



Points de considérations particulières :

- *Troisième cours obligatoire du système de formation des plongeurs de l'ACUC*
- *Son contenu académique et ses compétences sont équivalents à la norme ISO 24801-3 (Dive Leader).*

Introduction

Remarque : En cas de divergence entre ce texte et la version anglaise de cette norme, en raison de retards dans la traduction ou d'autres causes, la version anglaise doit être considérée comme la version valide.

Le cours ACUC Rescue Leader est le troisième niveau obligatoire de l'échelle de formation ACUC. Ce cours peut être enseigné, évalué et certifié par n'importe quel Open Water Instructor de l'ACUC ou de niveau supérieur. Les principales caractéristiques de ce cours sont que les candidats qui le terminent avec succès seront capables de reconnaître et de réagir aux urgences de plongée. **Il couvre également les premiers soins liés à la plongée**. Pour améliorer la sécurité de la plongée en général, ce cours est le niveau minimum que l'ACUC recommande à tous ses plongeurs d'obtenir.

Il s'agit d'une norme internationale de l'ACUC et elle est donc toujours soumise aux différentes législations nationales ou locales. Dans les cas où les législations diffèrent de cette norme, la délégation nationale ou régionale de l'ACUC, si elle existe, doit demander par écrit au bureau principal de l'ACUC une « **dérogation** » à cette norme pour satisfaire à la législation de la région, en appuyant sa demande avec la documentation appropriée. Les dérogations, si elles sont demandées, pour être considérées comme valables, doivent apparaître à la fin de chaque document normatif spécifique. Dans les cas où les législations locales ou nationales sont plus restrictives que la norme de l'ACUC, la législation locale prévaudra, mais si la norme de l'ACUC est plus restrictive, alors la norme de l'ACUC prévaudra, car en se conformant à la norme ACUC plus restrictive, la législation locale sera logiquement également respectée.

En ce qui concerne les heures de formation requises, aucune n'est précisée car celles-ci peuvent varier en fonction de nombreux facteurs (nombre de candidats, environnement de plongée, etc.), les heures de formation nécessaires dépendent donc de la réalisation des objectifs d'apprentissage. Dans les manuels et documents de l'ACUC où les heures sont spécifiées, celles-ci ne doivent être considérées que comme des recommandations.

1. Champ d'application

Cette norme spécifie les compétences minimales en matière de sécurité à acquérir dans le cadre de la formation en plongée récréative au niveau de Rescue Leader de l'ACUC. Cette norme s'applique uniquement à la formation contractuelle et à la certification en plongée récréative.

2. Définitions

Aux fins des normes de l'ACUC, les définitions suivantes s'appliquent. Veuillez noter que tous les termes présentés ci-dessous ne figurent pas nécessairement dans une norme spécifique.

2.1 ACUC : Entité fournissant des systèmes de formation et de certification en plongée sous-marine récréative.

2.2 Certification : Confirmation qu'un étudiant a satisfait à toutes les exigences d'un cours conformément à la norme spécifique, telle qu'émise par l'ACUC.

2.3 Compétences : Ce qu'un plongeur peut faire une fois certifié

2.4 Compétences aquatiques : connaissances transmises dans un environnement humide (eau de piscine, eau de mer, etc.)

2.5 Conditions préalables à la formation : Ce dont un plongeur a besoin ou les conditions à remplir avant de commencer la formation

2.6 Connaissances théoriques : connaissances transmises dans un environnement sec (salle de classe, bord de piscine, etc.)

2.7 Cours de plongée sans certification : Cours de plongée où les participants ne reçoivent pas de certification ACUC à la fin du cours, comme par exemple, l'introduction à la plongée, le rafraîchissement de plongée, la flottabilité de plongée, etc.

2.8 Définitions de formation :

- Observer : être observateur dans un cours mais sans aucun type de participation
- Assister : en plus de ce qui précède, assister à la formation d'un cours sous la supervision directe d'un Instructeur de niveau supérieur
- Former : en plus de tout ce qui précède, former dans le cadre d'un cours sans avoir besoin de la supervision d'un Instructeur de niveau supérieur
- Évaluer : outre tout ce qui précède, évaluer par soi-même ou avec d'autres évaluateurs, les performances des candidats
- Certifier : outre tout ce qui précède, délivrer les attestations des candidats.

