

## Exigences Guide de rafting SOA 1

### Matières enseignées, contenu de la formation et sujets d'examen pour le module Guide de rafting SOA 1

#### 1. Contenus de formation

| Niveau de maîtrise | Signification                          | Objectif de formation  |
|--------------------|--|--|
| A                  | Avoir maîtrisé, avoir entraîné         | Connaissances: capable de répéter en démontrant<br>Compétences: savoir transmettre aux clients |
| B                  | Avoir fait plusieurs fois              | Compétences et connaissances: savoir appliquer soi-même  |
| C                  | Avoir entendu, lu, vu ou fait une fois | Connaître  |

#### 2. Contenus des examens

|   | Type d'examen  |
|---|--|
| P | Examen pratique  |
| X | Théorie ou pratique  |
| V | Condition pour l'inscription aux examens. A vérifier par le formateur. |

| Contenus de la formation | Approfondir | Examen | Contrôle |
|--------------------------|-------------|--------|----------|
|--------------------------|-------------|--------|----------|

## **1. Compétences techniques en rafting**

### **1.1. Techniques de navigation**

#### Techniques de pagaie

|  |   |   |     |
|--|---|---|-----|
| - Tenue de pagaie  | A | X | ( ) |
| - Propulsion/rétropulsion: technique de pagaie, mise à contribution du corps, mouvements de l'embarcation                | A | X | ( ) |
| - Rythme des coups de pagaie   | A | X | ( ) |
| - Appel & levier: technique de la pagaie, mise à contribution du corps, mouvements de l'embarcation (aussi latéralement) | B | X | ( ) |
| - Position du guide dans l'embarcation: quel effet sur la force suivant la position                                      | B | X | ( ) |
| - Profondeur d'immersion et angle à donner à la pale de la pagaie  | B | X | ( ) |
| - Back guiding   | B | X | ( ) |
| - Front guiding  | C |   | ( ) |
| - Risques pour la santé d'une mauvaise technique de la pagaie  | C |   | ( ) |

#### Techniques de pilotage

|  |   |   |     |
|--|---|---|-----|
| - Avec commandements ordres adaptés à la situation;            | B | P | ( ) |
| - Avec pagaie de guide coups de pagaie adaptés à la situation; | B | P | ( ) |
| - Manœuvrer in raft seul sans l'aide de l'équipage             | B | P | ( ) |
| - Technique de pagaies en diverses positions.                  | B |   | ( ) |
| - Manœuvres avec des avirons                                   | C |   | ( ) |

#### Technique de commandement

|   |   |   |     |
|---|---|---|-----|
| - Ordres «En avant (à gauche / à droite)»   | A | X | ( ) |
| «En arrière (à gauche / à droite)»  | A | X | ( ) |
| Combinaison d'ordres pour les rotations   | A | X | ( ) |
| «Stop (merci)»  | A | X | ( ) |
| «Tous à gauche / à droite»  | A | X | ( ) |
| «Sécurité» / «Tout le monde dans l'embarcation»   | A | X | ( ) |
| - Langues étrangères: briefing dans une première langue étrangère selon modèle                                  | B | X | ( ) |
| - Expression claire, forte, éloquente,  | B | P | ( ) |
| - Tonalité apaisante / motivante  | B | P | ( ) |
| - Moment et rythme des commandements de sorte à ce qu'ils soient «entendus» et puissent être appliqués à temps. | B | P | ( ) |

#### Partage des tâches

|  |   |   |     |
|--|---|---|-----|
| - Fonction du guide: guider l'embarcation;         |   | X |     |
| diriger l'équipage par l'information et les ordres | A | X | ( ) |
| - Fonction de l'équipage: propulsion;              | A | X | ( ) |
| exécution précise des ordres                       | A | X | ( ) |

