

NOS FORMATIONS

2026 - 2027



TARIFS UBS



FORMATIONS AUX PREMIERS SECOURS





FORMATION PSE1

Cette formation permet d'avoir les compétences minimums de secourisme professionnel. Elle est indispensable lorsqu'une personne souhaite travailler sur les postes de secours (mission de sécurité civile). C'est aussi un prérequis indispensable pour le passage du BNSSA (Brevet National de Sécurité et Sauvetage Aquatique).

Contenu de la formation

- Évoluer dans le cadre juridique applicable à son action de secours et dans le respect des procédures définies par son autorité d'emploi.
- Assurer une protection adaptée et permanente.
- Réaliser les bilans nécessaires ainsi qu'une surveillance et une transmission des informations au service adapté.
- Adopter sa conduite à la situation ou à l'état de la victime (risque viral ou infectieux)
- Réaliser les gestes de premiers secours face à une personne :
 - Victime en arrêt cardiaque
 - Victime de détresse circulatoire, neurologique, respiratoire
 - Victime d'hémorragie
 - Victime d'obstruction partielle ou totale des voies aériennes
 - Victime de perte de connaissance
 - Victime de traumatismes de membres ou de la peau (brûlures, plaie)
 - Victime de malaise
- Assister des équipiers-secouristes, lors des manœuvres d'immobilisation, de relevage ou de brancardages.

Prérequis pour s'inscrire

Avoir 16 ans minimum

Nombre d'heures de Formation

35h



Evaluation de la Formation

- Avoir suivi la totalité de la formation
- Satisfaire aux modalités certificatives définies dans le RIFC FFSS

Objectifs de la Formation

Dans le cadre de la formation des acteurs de la sécurité civile, il est institué une unité d'enseignement nommé « PSE1 » permettant de tenir la fonction de « SECOURISTE ». Celui-ci sera capable de porter secours, sur un plan technique et humain, à une ou plusieurs victimes, en agissant seul ou au sein d'une équipe, avec ou sans matériel, dans l'attente ou en complément des services publics de secours concernés.

Cette formation peut totalement être prise en charge par l'association en échange de votre engagement. N'hésitez pas !



FORMATION PSE2

La formation PSE2 permet d'obtenir les compétences supplémentaires tel que la maîtrise des immobilisations ou des relevages qu'un secouriste ne connaît pas. Le secouriste évolue donc en équipier secouriste. Cette formation PSE2 est un diplôme généralement indispensable pour travailler sur plage et est un prérequis nécessaire au passage du SSA.

Contenu de la formation

- Évoluer dans le cadre juridique applicable à son action de secours et dans le respect des procédures définies par son autorité d'emploi.
 - Assurer une protection adaptée et permanente.
 - Réaliser les bilans nécessaires ainsi qu'une surveillance et une transmission des informations au service adapté.
 - Adopter sa conduite à la situation ou à l'état de la victime (risque viral ou infectieux).
 - Réaliser les gestes de premiers secours suivants :
 - 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.
- 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.
- Coordonner les actions de secours au sein d'une équipe



Prérequis pour s'inscrire

Avoir 16 ans minimum
Détenir le PSE1 et être à jour de sa formation continue.

Nombre d'heures de Formation

28h

Évaluation de la Formation

- Avoir suivi la totalité de la formation
- Satisfaire aux modalités certificatives définies dans le RIFC FFSS

Objectifs de la Formation

Dans le cadre de la formation des acteurs de la sécurité civile, il est institué une unité d'enseignement nommé « PSE2 » permettant de tenir la fonction d'« ÉQUIPIER SECOURISTE ». Cette formation s'adresse aux personnes qui souhaitent acquérir de nouvelles compétences en secourisme et travailler en poste de secours.

Elle est quasiment indispensable pour travailler sur les plages et est nécessaire au passage du SSA (Surveillant Sauveteur Aquatique).





FORMATION CONTINUE PSE1 ET PSE2

Les formations PSE1 et PSE2 doivent être recyclées tous les ans.



Formation continue Premiers secours en équipe de niveau 1 FC PSE 1

Objectifs de la formation

Le diplôme de formation continue en Premiers Secours en Equipe de niveau 1 (PSE 1) permet de maintenir ses compétences de secouriste et continuer à protéger, alerter et intervenir en équipe avec du matériel, face à une situation d'urgence.