2.9 Eau confinée : Piscine d'une profondeur adaptée à l'activité, ou plan d'eau offrant des conditions similaires (profondeur maximale 6 mètres)

2.10 Eau froide : eau à moins de 10 °C / 50 °F de sa température moyenne la plus élevée ou eau à 10 °C / 50 °F ou moins

2.11 Eau libre : Plan d'eau sensiblement plus grand qu'une piscine offrant des conditions typiques d'un plan d'eau naturel rencontré dans la région où se déroule la formation.

2.12 Équipement de base : Équipement composé des éléments suivants :

- Masque
- Palmes
- Tuba

2.13 Équipement de plongée : Équipement composé des éléments suivants :

- Masque,
- Palmes
- Tuba,
- Bouteille
- Détendeur,
- Système de gaz respiratoire alternatif, qui pourrait aller d'un simple système octopus à un système respiratoire double avec une alimentation en gaz respiratoire séparée,
- Système de support de bouteille et dispositif de contrôle de la flottabilité comprenant (le cas échéant) un système de lestage à largage rapide,
- Manomètre submersible (moniteur de pression de gaz respiratoire),
- Moyens de mesurer la profondeur et le temps et de limiter en toute sécurité l'exposition au gaz inerte,
- Combinaison de plongée (si appropriée).

Remarque : Des environnements spécifiques peuvent nécessiter un équipement supplémentaire approprié (par exemple, une aide à la navigation sous-marine, un couteau/un dispositif de coupe).

2.14 Espaces confinés : condition qui s'applique lorsqu'il n'y a pas d'accès direct à la surface, comme à l'intérieur d'une épave, d'une caverne, etc.

2.15 Formation à la plongée en eau libre: expérience de formation en eau libre sous la supervision directe d'un Instructeur qualifié, comprenant au moins les activités suivantes :

- Briefing
- Préparation à la plongée
- Vérifications avant la plongée
- Entrée dans l'eau
- Procédures de descente
- Activité sous-marine
- Procédures de remontée et de surfacage
- Sortie de l'eau
- Debriefing
- Procédures post-plongée

- Enregistrement de la plongée.

2.16 Gaz respiratoire : mélange approprié d'oxygène et d'azote.

2.17 Instructeur de plongée : une personne qualifiée, certifiée par l'ACUC pour enseigner, évaluer et certifier les plongeurs.

2.18 Niveaux de connaissances :

- Basique : sait comment...
- Intermédiaire : sait comment et pourquoi...
- Avancé : sait comment, pourquoi et aussi, sait comment l'enseigner...

2.19 Scuba : (Self Contained Underwater Breathing Apparatus) Appareil Respiratoire Sous-marin Autonome.

2.20 Spécialité sèche : Cours de spécialité sans formation aquatique, comme par exemple, les premiers soins, l'administration d'oxygène, etc.

2.21 Visibilité réduite : condition qui s'applique lors d'une plongée de nuit ou lorsque la visibilité est inférieure à la longueur d'un bras, quelle qu'en soit la raison

3. Compétences

En plus des compétences d'un Advanced Diver de l'ACUC, un Rescue Leader de l'ACUC sera formé pour avoir des compétences suffisantes en termes de connaissances, d'aptitudes et d'expérience pour plonger et agir en tant que plongeur de sécurité, avec d'autres plongeurs certifiés de tout niveau en eau libre. Les Rescue Leaders de l'ACUC doivent plonger dans les paramètres suivants :

- Plongez à une profondeur maximale de 40 mètres / 130 pieds
- Ne plongez que lorsque le support de surface approprié est disponible.
- Plonger dans des conditions égales ou supérieures à celles dans lesquelles ils ont été formés.