| Contenus de la formation   | Approfondir | Examen | Contrôle |
|--|-------------|--------|----------|
| <b>Compléments à la technique de navigation</b>  |             |        |          |
| - Informer l'équipage de la manière dont l'embarcation réagit (fond plat, inertie, mauvais maniement des pagaies, etc.)          | A           | X      | ( )      |
| - Information préliminaire à l'équipage sur la trajectoire et la stratégie   | A           | X      | ( )      |
| - Répartition des forces des passagers   | B           |        | ( )      |
| - Répartition du poids dans l'embarcation  | B           |        | ( )      |
| <b>1.2. Tactique de navigation</b>   |             |        |          |
| <b>Offensive, défensive, choix de la trajectoire</b>   |             |        |          |
| - Suivre la trajectoire la plus simple (la moins dangereuse)   | A           | X      | ( )      |
| - Suivre précisément la trajectoire du leader de convoi  | B           | V      | ( )      |
| - Angles corrects par rapport au courant, en offensif et en défensif:  | B           | X      | ( )      |
| - offensif = pagayer (en avant ou en arrière) avec le courant  | B           | X      | ( )      |
| - défensif = pagayer (en avant ou en arrière) contre le courant  | B           | X      | ( )      |
| - Compétences: on pagaie plus fort en avant  | C           |        | ( )      |
| <b>Manoeuvres</b>  |             |        |          |
| - Départ, débarquement en avant et en arrière, quand, où, avec quelle aide   | A           | X      | ( )      |
| - Arrêt d'urgence: s'arrêter le plus vite possible et tenir l'embarcation tout seul  | A           | X      | ( )      |
| - Bacs en avant et en arrière avec l'équipage  | A           | X      | ( )      |
| seul avec l'embarcation vide   | B           |        | ( )      |
| - Entrer dans les contre-courants (au moins aussi grands que le raft)  |             |        |          |
| en avant et en arrière avec l'équipage   | A           | X      | ( )      |
| seul avec l'embarcation vide   | B           |        | ( )      |
| - Courbes de la rivière négocier ces passages de manière offensive et défensive  | A           | X      | ( )      |
| - Vagues franchissement perpendiculaire  | A           | X      | ( )      |
| - Rouleaux franchir avec «sécurité» (tous dans l'embarcation)  | A           | X      | ( )      |
| identifier, apprécier correctement, franchir, éviter en cas de doute   | B           |        | ( )      |
| - Contourner des obstacles de manière défensive et offensive   | A           | X      | ( )      |
| - Utiliser à bon escient les ordres «équipage à gauche / à droite»   | A           | X      | ( )      |
| - Flip et redressement   | B           | P      | ( )      |
| - Porter et remorquer un raft  | B           |        | ( )      |
| <b>1.3. Connaissance des courants</b>  |             |        |          |
| <b>Formes de courants</b>  |             |        |          |
| - Etre capable d'identifier lors d'une excursion les lignes d'eau, contre-courants, vagues, rouleaux, champignons & portefeilles | B           | X      | ( )      |
| - Couper le courant dans les courbes   | C           |        | ( )      |
| - Niveaux d'eau, modifications   | C           |        | ( )      |