Durée de la formation

La durée de formation continue est fixée à 6 heures de face à face pédagogique et permet de mettre à jour ses compétences et connaissances dans le domaine des premiers secours de niveau 1 (PSE 1).



Formation continue Premiers secours en équipe de niveau 1 et 2 FC PSE 1 et 2

Objectifs de la formation

Les diplômes de formation continue en Premiers Secours en Equipe de niveau 1 et 2 (PSE 1 et 2) permettent de maintenir ses compétences d'équiper secouriste et continuer à protéger, alerter et intervenir en équipe avec du matériel, face à une situation d'urgence.

Durée de la formation

La durée de formation continue est fixée à 6 heures de face à face pédagogique et permet de mettre à jour ses compétences et connaissances dans le domaine des premiers secours de niveau 1 et 2 (PSE 1 et 2).



FORMATION PSC

La formation PSC permet d'obtenir toutes les compétences nécessaires de citoyen pour sauver une victime en urgence ou détresse vitale. Vous alternerez ainsi entre cours vidéo-projeté et mise en situation réelle pour vous préparer au mieux à la vie de tous les jours. Cette formation est souvent un prérequis au passage de différents concours de la fonction publique ou du privé.

Contenu de la formation

- Protéger : reconnaître, sans s'exposer soi-même, les dangers persistants qui menacent la victime de l'accident et les autres personnes exposées.
- Examiner : rechercher les signes qui indiquent que la vie de la victime est menacée.
- Faire alerter : transmettre aux moyens et aux personnes prévues dans l'organisation des secours de l'entreprise, les informations nécessaires pour organiser l'intervention.
- Secourir : intervenir efficacement sur une victime.
- Prévention : prévenir les dangers.

Evaluation de la Formation

- Contrôle continu, participation à au moins un cas concret.
- Fiche d'évaluation.



Prérequis pour s'inscrire

Pas de prérequis particulier

Nombre d'heures de Formation

12h

Objectifs de la Formation

L'unité d'enseignement Prévention et Secours Civiques de niveau 1 a pour objectif de faire acquérir à toute personne les capacités nécessaires pour concourir par son comportement à la sécurité civile, conformément aux dispositions des articles 4 et 5 de la loi n° 2004-811 du 13 août 2004 de modernisation de la sécurité civile.

Ainsi, elle doit être capable d'exécuter une action citoyenne d'assistance à personne en danger en réalisant les gestes élémentaires de secours.





FORMATIONS SAUVETEURS AQUATIQUES





Formation SSA (Surveillance Sauvetage Aquatique) (ancien BNSSA)



Contenu de la formation

- Situer son rôle et sa mission au sein d'un dispositif évolutif et adaptable aux conditions du moment ;
- Effectuer une analyse des risques particuliers présents sur sa zone de baignade ;
- Développer des actions de prévention adaptées ;
- Participer à un dispositif de surveillance en mettant en œuvre des techniques opérationnelles adaptées et en mettant en œuvre des matériels spécifiques le cas échéant ;
- Participer à une action coordonnée de sauvetage, dans sa zone, ou à proximité immédiate de celle-ci, à l'aide de techniques opérationnelles adaptées ou mettant en œuvre du matériel spécifique.

Prérequis pour s'inscrire

Avoir 17 ans minimum pour passer l'examen
Détenir le PSE1 et le PSE2 et être à jour de sa formation continue.



Prérequis natatoire entrée en formation

- Plongeon puis 15m d'apnée et 10 m de nage
- 50m de nage
- 25m en nage dorsale, les deux mains hors de l'eau

Evaluation de la Formation

- Plongeon puis 15m d'apnée et 10m de nage ;
- 25m de nage en crawl ;
- 15m d'apnée puis 10m de nage tête hors de l'eau ;
- Plongeon canard, rechercher un mannequin à 1,80m...
- minimum, le remonter et le remorquer sur 25m (TPS maximum: 2'30)
- 300m nage libre avec palmes (TPS maximum: 5'30)

Nombre d'heures de Formation

La durée de la formation initiale SSA, dispensée en présentiel, est fixée à un volume minimal de **35 heures** de formation.