S'il est accompagné d'un Instructeur ACUC, un Rescue Leader certifié ACUC peut acquérir une expérience progressive au-delà de ces paramètres (à l'exception de la profondeur) et développer des compétences en matière de gestion de plongées dans des conditions plus difficiles conçues pour obtenir des certifications plus élevées. Lorsqu'une expérience supplémentaire est requise, elle peut être fournie par un Divemaster ACUC dûment qualifié. Lorsqu'une formation supplémentaire est requise, elle ne peut être fournie que par un Instructeur ACUC dûment qualifié.

4. Prérequis de formation

Pour être admissible à l'inscription à un cours conformément à la présente norme, le candidat doit satisfaire aux prérequis suivants :

- **Âge minimum** : 18 ans. Âge de majorité selon la législation en vigueur dans le lieu où se déroule le cours. Il n'existe pas de certifications « Junior » pour ce niveau disponibles pour les mineurs.
- **Conditions de santé** : Les candidats doivent passer un examen médical approprié à la plongée récréative ou, si la législation du pays où se déroule le cours le permet, remplir un questionnaire approprié. En cas de doute, les candidats doivent être orientés vers un médecin compétent. Si le candidat n'est pas examiné par un médecin, il devra confirmer, par sa signature, les informations écrites données par l'Instructeur sur les maladies ou conditions physiques pouvant constituer un risque lié à la plongée. Les candidats seront informés de l'importance d'examen médicaux réguliers appropriés.
- **Certification antérieure** : Pour s'inscrire au cours, il faut être ACUC Advanced Diver ou similaire avec au moins 15 heures d'expérience de temps de fond (voir également les exigences de certification). L'Instructeur doit s'assurer que les candidats provenant d'autres organisations reconnues par l'ACUC possèdent toutes les connaissances et compétences requises par un Advanced Diver de l'ACUC avant d'être autorisés à suivre le cours Rescue Leader de l'ACUC, y compris une connaissance complète des tables de décompression de l'ACUC
- **Exigences en matière de documentation** : Les candidats doivent signer les formulaires de décharge de risque de l'ACUC (ACUC Risk Release) et de pratiques de plongée en toute sécurité (Safe Diving Practices), les deux formulaires sont téléchargeables à partir du site Web privé de l'ACUC.

5. Ratios de formation Instructeur/candidats

- **Théorie (en classe ou en piscine)** : Aucune limite
- **Eaux confinées** : 10 candidats par Instructeur, plus 4 candidats supplémentaires par Divemaster certifié, avec un maximum absolu de 20 candidats.
- **Eau Libre** : 6 candidats par Instructeur, avec 2 candidats supplémentaires par Divemaster certifié avec un maximum absolu de 12 candidats.

6. Informations initiales

Les informations suivantes seront mises à la disposition des candidats avant ou pendant le premier cours :

- Prérequis selon le point 4,
- Limitations de la qualification éventuelle,
- Portée du cours,
- Procédures de cours,
- Coûts, assurances et questions contractuelles selon les réglementations nationales,
- Besoins en matière d'équipement,
- Exigences en matière de certification selon le point 10,
- Législation et exigences légales relatives à la plongée.

7. Contenu du cours lié aux connaissances théoriques

Les candidats doivent déjà avoir les connaissances d'un plongeur avancé, et également :

7.1 Préparation du sauveteur : Les candidats auront une connaissance intermédiaire en matière de :

- Conditionnement physique
- Organisation pré-plongée
- Communications sous-marines
- Communications entre le navire et le plongeur

7.2 Agressions produites par la vie marine : Les candidats auront des connaissances intermédiaires des éléments suivants :

- Plaies de contact
- Plaies par piqûres
- Plaies par morsures
- Choc

7.3 Accident de surexpansion et de décompression pulmonaire : Les candidats auront des connaissances intermédiaires des éléments suivants:

- Surexpansion pulmonaire
- Accident de décompression
- Comment différencier les symptômes

7.4 Techniques de noyade et de réanimation : Les candidats auront une connaissance intermédiaire des techniques suivantes :

- La noyade bleue
- La noyade blanche
- Réanimation cardio-pulmonaire
- Complications de la réanimation cardio-pulmonaire
- Méthodes de réanimation pulmonaire
- Dégagement des voies respiratoires
- Réanimation cardiaque : le massage externe du cœur