| Contenus de formation  | Approfondir | Examen | Contrôle |
|--|-------------|--------|----------|
| «Lecture de la rivière»  |             |        |          |
| - Le guide connaît la rivière sur laquelle il travaille (doit l'avoir descendue préalablement)   | B           | V      | ()       |
| - Conduite proactive et connaissance des formes de courants  | B           | P      | ()       |
| Connaissance des dangers   |             |        |          |
| - Savoir identifier au cours d'une descente les rappels, siphons, obstacles (barrages, ferraille, arbres, piliers de ponts, câbles, etc.)  | B           | V      | ()       |
| - Reconnaître les zones dangereuses sur des parcours connus  | B           | V      | ()       |
| <b>1.4. Travail d'équipe</b>   |             |        |          |
| Signaux / langage des signes   |             |        |          |
| - Connaître et savoir utiliser les signaux internationaux du rafting<br><a href="http://www.internationalrafting.com/gte/river-signals/">http://www.internationalrafting.com/gte/river-signals/</a>  | B           | X      | ()       |
| - Signes et signaux spécifiques à l'entreprise   | B           | V      | ()       |
| - Recevoir, confirmer, transmettre des signes/signaux  | B           | V      | ()       |
| Navigation en convoi   |             |        |          |
| - Tâches des différentes embarcations dans le convoi   | B           | X      | ()       |
| - Savoir tenir sa position dans le convoi  | B           | X      | ()       |
| <b>1.5. Connaissances du matériel</b>  |             |        |          |
| Equipement de l'embarcation  |             |        |          |
| - Au moins 6 compartiments d'air; ligne de vie fortement tendue sur le pourtour extérieur; dispositifs d'accrochage des drisses à l'avant et à l'arrière du raft; drisses d'amarrage à l'avant et à l'arrière (min. 8 m); plaque signalétique avec le nombre admissible de personnes | B           | X      | ()       |
| - Au moins 2 dispositifs de retenue par personne, dont l'un doit faire office de cale-pied (autres: cordage "salami", poignées de retenue, corde périphérique); sac à corde de sécurité contenant 20 m de corde d'au moins 8 mm de diamètre  | B           | X      | ()       |
| - Par convoi: pharmacie; pagaie de réserve   | C           | X      | ()       |
| Equipement du guide  |             |        |          |
| - Gilet de sauvetage avec sangle de sauvetage, casque adapté à l'eau vive classe III, équipement néoprène ou étanche adapté à l'eau de température inférieure à 15°C et à la classe III, couteau, flipline (sangle), sifflet   | B           | X      | ()       |
| Equipement des participants  |             |        |          |
| - Gilets de sauvetage selon art. 134 de l'Ordonnance sur la navigation intérieure, casque adapté à l'eau vive dès classe III, combinaison néoprène et veste adaptés à l'eau froide inférieure à 15°C et adapté à la classe III, pagaie   | B           | X      | ()       |

| Contenus de la formation  | Approfondir | Examen | Contrôle |
|---|-------------|--------|----------|
| <b>Réparations durant une descente</b>  |             |        |          |
| - Attacher la partie dégonflée d'une embarcation  | C           |        | ( )      |
| - Réparation improvisée sur place, décider s'il est possible de continuer   | C           |        | ( )      |
| <b>Connaissances des embarcations</b>   |             |        |          |
| - Types d'embarcation (bateaux fermés, auto-videurs, cataraft, etc.) ainsi que leurs avantages et inconvénients   | C           |        | ( )      |
| - Matériaux de construction (néoprène, Hypalon, PVC) et leurs propriétés  | C           |        | ( )      |
| <b>1.6. Technique de cordes</b>   |             |        |          |
| <b>Noeuds</b>   |             |        |          |
| - Boucle avec noeud en huit ou noeud de guide   | B           | X      | ( )      |
| - Boucle avec noeud en huit ou noeud de guide avec retour   | B           | X      | ( )      |
| - Noeud d'amarrage  | B           | X      | ( )      |
| - Noeud tendeur   | B           | X      | ( )      |
| - Noeud de Prusik   | B           | X      | ( )      |
| - Demi-noeud de cabestan avec boucle de blocage   | B           | X      | ( )      |
| - Noeud de sangle   | B           | X      | ( )      |
| - Noeud double de pêcheur   | B           | X      | ( )      |
| <b>Maniement des cordes</b>   |             |        |          |
| - Dans le courant: corde = danger   | A           | V      | ( )      |
| - Maniement des cordes sur l'embarcation (pas de cordes qui traînent, rouler et attacher les cordes)  | B           |        | ( )      |
| - Maniement correct des mousquetons rapides et de sécurité  | B           |        | ( )      |
| <b>Techniques de sauvetage</b>  |             |        |          |
| - Mise en place et utilisation correctes de 3:1 palan avec points d'ancrage raft/terre & frein arrière  | B           | X      | ( )      |
| - Ancrage à 3 points auto-équilibrant à une embarcation stabilisée  | B           | X      | ( )      |
| <b>2. Sécurité et sauvetage</b>   |             |        |          |
| <b>2.1. Sécurité</b>  |             |        |          |
| <b>Prévention des accidents</b>   |             |        |          |
| - Connaître les principes et les appliquer sur son embarcation: éviter les dangers, réduire les risques, créer des marges de sécurité   | B           |        | ( )      |
| - Safety Talk avec l'équipage, contrôle de l'équipement, briefing avec le Trip Leader avant/après la course, appréciation des conditions météorologiques et de la rivière sur place | B           | X      | ( )      |
| - Bonne évaluation et conduite précise de l'équipage  | B           |        | ( )      |
| - Compétences: le portage et faire passer le raft attaché à une corde sont toujours une option  | B           |        | ( )      |

