



## Questions théoriques

*Le candidat doit résoudre des questions à choix multiples.  
Il s'agit de répondre juste à au moins 7 questions sur 10.*

### Questions pour le brevet jeune-sauveteur, le cours sécurité dans l'eau et le brevet I

1. Combien de temps faut-il attendre, après un repas copieux, avant d'aller nager?
  - a) une demi-heure
  - b) une heure
  - c) deux heures
2. Les matelas gonflables ainsi que les moyens auxiliaires de natation ne doivent pas être utilisés en eau profonde. Dans quelle situation peut-on les utiliser tout de même?
  - a) en cas d'urgence, comme moyen auxiliaire de sauvetage
  - b) pour donner plus de sécurité à un mauvais nageur
  - c) pour permettre aux non-nageurs de se rendre en eau profonde
3. A quoi faut-il penser lorsque l'on a l'intention de nager sur une longue distance dans un lac?
  - a) qu'il n'y aura pas de tempête
  - b) informer quelqu'un de ses intentions
  - c) se faire accompagner d'un bateau
4. Il fait très chaud et on a envie de se rafraîchir dans l'eau d'un lac. Comment rentrer dans l'eau?
  - a) en sautant
  - b) en s'aspergeant d'abord et en rentrant dans l'eau progressivement
  - c) en courant rapidement dans l'eau
5. Que s'agit-il d'observer en plongeant dans l'eau?
  - a) que les autres baigneurs ne soient pas dérangés
  - b) que le fond soit suffisamment profond
  - c) que les sauts soient autorisés à cet endroit
6. Le jeu, au bord de l'eau, peut représenter des dangers pour des petits enfants. Quel est le comportement adéquat de personnes responsables d'enfants?
  - a) dire aux enfants qu'ils doivent faire attention
  - b) regarder régulièrement qu'il n'y ait pas de grosses vagues
  - c) les surveiller constamment
7. Avant de faire une descente sur une rivière inconnue en canot pneumatique, il est indispensable de?
  - a) procéder au préalable à une reconnaissance de la rivière
  - b) piloter le canot toujours près du bord de la rive
  - c) piloter le canot toujours au milieu de la rivière

8. Un groupe avec plusieurs canots pneumatiques prévoit une descente de rivière. Quel est le moyen le plus sûr?
  - a) attacher les canots les uns aux autres
  - b) attacher les canots deux par deux
  - c) ne jamais attacher les canots ensemble
9. A partir de quel moment peut-on accéder à une surface gelée?
  - a) quand d'autres personnes s'y trouvent déjà
  - b) quand les autorités ont autorisé l'accès
  - c) quand mon poids ne provoque ni fissures, ni trous
10. Alors qu'on patinait sur la surface gelée d'un étang, la glace s'est rompu. Il s'agit maintenant de sortir de l'eau de ses propres forces; mais quelle direction faut-il choisir?
  - a) le côté d'où on est venu
  - b) la rive la plus proche
  - c) aller vers les personnes les plus proches
11. Dans un lac, un enfant appelle au secours et se débat. Comment faut-il agir en arrivant le premier sur le lieu de l'accident?
  - a) saisir l'enfant, énergiquement, avec précision, par derrière, par une prise desauvetage
  - b) attendre, hors de la portée de l'enfant, et essayer de le calmer
  - c) tout en gardant une distance de sécurité de 3 mètres, attendre que l'enfant s'épuise et coule
12. Comment faut-il agir en cas de déchirure du tympan?
  - a) ne pas plonger, ne nager qu'avec un tampon enduit de graisse dans l'oreille
  - b) renoncer à la plongée et à la natation
  - c) ne plonger et nager qu'avec un tampon enduit de graisse dans l'oreille
13. Que faut-il observer en achetant un tuba?
  - a) qu'il n'ait pas de soupape
  - b) qu'il fasse partie intégrante du masque de plongée
  - c) que le tube soit en matière dure
14. Que faut-il observer en achetant un tuba?
  - a) qu'il ait une soupape à l'extrémité supérieure
  - b) qu'il mesure environ 30 cm
  - c) que le tube soit en matière dure
15. Qu'est-ce qui est indispensable pour un masque de plongée?
  - a) il faut pouvoir se pincer les narines pour équilibrer la pression
  - b) il doit être en caoutchouc transparent
  - c) il doit être muni d'une soupape pour expirer l'eau
16. Comment peut-on reconnaître une personne inconsciente?
  - a) il n'a plus de signes de vie spontanés
  - b) elle est troublée
  - c) elle ne répond pas
17. Comment faut-il examiner un patient inconscient?
  - a) lui parler, le toucher et le pincer
  - b) le secouer fortement
  - c) écouter sa cage thoracique
18. Comment reconnaître chez un patient l'arrêt respiratoire?
  - a) il ne répond pas
  - b) on ne trouve plus de signes de vie spontanés
  - c) aucun mouvement de respiration n'est perceptible