7.5 Stress et panique : les candidats auront une compréhension intermédiaire de :

- Incident ou accident
- Le stress
 - Types de stress
 - Physiologie du stress

- Reconnaissance des symptômes du stress
- Comment agir
- Panique
 - Signes de panique
 - Auto-sauvetage
 - Sauvetage des autres
 - Que peut-on faire pour réduire les épisodes de panique

7.6 Étourdissements et vertiges

7.7 Problèmes d'équipement

7.8 Théorie des actions de sauvetage : les candidats auront des connaissances intermédiaires des éléments suivants :

- Sauvetage « à sec »
- Les risques encourus par le sauveteur
- Sauvetage en natation
- Approches auprès de la victime
- Prises et évasions
- Techniques de remorquage dans l'eau
- Remorquage en surface et respiration artificielle
- Placement de la victime inconsciente
- Sauvetage en profondeur : techniques de remontée
- Utilisation de la veste de la victime
 - Avantages
 - Inconvénients
- Utilisation de la veste de sauvetage
 - Avantages
 - Inconvénients
- Sortir une victime de l'eau

7.9 Techniques de recherche de base : Les candidats auront une compréhension de base de ce qui suit:

- Perdu en mer
- Perdu sous la glace
- Perdu dans une épave
- Perdu dans une caverne
- Plongeur pris au piège dans des filets ou de la végétation sous-marine

7.10 Courants, vagues et marées

7.11 Gestion de la plongée et gestion des urgences

- Planification et organisation de plongée
- Considérations relatives au site de plongée
 - Océan
 - Lac
 - Carrière
 - Bateau
- Briefing de groupe (Briefing)
- Organisation pré-plongée
- Contrôle des sites de plongée
- Briefing pré-plongée
- Vérification avant la plongée
- Organisation de soutien de surface
- Entrées à l'eau
- Contrôle de la plongée
- Sorties de l'eau
- Débriefing post-plongée (Debriefing)
- Gestion des scènes d'urgence (y compris la gestion des équipes de sauvetage)
- Procédures d'examen neurologique
- Évacuation et traitement professionnel
 - Services médicaux d'urgence
 - Caisson hyperbare
- Les étudiants doivent préparer un plan d'assistance d'urgence, comprenant les étapes de gestion des urgences.

- Éléments d'un rapport écrit sur un incident
 - Formulaire de rapport d'accident/incident de l'ACUC
- Conservation du matériel suite à un incident

8. Contenu du cours lié aux techniques de plongée

8.1 Compétences en plongée en eau confinée : Outre celles déjà acquises en tant que plongeurs avancés, les candidats doivent être en mesure d'exécuter les compétences suivantes. Chaque compétence doit être maîtrisée en eau confinée avant d'être exécutée en eau libre. Les compétences doivent être pratiquées fréquemment.

- Sauvetage « à sec »
- Sauvetage en natation
- Approches de la victime
- Prises et évasions
 - Prise du cou
 - Prise de la taille
 - Prise du poignet
 - Prise par le dos
- Techniques de remorquage dans l'eau
 - Sans équipement
 - Facilité
 - Épaules
 - Épaule et menton
 - Tête
 - Bras
 - Avec équipement de base
 - Blessé inconscient, conscient et agité, ou mer avec vagues
 - Blessé conscient et calme
 - Blessé conscient et agité
 - Avec équipement de plongée
 - Blessé inconscient, conscient et agité, ou mer avec vagues
 - Blessé conscient et calme
 - Blessé conscient et agité
- Remorquage en surface et respiration artificielle
- Placement de la victime inconsciente
- Sauvetage en profondeur : techniques de remontée
 - Manque d'air
 - Victime consciente et calme
 - Victime consciente et agitée ou désorientée
 - Avec de l'air
 - Victime consciente qui ne peut pas remonter
 - Victime inconsciente
 - Utilisation de la veste de sauvetage
 - Méthodes d'intervention
 - Manque d'air
 - Avec de l'air
 - Ascensions
 - Frontale
 - Latéral
 - Remontée avec la corde
 - Remontée à dos de cheval
- Sortir une victime de l'eau
 - Sauveteur ayant accès à d'autres personnes
 - Le sauveteur seul avec la victime consciente
 - Un sauveteur seul avec une victime inconsciente
- Recherche en cercles
- Recherche tirée par une corde
- Planification et organisation de plongée
- Briefing de groupe
- Organisation Pré-Plongée
- Contrôle sur le site de plongée
- Briefing avant la plongée

