

Formation R 3-France

# LJCU

## Life Jacket Competent User Formation EPI Aquatique

**Dates :**

Sur demande

**Durée :**

1 jour  
Soit 6h00 de formation

**Lieu :**

Sur notre centre de formation  
ou sur site extérieur

**Coût :**

Voir page 4.



### Public

La formation LJCU s'adresse aux personnels d'entreprises, d'institutions ou collectivités territoriales travaillant à proximité d'environnements aquatiques basiques (lacs, étangs, canaux, cours d'eau, etc..) ou sur des ouvrages (ponts, barrages, etc..) et qui pourraient être amenés à tomber à l'eau.

### Pré-requis

Savoir nager et être âgé de 18 ans.

### Objectif

Certification Rescue3 LJCU2.

Former les personnels opérant proche de l'eau à l'utilisation d'un EPI aquatique (gilet de sauvetage) et aux connaissances des dangers et mesures de sécurité liés à cet environnement spécifique, afin de prévenir le risque de noyade en cas de chute dans l'eau.

### Méthode et moyens pédagogiques

Cours théoriques en salle avec support PowerPoint et livret LJCU.

Cours pratiques à terre et dans l'eau avec mises en situation pratique sous forme de scénarios et simulations d'incidents.

Formateurs SRT-I (Swiftwater Rescue Technician – Instructor) certifiés et habilités Rescue3 Europe.

Un instructeur pour 8 stagiaires.

Moyens matériels fournis par R3-France

### Financement

R3-France est déclaré centre de formation et est référencé DataDock.

### Durée de validité

3 ans

**Contact :** R3-France SAS - 57, impasse de la Verdanne - Albens 73410 ENTRELACS  
[contact@r3-france.com](mailto:contact@r3-france.com) - Téléphone : +33.(0)7.69.99.22.26.  
SIRET : 829 454 156 00011 – Centre formation n°84730193073 (Auvergne Rhône-Alpes)



## Programme et contenu de la Formation

# LJCU

Life Jacket Competent User

Formation EPI Aquatique



Ce programme est donné à titre indicatif et est susceptible d'être modifié. L'ensemble des contenus de la formation **Rescue3 LJCU** sera abordé lors de cette formation, les formateurs se réservant le droit de modifier le programme en fonction notamment des conditions météorologiques et du niveau des stagiaires.

(**CT** : cours théorique en salle ; **CPT** : cours pratique à terre ; **CPE** : cours pratique sur l'eau)

### **Matin**

Connaissances fondamentales, normes et législation (**CT**)

Organisation sécurisée du lieu de travail (**CT**)

Communication et spécificité des incidents par faible visibilité ou de nuit (**CT**)

Hydrologie et dangers liés à l'environnement aquatique (**CT**)

Evaluation des **risques** et moyens de contrôle (**CT**)

Problématique et gestion des immersions accidentelles (**CT**)

Risques médicaux et liés à la pollution (**CT**)

Équipement personnel : présentation des différents gilets de sauvetage (**CPT**)

Utilisation d'un gilet de sauvetage : réglage, gonflage manuel et automatique, maintenance pré et post utilisation (**CPT**)

### **Après-midi**

Nage avec gilet de sauvetage (**CPE**)

S'auto-secourir avec un gilet de sauvetage et sortir de l'eau (**CPE**)

Sauvetages conditionnels : parler, atteindre, lancer (**CPE**)

Mise en pratique sous forme de scénario (**CPE**)

Bilan de stage (**CT**)

### **Modalités d'évaluation :**

L'évaluation des compétences se fait selon les critères d'évaluation de Rescue3 Europe.

Évaluation des connaissances théoriques (connaissances de bases) et évaluation des compétences pratiques : démonstration technique de l'utilisation correcte d'un gilet de sauvetage (réglage, maintenance, gonflage auto et manuel) et démonstration de natation et auto-sauvetage équipé d'un EPI aquatique.

## Matériel à prévoir

# LJCU

Life Jacket Competent User  
Formation EPI Aquatique



## Concernant le matériel

Lors de la formation, R3-France fournit l'ensemble du matériel pédagogique et technique ;

### Équipement De Protection Individuel (EPI)

- Gilet de sauvetage (EPI) auto-gonflant , aux normes CE ;
- Combinaison et veste néoprène ;
- Chaussons et chaussettes néoprène.

### Matériel Personnel à prévoir

- Maillots de bain ;
- Serviette éponge ;
- Sac pour mettre vos affaires personnelles ;
- Sous-couches thermiques (facultatif).

### Matériel collectif de secours

- Cordes de sécurité à lancer ;
- Bouées à lancer ;
- Perches d'atteinte.

## Tarifs et prestations

# LJCU

Life Jacket Competent User  
Formation EPI Aquatique



R3-France propose 2 formules pour l'organisation de la « Formation EPI Aquatique » :

- **Formule « INTER »** : la formation est organisée directement sur notre centre de formation situé en Savoie ;
- **Formule « INTRA »** : la formation est organisée sur site, « chez vous » (sous réserve que votre site réponde au cahier des charges, voir document annexe).

### Tarif formule « INTER »

- **150,00 €/pers**, net de charges – Nombre de participants : mini 4/maxi 12.

Ce tarif comprend : l'encadrement par des instructeurs certifiés, le matériel technique et pédagogique.

### Tarif formule « INTRA »

- **Sur devis** – Nombre de participants : mini 4/maxi 12.



**R3-France est :**

- déclaré **organisme de formation** auprès de la Préfecture Auvergne Rhône Alpes (N°84730193073)
- référencé **DataDock**.

A ce titre, toutes nos formations sont **éligibles au titre de la formation professionnelle** et peuvent donc être financées.