19. Comment faut-il positionner un patient inconscient qui respire encore?
- a) sur le dos
  - b) sur le dos, le torse élevé
  - c) sur le côté
20. Quand faut-il pratiquer la respiration artificielle sur un patient?
- a) en cas d'arrêt respiratoire
  - b) en cas d'inconscience
  - c) en cas d'état de choc
21. Quand faut-il pratiquer la respiration artificielle sur un patient?
- a) s'il ne respire plus ou s'il respire insuffisamment
  - b) seulement s'il ne respire plus du tout
  - c) si le patient ne respire pas et qu'il n'a plus de signes de vie
22. Pendant combien de temps faut-il réanimer un accidenté?
- a) jusqu'à ce qu'il respire à nouveau suffisamment
  - b) jusqu'à ce qu'il reprenne conscience
  - c) jusqu'à ce que le pouls batte à nouveau
23. Pourquoi faut-il incliner la tête du patient vers l'arrière?
- a) pour libérer les voies respiratoires
  - b) pour rendre accessible le nez en vue de la respiration artificielle
  - c) pour que le blessé ne puisse pas se mordre la langue
24. Combien d'insufflations faut-il pratiquer, par minute, chez un patient adulte?
- a) 10 – 12
  - b) 12 – 16
  - c) 16 – 21
25. Quels sont les signes de vie spontanés ?
- a) on ne peut plus déceler des pulsations
  - b) râlement, toux, déglutition
  - c) le patient ne respire pas

### **Questions pour le cours sécurité dans l'eau et brevet I**

26. Comment faut-il combattre une crampe du muscle de la cuisse?
- a) saisir la jambe à la cheville, la tirer en arrière et appuyer contre la cuisse
  - b) masser la cuisse énergiquement du bout des doigts, par des mouvements circulaires
  - c) contracter et décontracter alternativement le muscle de la cuisse
27. Comment faut-il combattre une crampe du muscle du mollet?
- a) masser le mollet énergiquement par des mouvements circulaires du bout des doigts
  - b) appuyer le mollet vers la cuisse avant de le relâcher
  - c) saisir le bout du pied et effectuer une traction jusqu'à ce que la jambe soit tendue
28. Pour quelle position faut-il opter en nageant dans des eaux à fort courant?
- a) en se tenant debout dans l'eau
  - b) en position assise, les pieds en avant
  - c) à plat sur l'eau

