveteur Secouriste du Travail

PUBLIC CIBLE

L'activité de sauveteur secouriste du travail s'exerce par le salarié, en complément de son activité professionnelle, au sein d'une entreprise ou d'un établissement tiers dans lequel il intervient.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis n'est exigé pour cette formation.

OBJECTIFS

Maintenir les compétences du sauveteur secouriste du travail

PROGRAMME ET CONTENU

DOMAINE DE COMPETENCES 1

Intervenir face à une situation d'accident du travail

1. Situer son rôle de SST dans l'organisation des secours dans l'entreprise
2. Protéger de façon adaptée
3. Examiner la victime
4. Garantir une alerte favorisant l'arrivée de secours adaptés au plus près de la victime
5. Secourir la victime de manière appropriée

DOMAINES DE COMPETENCES 2

Contribuer à la prévention des risques professionnels dans l'entreprise

6. Situer son rôle de SST dans l'organisation de la prévention de l'entreprise
7. Caractériser des risques professionnels dans une situation de travail
8. Participer à la maîtrise des risques professionnels par des actions de prévention

POINTS FORTS

Formation adaptée aux besoins spécifiques de l'entreprise.

RESULTATS ATTENDUS

Disposer, dans toutes les entreprises, de secouristes en nombre adapté et bien répartis .

MÉTHODES MOBILISÉES

Cours théorique ludo-pédagogique.

Exercices pratiques avec l'utilisation du matériel de secourisme adapté

PARCOURS

Collectif



MAC SST



Maintien et Actualisation des Compétences de Sauveteur Secouriste du Travail

ADMISSION	Contrôle des pièces justificatives. – Nos équipes sont disponibles pour toutes demande d'information à l'adresse suivante : esmesauvetage.info
MODALITÉS	Aucun prérequis n'est exigé pour cette formation.
FRAIS INCLUS	Coûts de formation et de certification.
FRAIS SUPP	Repas à la charge du stagiaire.
HORAIRES	Horaires fixes et définis.
FORMAT	Présentiel uniquement
DURÉE	7h de face à face pédagogique
RYTHME	En journée – Le week-end – En semaine
ÉVALUATION	Evaluation continue des compétences théoriques et pratiques.
MODALITÉ PMR	Aucune disposition réglementaire prévue
ACCÈS PMR	Ascenseur et rampe d'accès dans les locaux. Pour tout autre handicap vous pouvez nous contacter à esmesauvetage.info .
SERVICES EXTERIEURS	Restauration : micro-ondes, restauration rapide à proximité Hébergement : hôtels à proximité Transport : arrêt de bus à 750 mètres soit 10min à pied et parking gratuit.
DOCUMENT REMIS	Certificat de Maintien et Actualisation des Compétence de Sauveteur et Secouriste du Travail.
POURSUITE	Se former au PSE1.
TARIF	Sur devis pour les entreprises



CONTACT



ESM - Ecole de Sauvetage Côtier Méditerranéenne

Maison de la mer
Plage du Prophète, Corniche Kennedy
13007 Marseille

Plus d'infos sur la section sportive :
Tél : 07 67 32 45 15
Mail : sports@sauvetage.info

Plus d'infos sur l'accueil des groupes :
Tél : 06 70 94 51 12
Mail : contact@sauvetage.info

Plus d'infos sur la section formation :
Tél : 06 60 53 97 10
Mail : esm@sauvetage.info

Plus d'infos pour l'organisation de votre poste de secours :
Tél : 06 71 02 38 77
Mail : secours@sauvetage.info

Rendez-vous sur nos reseaux sociaux :



[esm.ffss](https://www.facebook.com/esm.ffss)



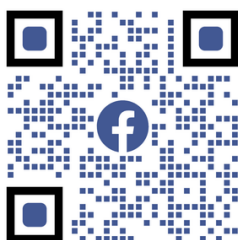
[@esm_ffss](https://www.instagram.com/esm_ffss)



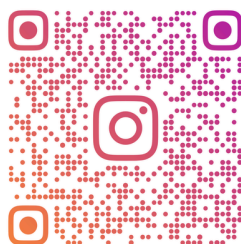
[esm_ffss](https://www.tiktok.com/@esm_ffss)



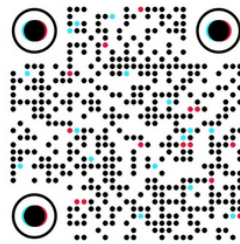
sauvetage.eu



[esm.ffss](https://www.facebook.com/esm.ffss)



[ESM_FFSS](https://www.instagram.com/esm_ffss)



[@esm_ffss](https://www.tiktok.com/@esm_ffss)



[Sauvetage.eu](https://sauvetage.eu)

ECOLE DE SAUVETAGE COTIER MEDITERRANEENNE
esm@sauvetage.info – 06.60.53.97.10