| Contenus de la formation   | Approfondir | Examen | Contrôle |
|--|-------------|--------|----------|
| <b>Comportement face à l'obstacle en cas de drossage, cravate (wrap)</b>   |             |        |          |
| - Tous côté obstacle, délester le côté face au courant   | B           |        | ( )      |
| - Eviter que la situation n'empire, répartition du poids, les clients restent dans l'embarcation dans toute la mesure du possible  | B           |        | ( )      |
| - Priorité: sécurité des clients – stabiliser la situation – réfléchir – agir  | B           |        | ( )      |
| <b>Comportement en cas de chavirage</b>  |             |        |          |
| - Garder la vue d'ensemble, compter les têtes, mettre les personnes en sécurité, mettre le matériel en sécurité  | B           | X      | ( )      |
| - Retourner l'embarcation à l'endroit ou l'amener à la rive en s'en servant comme d'un îlot de sauvetage   | B           | X      | ( )      |
| <b>2.2. Mise à l'abri / sauvetage</b>  |             |        |          |
| <b>Se mettre en sécurité, nage en eaux vives</b>   |             |        |          |
| - Nage active et passive en eau vive classe III; se servir des courants; entrer dans un contre-courant et en sortir; saut initial correct  | A           | X      | ( )      |
| - Comportement dans les rappels et rouleaux  | C           |        | ( )      |
| - Traverser par bas niveau d'eau seul et en groupe   | B           |        | ( )      |
| <b>Sauvetage depuis le bateau</b>  |             |        |          |
| - Payer en arrière; ramener la personne vers l'embarcation avec la pagaie (lui présenter le manche de la pagaie), sac à corde de sécurité (pas de corde libre dans le bateau); ramener la personne dans l'embarcation avec/sans aide de l'équipage | B           | X      | ( )      |
| <b>Sauvetage de personnes inconscientes</b>  |             |        |          |
| - Monter le naufragé dans l'embarcation, sauvetage à la nage   | B           | X      | ( )      |
| <b>Recours aux sacs à corde de sécurité</b>  |             |        |          |
| - Quand, où, comment lancer le sac; comportement correct du lanceur; comportement correct du nageur; deuxième lancer   | B           | X      | ( )      |
| - Possibilités d'emploi du sac pour des personnes ayant débarqué sur une rive  | C           |        | ( )      |
| <b>Utilisation d'autres moyens de sauvetage à disposition</b>  |             |        |          |
| - Connaître les techniques de corde et les domaines d'utilisation du matériel à disposition; quand dois-je utiliser une corde statique   | C           |        | ( )      |
| - Faire traverser une corde depuis un raft jusqu'à la rive et de rive à rive   | B           |        | ( )      |
| - Techniques de secours lors d'un coincement de pied   | B           |        | ( )      |
| <b>Récupération du matériel</b>  |             |        |          |
| - Réunir les pagaies perdues   | B           |        | ( )      |

