

DÉFI NAGE AVEC MOI



Pour les jeunes de 8 À 14 ANS inscrits aux **CAMPS DE JOUR**



ÉVALUATION DES APTITUDES À LA NAGE DES JEUNES UN TEST DE NAGE CERTIFIÉ PAR LA SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE

Inspiré du programme Encadrement sécuritaire des groupes d'enfants en milieu aquatique



Entrée sécuritaire à l'eau.
Entrée dans l'eau (à partir du bord d'une piscine, de la plage ou d'un quai).



Se maintenir à la surface et repérer un endroit sécuritaire.
Nage sur place pendant 30 secondes.



Nager vers un endroit sécuritaire.
Déplacement à la nage sans toucher le fond.

VOUS AUREZ ACCÈS À :

- Des cocardes imprimables par lieu indiquant le rôle de chaque accompagnateur et les standards pour la majorité des piscines.*
 - o Rampe
 - o Tremplins
 - o Partie profonde
 - o Glissade
 - o Animation
 - o Pataugeoire
 - o Partie peu profonde
 - o Promenade
 - o Matériel



- Plusieurs activités complémentaires selon le milieu où l'organisation est susceptible d'animer (piscine, gymnase, etc.) y sont proposées.*

* Tous les outils du programme sont imprimables en divers formats, nous vous suggérons de plastifier les outils.

- Selon l'aptitude que le jeune aura démontrée, un bracelet rouge ou jaune lui sera remis afin d'établir leur niveau, dans le but de favoriser les interactions sécuritaires avec l'eau*.

* Le jeune devra conserver son bracelet à son poignet durant tout le séjour.



Pour en savoir plus et participer à cette initiative mise à la disposition des organisations de loisirs, contactez-nous!

**CET ÉTÉ,
JE M'AMUSE
EN SÉCURITÉ...**



 **SOCIÉTÉ DE SAUVETAGE**

Tél. : 514 252-3100 • 1 800 265-3093

www.sauvetage.qc.ca • alerte@sauvetage.qc.ca

Organisme de charité enregistré 10479 7212 RR001