



Les maîtres nageurs sauveteurs et surveillants de baignade du Grand Périgueux se forment aux premiers secours à travers des mises en situation.

© Grand Périgueux

FORMATION, LOISIRS

"Je ne me sens pas bien du tout !"

A quelques jours de la saison estivale, 15 maîtres nageurs sauveteurs (MNS) et surveillants de baignade du Grand Périgueux ont participé à une journée de formation sur les premiers secours. Objectif : bien revoir les bases à travers des mises en situation et des exercices pratiques.

Publié le 25 juin 2025

Exercices en situation réelle

Des malaises de différentes sortes simulés

Assis sur un banc, à la piscine Bertran de Born, un homme simule un malaise. Aussitôt, 2 secouristes arrivent. *"Avez-vous beaucoup nagé ce matin ?" "Avez-vous pris votre petit déjeuner ?"*

A quelques mètres, une autre situation. Un homme est assis en face de la piscine Bertran de Born à Périgueux. *"J'ai très très chaud, je ne me sens pas bien du tout"*. Une fois encore, une équipe de secouristes se rend sur place. *"Comment vous appelez-vous ?", "Prenez vous un traitement médical ?"*



En réalité, ces 2 hommes sont en parfaite santé. Ils simulent des situations qui peuvent arriver, en particulier à la veille d'une saison estivale de baignade. Ces situations permettent aux maîtres nageurs sauveteurs et surveillants de baignade du Grand Périgueux de se former.

Réactivité et questionnaires adaptés

Malaise vagal, AVC, traumatisme, plaies, brûlures... Toutes ces situations sont mises en scène et analysées en équipe.

Virginie, Pierre, Aliénor, Victoria viennent de vivre plusieurs exercices et sont unanimes sur cet entraînement.

"Il est important de se mettre en situation, d'appréhender les différents cas. Cela permet de créer des réflexes entre nous, à un moment où il n'y a pas de stress. Au fur et à mesure, nous voyons bien que nous sommes plus efficaces, nous gagnons en rapidité, en communication entre nous".

[Retour en images sur la journée de formation](#)

Débriefing et échanges sur les exercices

Après plusieurs exercices pratiques, les maîtres nageurs sauveteurs et surveillants de baignade prennent du temps pour échanger et revoir les bases.

Plusieurs regards

- › Le 1^{er} regard permet d'observer la scène, de transmettre la nature de l'intervention, de découvrir l'environnement.
- › Le 2^e regard permet de déterminer les menaces vitales et les actions urgentes à mettre en place
- › Le 3^e regard affirme la nature du problème rencontré : ventilation, circulation, neurologie
- › Le 4^e regard permet de prendre toutes les mesures et d'affiner le bilan



Ces situations nécessitent beaucoup de précision et de méthode pour ne pas perdre de temps si la situation se produisait en vrai. Ces formations obligatoires pour les maîtres nageurs sauveteurs et les surveillants de baignade garantissent des interventions plus efficaces.



255 rue Martha Desrumaux
24000 PÉRIGUEUX

Nos horaires d'ouverture
Lundi au jeudi
8h30-12h30 | 13h30-17h30
Vendredi
8h30-12h30 | 13h30-17h

ALLO AGGLO
05 53 35 86 00

[› CONTACT](#)