| Contenus de formation  | Approfondir | Examen | Contrôle |
|--|-------------|--------|----------|
| <b>2.3 Gestion des situations d'urgence</b>  |             |        |          |
| - Donner l'alerte: organisation, plan d'annonce, destinataires, savoir utiliser la radio/le téléphone portable, transmettre les informations   | B           | X      | ( )      |
| - Dispositif de sécurité de l'entreprise et tâches des assistants selon celui-ci   | B           | V      | ( )      |
| - Déroulements et organisation en cas d'accidents, sauvetage, gestion de la crise  | C           |        | ( )      |
| <b>2.4. Premiers secours</b>   |             |        |          |
| Le brevet de secouriste et le brevet CPR sont requis pour la certification.  |             |        | ( )      |
| <b>3. Compétences sociales et de conduite</b>  |             |        |          |
| <b>3.1. Généralités</b>  |             |        |          |
| Présentation   |             |        |          |
| - Se montrer aimable avec les clients, générer la confiance (attitude pondérée, réfléchie, compétente), visibilité comme collaborateur   | B           |        | ( )      |
| - Ni alcool ni drogues   | C           |        | ( )      |
| <b>3.2. Conduite de clients</b>  |             |        |          |
| Style de conduite  |             |        |          |
| - Collégial/autoritaire; passer d'un style à l'autre selon la situation. Instructions précises, savoir quand on peut être détendu et quand les choses deviennent sérieuses; savoir s'imposer lorsqu'il s'agit d'éviter des dangers / de réduire les risques. Attitude collégiale pour la bonne ambiance sur l'embarcation. | B           |        | ( )      |
| Message de bienvenue; consignes et Safety Talk   |             |        |          |
| - S'exprimer de manière claire et précise; est-ce que tout le monde me voit et m'entend? Utiliser le langage des clients; visualiser, démontrer, faire les choses importantes soi-même; constituer des blocs et souligner l'essentiel  | B           | X      | ( )      |
| Message de bienvenue   |             |        |          |
| - Contenu spécifique à l'entreprise  | C           |        | ( )      |
| - S'informer d'éventuels problèmes de santé, de médicaments particuliers   | C           |        | ( )      |
| - Objets de valeur   | C           |        | ( )      |
| Consignes  |             |        |          |
| - Position assise dans le bateau, dispositifs pour se retenir  | B           | X      | ( )      |
| - Tenue de la pagaie, main sur le manche, expliquer pourquoi il ne faut pas lâcher le manche   | B           | X      | ( )      |
| - Coups de pagaie & ordres   | B           | X      | ( )      |

| Contenus de formation   | Approfondir | Examen | Contrôle |
|---|-------------|--------|----------|
| <b>Safety Talk</b>  |             |        |          |
| - Branches, rochers côté rive   | B           | X      | ( )      |
| - Nager sur le dos, tenir la pagaie en nageant  | B           | X      | ( )      |
| - Natation active   | B           | X      | ( )      |
| - Ne pas se lever, relever les pieds et expliquer pourquoi  | B           | X      | ( )      |
| - Se tenir à l'écart des obstacles, s'en éloigner à l'aide des mains, de la pagaie et des pieds   | B           | X      | ( )      |
| - Expliquer s'il faut continuer à nager ou aller à terre  | B           | X      | ( )      |
| - Démonstration de la récupération d'un nageur et de la manière de le remonter dans le bateau   | B           | X      | ( )      |
| - Instructions relatives au sac à corde de sécurité (tenir et lâcher, position en nageant)  | B           | X      | ( )      |
| - Instruction en cas de flip: prendre de l'air entre les boudins, se tenir à la ligne de vie  | B           | X      | ( )      |
| - Instruction en cas de débarquement d'un participant (p. ex. attendre qu'on le cherche ou les secours)   | B           | X      | ( )      |
| <b>Tâches du guide</b>  |             |        |          |
| - Information et conduite des clients avant et après la descente en rafting (déroulement précis, à qui s'adresser, prochain point de ralliement, le client sait toujours ce qu'il se passe)               | B           |        | ( )      |
| - Appréciation correcte de l'équipage et de son positionnement dans l'embarcation (poids, force, personnes craintives ou peu mobiles, personne à l'avant, personne agile pour la drisse d'abordage, etc.) | B           | X      | ( )      |
| - Conduite claire et compétente de l'équipage sur l'embarcation par des ordres et des informations. Bonne ambiance sur le bateau  | B           | X      | ( )      |
| - S'adapter aux diverses personnes et à leurs intérêts (jeune/vieux, craintif/téméraire, etc.) Faire en sorte que chacun puisse vivre de bonnes expériences   | B           |        | ( )      |
| - Identifier le processus de groupe et y réagir de manière adéquate   | C           |        | ( )      |
| <b>3.3. Conduire en situation de stress</b>   |             |        |          |
| <b>Tâches du guide</b>  |             |        |          |
| - Connaître ses responsabilités et agir en conséquence par un comportement de conduite clair.   | B           |        | ( )      |
| <b>Schéma de réaction en situation de stress</b>  |             |        |          |
| - Connaître son propre schéma de réaction et le maîtriser   | B           |        | ( )      |
| - Connaître les schémas de réaction des clients en situation de stress  | C           |        | ( )      |
| <b>Comportement de conduite adapté</b>  |             |        |          |
| - Rester calme, garder la vue d'ensemble, agir avec réflexion   | C           |        | ( )      |
| <b>4. Contexte général</b>  |             |        |          |
| <b>4.1. Dispositions légales</b>  |             |        |          |
| <b>Signalisations officielles</b>   |             |        |          |
| - Connaître les principales signalisations pour les cours d'eau et la navigation en vigueur en CH   | A           | X      | ( )      |