- Vérification avant la plongée
- Organisation de soutien de surface
- Entrées à l'eau
- Contrôle de la plongée
- Sorties de l'eau
- Debriefing
- Situations et procédures d'urgence
- Modèles de recherche des plongeurs
- Méthodes de remorquage

8.2 Compétences de plongée en eau libre : En plus de celles déjà acquises en tant que Advanced Diver, les candidats doivent être capables d'exécuter les compétences suivantes dans des conditions typiques de l'environnement local.

- Sauvetage « à sec »
- Sauvetage en natation
- Approches auprès de la victime
- Techniques de remorquage dans l'eau
 - Avec équipement de base
 - Avec assistance
 - Épaules
 - Épaule et menton
 - Tête
 - Bras
 - Victime inconsciente, consciente et agitée, ou mer avec vagues
 - Victime consciente et calme
 - Victimes conscientes et agitées
 - Avec équipement de plongée
 - Victime inconsciente, consciente et agitée, ou mer avec vagues
 - Victime consciente et calme
 - Victime et blessés agités
- Placement de la victime inconsciente
- Sauvetage en profondeur : techniques de remontée
 - Manque d'air
 - Victime consciente et calme
 - Victime consciente et agitée ou désorientée
 - Avec de l'air
 - Victime consciente qui ne peut pas
 - Victime inconsciente
 - Utilisation de la veste du sauveteur
 - Méthodes d'intervention
 - Manque d'air
 - Avec de l'air
 - Ascensions
 - Frontale
 - Latéral
 - Remontée avec la corde
 - Remontée à dos de cheval
- Sortir une victime de l'eau
 - Sauveteur ayant accès à d'autres personnes
 - Le sauveteur seul avec la victime consciente
 - Un sauveteur seul avec une victime inconsciente
- Recherche en cercles
- Recherche tirée par une corde
- Gestion des lieux (y compris la gestion des équipes de sauvetages)
- Procédures d'examen neurologique
- Évacuation et traitement professionnel
 - Services médicaux d'urgence
 - Chambre hyperbare
- Conservation de l'équipement suite à un incident
- Briefing de groupe
- Organisation Pré-Plongée
- Contrôle sur le site de plongée

- Briefing avant la plongée
- Vérification avant la plongée
- Organisation de soutien de surface
- Entrées à l'eau
- Contrôle de plongée
- Sorties de l'eau
- Debriefing
- Modèles de recherche de plongeurs
- Sauvetage de plongeur en eau libre
- Méthodes de remorquage