Objectifs de la Formation

L'unité d'enseignement « surveillance sauvetage aquatique » a pour objectif essentiel de faire acquérir les compétences nécessaires pour assurer les missions de prévention, de surveillance et de sauvetage au sein des établissements de baignade d'accès payant définis à l'article D. 322-12 du code du sport.

Elle a également pour objectif supplémentaire de faire acquérir les compétences nécessaires pour assurer ces mêmes missions dans le contexte des baignades ouvertes gratuitement au public, conformément à l'article D. 322-13 du code du sport.



Formation SSA Litoral

La formation SSA permet de connaître toutes les techniques utiles et indispensables pour travailler sur plage. En effet, en plus du BNSSA, il est très souvent demandé aux secouristes de maîtriser en plus du PSE2, les techniques opérationnelles en milieu naturel. Cette formation est donc utile pour tous sauveteurs souhaitant travailler en poste de secours sur plage

Contenu de la formation

- Situer son rôle et sa mission au sein d'un dispositif évolutif et adaptable aux conditions.
- Effectuer une analyse des risques particuliers présents sur sa zone.
- Développer des actions de prévention adaptées aux risques et pratiques sur sa zone.
- Participer à un dispositif de surveillance
- Techniques de sauvetage aquatique :
 - Approche du noyé
 - Prise de la victime au fond
 - Remontée à la surface
 - Maintien de la victime
 - Remorquage
 - Sortie de l'eau
 - Parades aux prises du noyé



Evaluation de la Formation

- Le sauveteur devra démontrer qu'il est capable de réaliser l'ensemble des techniques et des procédures mises en œuvre dans le cadre des missions de prévention, de surveillance et de sauvetage en milieu naturel.
- Réaliser correctement, lors des séquences d'apprentissage, l'ensemble des techniques et des procédures abordées lors de la formation
- Démontrer, lors des séquences de mises en situation, l'atteinte de l'ensemble des objectifs de la formation, en termes de capacités théoriques, pratiques et comportementales.

Prérequis pour s'inscrire

Avoir 17 ans minimum au 1er jour de la formation

Être titulaire et à jour de son SSA

Être titulaire et à jour de son PSE2

Nombre d'heures de Formation

28h

+ 7h pour l'**Option Embarcation**



Objectifs de la Formation

Le SSA est une certification nationale permettant d'attester les compétences d'un sauveteur à travailler sur des postes de secours océanique. Il s'agit d'une unité d'enseignement non obligatoire mais reconnue et prise en compte par les employeurs.

L'unité d'enseignement « surveillance et sauvetage aquatique sur le littoral » a pour objectif de faire acquérir les compétences complémentaires nécessaires pour assurer les missions de prévention, de surveillance et de sauvetage dans le contexte particulier des lieux de baignade en milieu naturel.

À l'issue de la formation, l'apprenant doit être capable de s'intégrer à un dispositif de surveillance évolutif et de mettre en œuvre des techniques opérationnelles de sauvetage coordonnées à l'aide de matériels spécialisés.

L'option embarcation :

Avec le SSA Option Embarcation, vous aurez, via un module complémentaire, toutes les compétences pour aller chercher une victime avec une embarcation motorisée en toute sécurité.



PARCOURS DE FORMATION DU SSA

1. PRÉREQUIS NATATOIRES



Test des prérequis en natation

Peut être concomitant à la formation aux Premiers Secours en Équipe (PSE 1 et PSE 2)

2. PSE 1 ET PSE 2



Formation aux Premiers Secours en Équipe

Accessible à partir de 16 ans (à la date de la formation)

3. FORMATION SSA



Formation initiale minimale de 35 heures (Compétences en surveillance, prévention et sauvetage)

Accessible à partir de 17 ans (à la date de la formation)

4. ÉVALUATION



Validation des compétences et test de natation certificatif

5. CERTIFICATION



Certificat de compétences de Surveillant Sauveteur Aquatique délivré par la FFSS



L'UNITÉ D'ENSEIGNEMENT « SURVEILLANCE SAUVETAGE AQUATIQUE » PERMET D'ASSURER :



Les missions de prévention, de surveillance et de sauvetage au sein des établissements de baignade (exemple piscine).



Les mêmes missions dans le contexte des baignades ouvertes gratuitement au public.