29. A quel endroit peut-on regagner la rive le plus aisément pour quitter les eaux d'une rivière?
- en amont d'un saillant de la rive
  - en aval d'un saillant de la rive
  - vers une rive rectiligne
30. A quel endroit peut-on regagner la rive le plus aisément pour quitter les eaux d'une rivière?
- vers un tronçon rectiligne
  - à l'intérieur d'un virage de la rivière
  - à l'extérieur d'un virage de la rivière
31. A quel endroit de la rivière le danger est-il extrême de se faire prendre dans un rappel?
- aux endroits profonds
  - vers les constructions, ou les corrections du lit de la rivière
  - vers les embouchures
32. Comment faut-il lancer le sac de sauvetage vers une personne en détresse dans une rivière?
- à 2 à 3 m de la victime, en amont
  - directement sur la victime
  - à 2 à 3 m de la victime, en aval
33. Comment faut-il lancer le sac de sauvetage, avec la corde, vers une personne en détresse dans un lac?
- à peine au-dessus de la victime
  - directement sur la victime
  - à peine devant la victime
34. Que signifie l'avis de prudence clignotant 40 fois par minute?
- l'arrivée d'une tempête est probable
  - l'arrivée d'une tempête est certaine
  - l'arrivée d'une tempête est imminente
35. Que signifie l'avis de tempête qui clignote 90 fois par minute?
- l'arrivée d'une tempête est imminente
  - l'arrivée d'une tempête est certaine
  - l'arrivée d'une tempête est probable
36. L'avis de prudence clignote 40 fois par minute. Comment le nageur doit-il se comporter face à ce message?
- quitter immédiatement l'eau et inviter les autres nageurs à quitter l'eau le plus rapidement possible
  - quitter tranquillement l'eau et rendre attentif les autres nageurs
  - rester à proximité de la rive et suivre l'évolution du temps
37. Une voiture automobile, à deux portes, fait une chute dans un lac. Comment doivent se comporter les occupants?
- quitter le véhicule le plus rapidement possible par la fenêtre ou par le toit ouvrant
  - fermer les fenêtres et le toit ouvrant et attendre l'arrivée de sauveteurs professionnels
  - ouvrir les portières et quitter le véhicule le plus rapidement possible
38. Un groupe de randonneurs est surpris par l'orage à la montagne. Comment doit-il se protéger?
- se mettre dans un vallon (creux), avec, si possible, de l'eau à proximité
  - s'accroupir dans un terrain ouvert, plat
  - se serrer contre un rocher
39. La glace se rompt sous un patineur. Deux personnes tentent de le sauver. Comment doivent-ils s'approcher de la personne en difficulté?
- assis, les pieds en avant (le premier s'agrippe aux pieds du second)
  - en avançant à petits pas (une distance de sécurité d'env. 2 m est observée entre le premier et le deuxième)
  - à plat ventre (le deuxième assure le premier en le tenant par les pieds)

40. La glace se rompt sous un patineur. Quels engins se prêtent le mieux à effectuer le sauvetage?
- une échelle
  - un anneau de sauvetage
  - un sac de sauvetage
41. La glace a lâché sous un patineur; il a réussi à se sauver des eaux. Quel traitement faut-il appliquer?
- le masser avec un habit sec
  - l'obliger à bouger (notamment les bras et les jambes)
  - l'amener rapidement dans une pièce chauffée
42. Un accident de la circulation s'est produit. Le lieu de l'accident est assuré et la police déjà alarmée. Au volant d'un des véhicules impliqués est assise une personne qui ne répond plus. Quelles mesures faut-il prendre?
- mettre la personne en posture latérale
  - continuer l'appréciation des fonctions vitales
  - laisser la victime dans le véhicule si elle respire: elle peut avoir subi des lésions au dos
43. A quel endroit faut-il prendre le pouls chez une personne inconsciente?
- avec l'index et le pouce, au cou, de chaque côté de la pomme d'adam
  - au cou, sur l'un des côtés de la pomme d'adam, à l'artère carotide
  - à l'intérieur du poignet, avec trois doigts, à l'artère radiale
44. Quelles douleurs peuvent être les symptômes d'une lésion au dos?
- douleurs à la nuque, au dos et au bassin
  - douleurs aux bras et aux jambes
  - douleurs aux épaules, vers la clavicule
45. Quels symptômes laissent présumer une lésion du dos?
- l'état d'inconscience
  - l'absence de sensibilité au toucher
  - un rythme cardiaque déréglé
46. Quels symptômes laissent présumer un arrêt cardio-respiratoire?
- l'état d'inconscience, l'arrêt respiratoire, l'absence de signes de vie
  - l'apathie, une pulsation faible et rapide (filant)
  - forte agitation, peau blême et humide
47. Un patient inconscient est en danger de mort tant qu'il n'est pas mis dans une position adéquate. Pourquoi?
- les voies respiratoires peuvent être obstruées et provoquer de ce fait l'étouffement
  - le cerveau n'est plus irrigué suffisamment par le sang
  - le fonctionnement des muscles de la cage thoracique est déréglé
48. Laquelle de ces informations doit faire partie intégrante du message d'alarme?
- le nom de la personne qui annonce l'accident
  - le nom de la personne accidentée
  - l'âge de la personne accidentée
49. Quelle information doit faire partie intégrante du message d'alarme?
- le nombre de sauveteurs professionnels nécessaires
  - le nombre de sauveteurs amateurs déjà engagés
  - le nombre de patients
50. Quelle information doit faire partie intégrante du message d'alarme?
- le genre de blessures / lésions constatées
  - le genre de matériel de sauvetage nécessaire
  - le genre d'aide déjà prodiguée

