



Médaille de bronze

Le certificat *Médaille de bronze* permet aux candidats d'acquérir une compréhension des quatre composantes de base du sauvetage : le jugement, les connaissances, les habiletés et la forme physique. Ils apprennent les techniques de remorquage et de portage, de défenses et de dégagements, afin de se préparer à effectuer le sauvetage de victimes conscientes et inconscientes en prenant des risques de plus en plus élevés. Les candidats développent une meilleure technique de nage et améliorent leur endurance.

La *Médaille de bronze* est préalable pour le certificat *Croix de bronze*.

Cette formation vous permettra d'acquérir les connaissances et habiletés suivantes :

- Effectuer la respiration artificielle et la réanimation cardiorespiratoire à un sauveteur
- Traiter une victime consciente/inconsciente ayant les voies respiratoires obstruées
- Reconnaître une victime demandant des soins et lui administrer
(état de choc, crise cardiaque/angine, hémorragie externe et accident vasculaire cérébral)
- Évaluer la sécurité des installations aquatiques et des activités en cours
- Récupérer et immobiliser une victime consciente ayant une blessure cervicale
- Effectuer une recherche individuelle sous-marine logique
- Lancer avec précision une aide flottante
- Simuler les techniques d'auto sauvetage
- Effectuer un sauvetage sur glace à partir d'une zone sécuritaire
- Récupérer une victime immergée sur une distance de 20 mètres
- Effectuer un sauvetage :
 - sans contact en milieu aquatique
 - d'une victime inconsciente qui ne respire pas en eau profonde
 - d'une victime nécessitant une approche et un retour de 20 m



Vous devrez aussi accomplir les épreuves physiques suivantes :

- Nager 6 x 25 mètres ou plus la tête hors de l'eau
- Nager sans arrêt 500 mètres en 15 minutes ou moins
- Plonger en surface tête et pieds en premier avec nage sous l'eau, 2 mètres
- Effectuer le battement des jambes du dauphin (vertical), 3 x 10 secondes
- Nager de façon continue :
 - Crawl, 100 mètres
 - Dos crawlé, 100 mètres
 - Dos élémentaire, 50 mètres
 - Brasse, 50 mètres



Pour vous inscrire à cette formation, vous devrez :

Être âgé de 13 ans à l'examen final ou détenir le certificat *Étoile de bronze*. De plus, vous devez démontrer les habiletés et les connaissances du cours de Junior 10 de la Croix-rouge canadienne au plus tard au premier cours.