EN FONCTION DES BESOINS LIÉS AU MILIEU, DES FORMATIONS COMPLÉMENTAIRES DÉDIÉES À LA SURVEILLANCE ET AU SAUVETAGE EN MILIEU NATUREL PERMETTENT DE GARANTIR L'ACQUISITION DE COMPÉTENCES COMPLÉMENTAIRES SPÉCIFIQUES AU MILIEU NATUREL (LAC, MER).

SURVEILLANT SAUVETEUR AQUATIQUE EN EAU INTÉRIEURE

(Baignade aménagée d'un lac)

- Prévention
- Surveillance
- Sauvetage



FFSS SAUVETEUR LIFEGUARD

DURÉE DE FORMATION : 14 HEURES

SURVEILLANT SAUVETEUR AQUATIQUE SUR LITTORAL

- Prévention
- Surveillance
- Sauvetage



FFSS SAUVETEUR LIFEGUARD

DURÉE DE FORMATION : 28 HEURES

PILOTE D'EMBARCATION DE SAUVETAGE

- Prévention
- Surveillance
- Sauvetage
- Conduite d'embarcation



FFSS SAUVETEUR LIFEGUARD

DURÉE DE FORMATION : 7 HEURES



UNE FORMATION COMPLÈTE ET ÉVOLUTIVE POUR AGIR EFFICACEMENT, EN TOUTE SÉCURITÉ, DANS TOUS LES MILIEUX AQUATIQUES.

FORMATION	TARIF Public	TARIF UBS	Dates	Horaires	LIEN POUR INSCRIPTION
Formation SSA (ancien BNSSA)	300 €	280 €	Semaine du 12 au 16 avril 2027	9h - 17h	Nous contacter par mail à contact@aloha-sauvetage.fr
Préparation au SSA à Auray	100 €	90 €	début octobre 2026 à avril 2027	Lundi 20h45 à 21h45 Mardi 20h45 à 21h45	Nous contacter par mail à contact@aloha-sauvetage.fr
Préparation au SSA à Questembert	100 €	90 €	début octobre 2026 à avril 2027	1 samedi sur 2 17h30 - 19h30	Nous contacter par mail à contact@aloha-sauvetage.fr
Formation SSA L	300 € (+ 50 € si option embarcation)	280 € (+50€ si option embarcation)	Semaine du 19 au 23 avril 2027	9h - 18h	Nous contacter par mail à contact@aloha-sauvetage.fr
Formation initiale PSE1	280 €	260 €	Semaine du 19 au 23 octobre 2026	9h - 17h	https://www.helloasso.com/associations/aloha-sauvetage-secourisme/evenements/formation-initiale-pse1-saison-2026-2027
			Week-ends 09/10 et 16/17 janvier 2027	8h - 18h	
			Semaine du 15 au 19 février 2027	9h - 17h	
Formation initiale PSE2	280 €	260 €	Semaine du 26 au 30 octobre 2026	9h - 17h	https://www.helloasso.com/associations/aloha-sauvetage-secourisme/evenements/formation-initiale-pse2-saison-2026-2027
			Semaine du 22 au 26 février 2027	9h - 17h	
			Week-ends 13/14 et 20/21 mars 2027	8h - 18h	
Formation Continue PSE1 et PSE2	55 €	45 €	14/11/2026	9h - 17h	https://www.helloasso.com/associations/aloha-sauvetage-secourisme/evenements/formation-continue-pse-saison-2026-2027
			29/11/2026		
			12/12/2026		
			13/12/2026		
			07/03/2027		
			03/04/2027		
			30/05/2027		
			19/06/2027		
			27/06/2027		
Formation PSC	40 €	30 €	22/11/2026	9h - 17h	https://www.helloasso.com/associations/aloha-sauvetage-secourisme/evenements/formation-psc-2026-2027
			24/01/2027		
			28/03/2027		
			29/05/2027		

Adhésion Obligatoire à notre association (25€) offerte : <https://www.helloasso.com/beta/associations/aloha-sauvetage-secourisme/adhesions/adhesion-saison-2026-2027-1>

Pour tous les règlements, vous devez utiliser le code promo : **UBS**

Rejoignez notre Equipe de Secouristes Bénévoles



Vous pouvez rembourser votre PSE1 ou PSE2 en devenant secouriste au sein de notre association en effectuant 10 postes de secours sur 1 an.

Pour toute demande d'informations complémentaires,
envoyez un mail à contact@aloha-sauvetage.fr