

# Centre aquatique Donnacona

## Cours de formation | HIVER 2026

### GRATUIT pour tous

Grâce au Plan d'action pour valoriser la pratique d'activités physiques, sportives et récréatives au Québec, du gouvernement du Québec.

Québec 

[Inscription ici !](#)

### Médaille de bronze

**Prérequis : 13 ans, pouvoir nager 100 mètres en continu**

Cours de base en sauvetage. Les candidats acquièrent les habiletés d'évaluation et de résolution de problèmes essentielles pour prendre de bonnes décisions dans l'eau, sur l'eau et près de l'eau. Cours préalable à la Croix de bronze.

**Dimanche  
15 h 30 à 17 h 30**

Début : 17 janv.  
Durée : 7 semaines

**Date et heure de l'examen à confirmer.**

Prévoir l'achat d'un masque de poche (30 \$)

### Croix de bronze

**Prérequis : Médaille de bronze**

Amorce la transition du sauvetage vers la surveillance aquatique et prépare les candidats aux responsabilités qu'ils auront en tant qu'assistants surveillants-sauveteurs. Ils développent leurs habiletés de sauvetage et commencent à appliquer des principes et des techniques de surveillance active.

**10 et 11 janv.  
8h à 15h30:**

**17 et 18 janv.  
15h30 à 18h30:**

**Date et heure de l'examen à confirmer**

Prévoir un lunch froid les 10 et 11 janvier.

### Premier soin - Général

**Prérequis : Croix de bronze**

Les cours en premiers soins de la Société de sauvetage sont des formations de 16 heures en secourisme général. Il s'agit de cours avancés où l'on enseigne non seulement les premiers secours, mais aussi les premiers soins à prodiguer lors de situations d'urgence secondaire.

**25 janvier  
12 h 30 à 17 h 30**

Une partie de la formation sera à faire en ligne avant la date du premier cours.

### Sauveteur national

**Prérequis : 15 ans, Croix de bronze**

Conçu pour développer les valeurs fondamentales, le jugement, les connaissances, les habiletés et la condition physique requis pour devenir un surveillant-sauveteur. Le cours met l'accent sur les habiletés, les principes et les pratiques, ainsi que les processus de prises de décision de la surveillance aquatique qui permettront une supervision sécuritaire et efficace.

**25 janv : 16h à 20h  
1 févr. : 13h à 20h  
8 févr. : 14h à 20h  
15 févr. : 16 h à 20h  
7 mars : 8h à 16h30  
8 mars : 8h à 16h30  
14 mars : 15h à 19H**

**Date et heure de l'examen à confirmer.**  
Prévoir l'achat d'un sifflet ( \$ )  
Prévoir des collations pour chaque cours et un repas froid les 8 fév., 7 et 8 mars.

### Moniteur de natation

**Prérequis : 14 ans, Croix de bronze**

Le cours de moniteur/animateur prépare le candidat à offrir les cours de natation du programme Anim'eau et Récr'eau. À la fin du cours et de ses stages, le candidat sera en mesure d'enseigner les rudiments de la natation et de la sécurité aquatique par des progressions logiques et efficaces aux participants des différents niveaux enfants et adultes.

**Samedi  
12 h à 18 h**

Début : 17 janv.  
Durée : 7 semaines

Des stages sont requis en dehors des heures de cours.  
Les modalités seront expliquées aux candidats au premier cours.