## Questions pour le cours brevet I

51. Un groupe de personnes excitées se trouve au bord d'un lac et assiste impuissamment à une noyade. Comment doit se comporter le sauveteur en arrivant sur les lieux?
- se rendre à la cabine téléphonique la plus proche et aviser la police en donnant un message précis, notamment en indiquant l'endroit précis, la situation générale et son nom
  - demander s'il y a quelqu'un dans le groupe sachant nager et plonger, organiser ensuite la recherche de la victime en effectuant des plongées en chaîne
  - apprécier la situation, envoyer quelqu'un du groupe pour alarmer la police, puis déterminer s'il est possible d'effectuer le sauvetage par des plongées en chaîne
52. Un enfant est tombé dans une rivière et s'est fait emporté. Le corps flotte le long de la rive. Quel comportement le sauveteur doit-il adopter?
- courir le long de la rivière, dépasser le corps de l'enfant, puis rentrer dans l'eau et tenter de le sauver
  - rentrer dans l'eau, nager vers l'enfant, le saisir et le mettre à l'abri
  - rentrer dans l'eau, nager au centre de la rivière jusqu'à la hauteur de l'enfant, puis l'approcher directement pour le saisir et le sauver
53. Un enfant est tombé dans une rivière et s'est fait emporté. La rive n'est pas praticable. Quel est le meilleur comportement à adopter en tant que sauveteur?
- rentrer dans l'eau et nager directement vers la victime afin de la sauver immédiatement
  - quitter l'endroit, partir à la recherche d'un pont en aval du lieu de l'accident, puis sauter dans l'eau; attendre l'enfant et le sauver
  - quitter la proximité de la rivière, partir à la recherche d'un endroit franchissable pour rentrer dans l'eau, puis essayer de sauver l'enfant
54. Dans le cadre d'une manifestation, une descente de rivière à la nage est organisée. Il faut assurer l'endroit de la sortie de l'eau en tendant une corde. Comment faut-il procéder?
- en angle droit par rapport à la direction de la rivière
  - en biais par rapport à la direction de la rivière
  - dans un angle de 45° par rapport à la direction de la rivière
55. Il faut sauver un nageur épuisé avec un bateau à rame. Par où doit-il être hissé?
- par la proue
  - par le côté
  - par la poupe
56. Un nageur est en difficulté et coule. Un sauveteur l'approche avec sa planche à voile et réussit à le tirer en surface. Il constate qu'il est inconscient et en arrêt respiratoire. Comment faut-il agir maintenant?
- charger le patient sur la planche et l'amener le plus rapidement possible vers la rive pour le réanimer
  - se coucher à plat ventre en travers de la planche et essayer de pratiquer la respiration artificielle
  - charger le patient sur la planche, l'amener vers la rive, mais, dès qu'il est possible de poser pied, pratiquer la réanimation
57. A quel moment faut-il réanimer un patient en arrêt respiratoire?
- dès que l'on peut poser le patient sur un fond dur
  - dès que l'on peut sortir le torse de la victime hors de l'eau
  - dès que le sauveteur peut poser pied ou se tenir à quelque chose
58. Avant d'effectuer une plongée, un nageur procède à 10 fortes insufflations. Quelle est la suite de cette procédure?
- le corps accumule davantage d'oxygène; l'autonomie de la plongée sera plus longue
  - le corps élimine d'avantage d'azote; la sensation de l'étouffement s'installe plus tard qu'à la normale
  - le corps perd davantage de gaz carbonique (CO<sub>2</sub>); la sensation typique du «manque d'air» et du besoin d'inspirer est retardée
59. En plongeant, il faut équilibrer la pression au niveau de l'oreille moyenne. Comment faut-il procéder?
- pincer le nez entre l'index et le pouce en comprimant l'air dans le pharynx et le nez
  - faire des mouvements de déglutition «à sec»
  - appuyer la mâchoire inférieure vers le bas