| Contenus de formation   | Approfondir | Examen | Contrôle |
|---|-------------|--------|----------|
| Dispositions relatives aux équipements de l'ONI (ordonnance sur la navigation intérieure)   |             |        |          |
| - Connaissance des dispositions relatives aux équipements de l'ONI  | A           | V      | ()       |
| Législation sur les activités à risque en Suisse  |             |        |          |
| - Connaissance des dispositions de l'ORisque et de la LRisque dans la mesure où elles s'appliquent au rafting                     | A           | X      | ()       |
| - Connaissance de Safety in Adventures et ISO certifications ISO et prérequis pour les permis d'exploitation                      | C           |        | ()       |
| Dispositions légales dans les zones d'activité quant aux heures de navigation, parcours autorisés, exigences à l'égard des guides |             |        |          |
| - Connaissance des dispositions relatives aux tronçons parcourus  | C           |        | ()       |
| Responsabilité en cas d'accident, garanties des guides. Consommation de drogues par les clients (alcool, autres).                 |             |        |          |
| - Connaissance des garanties à fournir, responsabilité pour son embarcation   | B           |        | ()       |
| - Responsabilité en cas d'accident avec des personnes blessées ou décédées, directives de l'entreprise                            | B           |        | ()       |
| Directives générales Rafting de la SOA  |             |        |          |
| - Domaines de compétence des Guides I et II, taille des convois, intervention comme Trip Leader, etc.                             | A           | X      | ()       |
| <b>4.2. Environnement</b>   |             |        |          |
| La rivière comme biotope  |             |        |          |
| - Respecter les espaces et heures sensibles pour la faune et la flore sur les zones d'activité de l'entreprise                    | B           |        | ()       |
| - Réserves naturelles, zones protégées dans la zone d'activité  | B           |        | ()       |
| Comportement adéquat  |             |        |          |
| - dans la nature  | B           |        | ()       |
| - face à autrui   | B           |        | ()       |

## Recommandation pour l'examen de guide de rafting SOA 1

Nom: .....  
Né-e le: .....

est recommandé-e par

Nom: .....  
Société: .....

pour l'examen de guide de rafting niveau 1.

Le soussigné atteste que tous les sujets obligatoires dans la formation de base selon plan des matières ont été traités, respectivement que ces connaissances étaient acquises de manière démontrable avant la formation, et que le nombre obligatoire de descentes lors du stage ont été accomplies.

- Compétences techniques en rafting
- Sécurité et sauvetage
- Compétences sociales et de conduite
- Contexte général
- Carnet de bord avec les voyages comme stagiaire

| Lieu  | Date  | Signature                                    |
|-------|-------|--|
| ..... | ..... | .....<br>la candidate ou le candidat         |
| ..... | ..... | .....<br>la / le responsable de la formation |

## Modèle de carnet de bord

| <b><u>Carnet de bord Rafting</u></b> |         |           |             |                 |
|--------------------------------------|---------|-----------|-------------|-----------------|
| Date                                 | Tronçon | Remarque* | Signature** | Confirmation*** |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |
|                                      |         |           |             |                 |

- \* Pas d'annotation = conduit une embarcation avec des clients  
A mentionner: descente en tant qu'assistant, formation continue sans client, fonction de formateur, etc.
- \*\* Signature du/de la conducteur/-trice de l'embarcation
- \*\*\* Confirmation par l'entreprise