9 Paramètres de formation pratique

- Toutes les techniques de plongée en milieu confiné seront présentées, directement supervisées et évaluées par un Instructeur de l'ACUC qui sera dans l'eau pendant chaque séance. L'Instructeur de plongée sera en contrôle direct des candidats tout au long des séances.
- Avant la première plongée en eau libre, le candidat devra prouver de manière efficace ou démontrer à un Instructeur de plongée les compétences aquatiques suivantes, sans utiliser de masque, de palmes, de tuba ou d'autres aides à la natation :
 - Distance de nage de 100 m / 330 pi,
 - Flottaison de survie de 10 minutes.
- Avant de participer à des plongées en eau libre, le candidat aura démontré en eau confinée des connaissances théoriques et des compétences de plongée suffisantes pour être en mesure d'effectuer des plongées en eau libre dans les conditions existantes.
- La profondeur maximale lors des plongées d'entraînement ne dépassera pas 25 mètres / 80 pieds
- Toutes les plongées de formation en eau libre seront effectuées pendant la journée dans des eaux permettant un accès vertical direct à la surface. Les plongées en eau libre ne seront donc pas effectuées dans des cavernes ou sous la glace.
- Lors des plongées en eau libre, le candidat sera équipé au minimum de l'équipement de plongée conforme au point 2.13.
- Toutes les techniques de plongée en eau libre seront présentées, directement supervisées et évaluées par un Instructeur de l'ACUC. L'Instructeur de plongée sera dans l'eau et responsable de chaque plongée en eau libre.
- Conformément à l'article 5, le nombre maximum absolu de candidats par Instructeur de plongée, dans des conditions idéales, pour la supervision directe et l'accompagnement en eau libre est de six. Le nombre maximum de candidats par assistant qualifié pour la supervision directe et l'accompagnement en eau libre est de deux.
- À aucun moment, un candidat ne doit être laissé sans surveillance directe dans ou sous l'eau.
- Avant chaque plongée, l'Instructeur de plongée préparera un « plan d'urgence ». À proximité immédiate du site de plongée, il y aura :
 - Une trousse de premiers soins appropriée
 - Une unité d'oxygène d'urgence qui délivre au moins 15 l/min, pendant au moins 20 minutes
 - Système de communication adéquat pour alerter les services d'urgence.
- L'Instructeur de plongée annulera ou interrompra la plongée en eau libre si les conditions environnementales ou la condition physique ou mentale du candidat l'exigent.
- Un maximum de 3 plongées de formation par jour est autorisées

10 Exigences en matière d'évaluation et de certification

- **Connaissances** : Le candidat démontrera, au moyen d'un examen écrit (voir note ci-dessous) fourni par l'ACUC, sa connaissance de la théorie de la plongée selon le point 7 et sa connaissance des compétences selon le point 8.
- **Compétences en plongée** : Le candidat démontrera de manière satisfaisante à un Instructeur de l'ACUC les compétences en plongée conformément au point 8.
- **Nombre minimum de plongées** : Le candidat doit avoir effectué au moins 30 heures de **temps de fond** avant d'obtenir la certification.

Remarque : Si pour une raison quelconque, le candidat n'est pas en mesure de passer un examen écrit, l'Instructeur peut lui faire passer un examen oral basé sur l'examen écrit fourni par l'ACUC et si tel est le cas, l'Instructeur transférera les réponses orales du candidat à l'examen écrit. Dans les deux cas, l'examen écrit doit être complété, soit directement par le candidat, soit indirectement par l'Instructeur, en utilisant les réponses orales du candidat.

Les Instructeurs peuvent, s'ils le souhaitent, faire passer des examens supplémentaires au candidat, mais l'examen fourni par l'ACUC doit être passé. Il est obligatoire que les candidats aient, ou obtiennent pendant le cours, la certification O2ER (Oxygen Emergency Responder) de l'ACUC ou une certification similaire d'une autre organisation reconnue par l'ACUC.

11 Plongées de formation

Pour obtenir leur certification, les candidats devront effectuer au moins deux plongées de formation en eau libre sous la supervision directe d'un Instructeur de l'ACUC. La durée sous-marine de chacune de ces plongées en eau libre sera d'au moins 30 minutes, sauf dans les cas en eau froide, où 20 minutes suffiront.

12 Certification des candidats

Les candidats seront certifiés comme Rescue Leaders de l'ACUC lorsqu'ils auront satisfait à toutes les exigences. Celles-ci comprennent :

- Minimum 30 heures de temps de fond en eau libre (20 heures depuis l'obtention du niveau ISO 24801-2)
- Réussir l'examen écrit de l'ACUC Rescue Leader
- Réussir avec succès les plongées de contrôle pour le cours ACUC Rescue Leader
- Administration en cours d'O2.

13 Qualifications du candidat

Une fois le cours terminé, le Rescue Leader de l'ACUC sera capable de plonger dans des eaux de caractéristiques similaires à celles dans lesquelles il a été formé jusqu'à une profondeur maximale de 40 mètres / 130 pieds et toujours accompagné d'au moins un autre plongeur certifié.

14 Déviations

Aucune demandée