60. En cas de rupture du tympan, l'eau peut pénétrer dans l'oreille moyenne. Quelles peuvent en être les conséquences?
- la difficulté d'orientation
  - l'arrêt respiratoire
  - une surpression dans l'oreille moyenne
61. Quelle peut être la conséquence d'une plongée à une profondeur de 5 mètres si l'on ne procède pas à l'équilibrage de la pression?
- la rupture du tympan
  - le déchirement des poumons
  - la rupture du diaphragme
62. Des lunettes de natation ne sont pas recommandées pour la plongée. A quel endroit empêchent-elles l'équilibrage de la pression?
- dans l'oreille moyenne
  - dans les sinus frontaux
  - dans les lunettes
63. Dans un lac, par quel phénomène un plongeur est-il influencé, phénomène qui augmente au fur et à mesure que le plongeur progresse en profondeur?
- l'obscurité
  - l'opacité
  - les plantes aquatiques
64. Dans les eaux libres, de grandes différences de température sont à observer entre la surface de l'eau et une certaine profondeur. A quelle période de l'année cette différence de température est-elle particulièrement importante dans les 3 premiers mètres?
- au début de l'été
  - en plein été
  - en automne
65. Un accident de la circulation s'est produit sur une route principale. Dans quel ordre chronologique le sauveteur doit-il intervenir?
- alarmer, mise à l'abri, MISV
  - mise à l'abri, alarmer, MISV
  - mise à l'abri, MISV, alarmer
66. Quels points doivent être observés pendant la surveillance d'un patient?
- respiration, hémorragies internes et externes, pouls
  - respiration, teint, état de conscience
  - l'état de conscience, respiration, signes de vie
67. Quelles mesures doivent être prises en cas de forte hémorragie?
- mise au repos de la partie blessée, compression digitale (poing) entre la blessure et le cœur
  - surélever la partie blessée, coucher le patient à plat, compression digitale (poing) entre la blessure et le cœur
  - compression digitale (poing) entre la blessure et le cœur, coucher le patient à plat, pansement compressif
68. Une personne a subi une blessure à la jambe et est soignée par un sauveteur. Le patient est couché à plat et le sauveteur lui a surélevé la jambe et effectué une compression digitale dans le pli de l'aîne. Quelle aide supplémentaire peut être apportée (ordre chronologique)?
- pansement compressif, mise au repos de la jambe, appeler le médecin, l'hôpital
  - pansement compressif, appeler le médecin, l'hôpital, mise au repos de la jambe
  - appeler le médecin, l'hôpital, pansement compressif, mise au repos de la jambe

69. Lors d'une randonnée, un copain fait une glissade provoquant une blessure à la jambe qui se met aussitôt à saigner fortement. Le sauveteur couche le patient à plat, surélève la jambe blessée et effectue une pression avec le poing dans le pli de l'aîne. Quel ordre doit-il donner au deuxième sauveteur?
- apposer un mouchoir propre sur la plaie, puis un foulard, ou d'autres tissus pliés, et fixer le tout avec un T-shirt
  - apposer un garrot avec la ceinture, noter sur une feuille le nom de l'accidenté et l'heure de l'application du garrot et fixer la notice à la ceinture
  - apposer un mouchoir propre sur la plaie, puis une pierre plate et ronde et fixer le tout avec un T-shirt
70. Un skieur d'un certain âge a fait une chute et n'arrive plus à se relever. Il se plaint de fortes douleurs à la cuisse et il respire de manière oppressée. La cuisse enfle visiblement et la jambe a subi une rotation vers l'extérieur. Il n'y a pas d'hémorragie visible. Le pouls du skieur est faible et rapide. Que signifient ces symptômes?
- fracture fémorale avec forte hémorragie interne
  - fracture avec pertes de conscience dues aux douleurs
  - fracture avec troubles cardio-circulatoires dues à l'âge
71. Une dame âgée se plaint de fortes douleurs au niveau de la poitrine et est angoissée. Elle respire normalement, ne saigne pas, le pouls est rapide et régulier. Que faut-il conseiller à cette personne?
- marcher
  - se coucher et surélever les jambes
  - se coucher et surélever le torse
72. Un collaborateur a subi un malaise avec suspicion d'infarctus. L'homme ne répond pas et ne respire plus, sa peau est blême et froide. Aucune hémorragie n'est visible. Quel point faut-il absolument contrôler avant de prendre des mesures adéquates?
- y a-t-il une hémorragie interne?
  - est-ce que le pouls est perceptible à l'artère carotide?
  - est-ce que les lèvres sont bleutées?
73. Un snowboarder a chuté après un saut dans le halfpipe. L'intéressé se plaint de fortes douleurs au niveau du bassin et «sent les fourmis» dans les jambes. Quelle est la première mesure à prendre?
- fermer le halfpipe
  - sortir le patient du halfpipe
  - alarmer les secours (hélicoptère)
74. Si le déplacement d'un patient avec suspicion d'une lésion à la colonne vertébrale est inévitable, il s'agit d'appliquer la prise en gouttière du cou. Comment faut-il appliquer cette prise?
- avec la main droite, les doigts autour de la nuque, le pouce reposant sur l'épaule, la tête est maintenue rigide à l'aide de la main gauche et appliquée contre l'avant-bras droit
  - avec le bras droit, fixer la tête à droite; avec le bras gauche, fixer la tête à gauche, les deux mains reposant sur les épaules
  - reposer la main droite sur l'épaule, saisir la nuque, apposer la main gauche sur la main droite
75. Lors d'une randonnée, un jour d'été, une amie a un malaise, trébuche et chute. L'état de la blessée est le suivant: elle gémit, elle ne saigne pas, les réponses sont confuses, la respiration est difficile et ralentie, le pouls est fort et rapide. Comment doit réagir le sauveteur?
- mettre la patiente à l'ombre, surélever son torse, la rafraîchir avec de l'eau et des linges humides, puis alarmer les secours (ambulance)
  - mettre la patiente à l'ombre, la coucher à plat, les jambes légèrement surélevées, la rafraîchir et alarmer un médecin
  - coucher la patiente à plat, administrer du liquide, alarmer un médecin
76. En quelles circonstances ne faut-il jamais donner à boire à un patient?
- en cas de coup de chaleur
  - lorsqu'il est inconscient
  - en cas de grandes brûlures

77. Quelle mesure faut-il prendre en cas de brûlures et ébouillantage?

- a) désinfecter
- b) frictionner avec du beurre
- c) refroidir

### Questions concernant le massage cardiaque externe CPR dans le cadre du brevet I

78. Quel est le rythme du massage cardiaque?

- a) 2 insufflations et 15 compressions
- b) 1 insufflation et 5 compressions
- c) 3 insufflations et 15 compressions

79. Quelle est la position correcte du sauveteur lors du massage cardiaque d'une personne adulte?

- a) compression avec la paume d'une main sur la partie supérieure du sternum
- b) les bras sont pliés
- c) les bras sont fléchis et en position verticale

80. Quelle est la déclaration correcte par rapport au CPR?

- a) le patient est couché sur le dos sur un support mou
- b) Pour la compression, le sauveteur utilise le poids de son corps
- c) après chaque compression, le sauveteur lâche les mains et recherche à nouveau le point de compression

81. Quels sont les organes susceptibles d'être lésés si le point de compression se situe trop bas sur le sternum?

- a) le pancréas, les reins
- b) l'estomac, le foie
- c) tous les organes nommés sous a) et b)

82. Quelles sont les causes pouvant provoquer un arrêt cardio-respiratoire ?

- a) lésions du dos
- b) maux de tête
- c) infarctus du myocarde

83. Quelle déclaration est-elle correcte?

- a) je pratique les mesures de réanimation sur un patient qui se trouve dans son lit, car c'est la hauteur idéale de travail
- b) la profondeur de compression chez une personne adulte est de 4 à 5 cm
- c) les doigts doivent exercer une pression sur les côtes

84. Quelles sont les signes qu'un patient doit présenter avant de pratiquer un massage cardiaque ?

- a) si je ne suis pas sûr, en cas de doute toujours
- b) si le patient a de fortes douleurs au niveau de la cage thoracique, s'il tombe et si l'alarme a déjà été donnée
- c) si le patient ne répond pas, même après avoir libéré les voies respiratoires et s'il ne présente pas de signes de vie ?

85. Où se situe le point de compression pour le massage cardiaque?

- a) sur la moitié gauche du thorax
- b) sur la moitié inférieure du sternum
- c) sur le quart du haut du sternum