

## *Le Brevet Fédéral Nagez Forme Santé*

### OBJECTIFS DE LA FORMATION

#### Diplôme visé

L'activité Nagez Forme Santé est une activité de natation proposée à des personnes cherchant à optimiser leur capital santé. Elle est encadrée par des éducateurs ayant reçu une formation spécifique « Educateur Nagez Forme Santé » afin que chaque pratiquant puisse évoluer dans un environnement sécurisé et nager selon ses aspirations et ses capacités propres.

Le texte de référence est le règlement général du Brevet fédéral d'éducateur Nagez Forme Santé de la Fédération française de natation reconnu par le Ministère en charge des Sports

#### Niveau du diplôme

Le Brevet Fédéral Nagez Forme Santé est un diplôme non professionnel.

#### Missions visées

Le titulaire du brevet fédéral Nagez Forme Santé intervient bénévolement au sein d'un club de la Fédération Française de Natation, et a vocation à encadrer tous les publics sains, sédentaires, à risques ignorés ou dépistés, ou relevant du parcours de soins et encadre en vue d'obtenir ou de maintenir « un capital » santé optimum ou d'aider les personnes à mieux vivre avec leur pathologie.

Il a pour principales missions :

- De concevoir un projet pédagogique, une séance de natation adaptée : Nagez Forme Santé,
- D'encadrer tout public dans le cadre d'une natation adaptée : Nagez Forme Santé,
- D'évaluer les bénéfices du programme de natation adaptée : Nagez Forme Santé,
- De participer à l'éducation du pratiquant,
- De s'intégrer dans une équipe dans le cadre d'un parcours de soins,
- De participer au fonctionnement du club intégré dans son environnement territorial et institutionnel,
- D'assurer la sécurité des pratiquants en prenant en compte la spécificité de chacun

### PUBLICS ET PREREQUIS

#### PREREQUIS D'INSCRIPTION

##### EXIGENCES PREALABLES A L'ENTREE EN FORMATION (EPEF)

- Avoir 18 ans minimum au 31 décembre de l'année d'entrée en formation,
- Être licencié à la Fédération française de natation,
- Être titulaire à minima du PSE 1 ou son équivalent à jour de la formation continue,
- Être capable de réaliser un test de sécurité (\* voir ci-dessous), sur une distance de 50 mètres,
- Être titulaire au minimum d'un Brevet Fédéral 3ème degré de la Fédération française de natation à jour de la formation continue, ou d'un diplôme d'État ou Titre à finalité Professionnelle permettant l'encadrement des activités de la natation, à jour de la formation continue.

Tous les jeunes ayant 18 ans au 31 décembre de l'année de la formation peuvent rentrer en formation au Brevet fédéral d'éducateur Nagez Forme Santé.

Le passage de la certification est possible avant l'âge minimum requis à l'entrée en formation (18 ans sur le Brevet fédéral d'éducateur Nagez Forme Santé) mais la délivrance du diplôme ne peut se faire qu'au jour anniversaire des 18 ans

\* Cette capacité est justifiée par une attestation délivrée par un professionnel des activités de la natation et datant de, moins de 3 mois avant l'entrée en formation.

\* Le test de sécurité, dont la réussite est attestée par un professionnel des activités de la natation, est réalisé sur une distance de 50 mètres (le port des lunettes de natation et du pince-nez n'est pas autorisé, l'utilisation de l'échelle est interdite) consiste en :

- Départ libre du bord du bassin,
- Un parcours en nage libre,
- Une plongée dite "en canard" et recherche d'un mannequin réglementaire immergé à 25 mètres du point de départ à une profondeur minimale de 1,80 mètre,
- Une remontée du mannequin jusqu'à la surface,
- Un remorquage d'une personne, de sa tranche d'âge au moins, face hors de l'eau en permanence, sur une distance de 25 mètres,
- La sortie de l'eau de la victime.

Ce test de sécurité est un prérequis à l'entrée en formation.

*Conditions pour la personne non titulaire au minimum d'un Brevet Fédéral 3ème degré de la Fédération française de natation à jour de la formation continue, ou d'un diplôme d'État ou Titre à finalité Professionnelle permettant l'encadrement des activités de la natation, également à jour de la formation continue :*

Les personnes ayant une expérience importante au sein d'un club de la Fédération française de natation, qui ne sont pas titulaires au minimum d'un Brevet Fédéral 3ème degré de la Fédération française de natation à jour de la formation continue, ou d'un diplôme d'État ou Titre à finalité Professionnelle permettant l'encadrement des activités de la natation, également à jour de la formation continue, peuvent, à titre exceptionnel déposer un dossier de demande d'entrée en formation au Brevet fédéral d'éducateur Nagez Forme Santé auprès du Directeur Technique National en charge de la formation.

## **MODALITES D'ADMISSION DE L'ERFAN**

Les candidats devront s'inscrire via le lien ci-dessous, lien se trouvant sur le site de L'ERFAN Nouvelle-Aquitaine de Natation :

<https://erfan-nouvelleaquitainedenatation.catalogueformpro.com>

Pour être considéré recevable, le dossier devra être retourné à l'ERFAN complet avec toutes les pièces demandées à l'adresse mail suivante : **erfan.direction@ffnatationlna.fr**

**Clôture des inscriptions : 16 février 2026 à 23h59**

## POSITIONNEMENT

Le positionnement permet d'analyser la situation d'un stagiaire avant son entrée en formation en référence d'une part, aux compétences requises par le référentiel de certification du brevet fédéral Nagez Forma Santé et d'autre part, à ses acquis afin d'envisager un allègement ou un renforcement de formation au regard des compétences à acquérir en formation et des épreuves certificatives.

Le positionnement est possible dès lors que la personne est inscrite en formation et justifie des prérequis à l'entrée. Ce parcours individualisé sera négocié avec le candidat qui pourra l'accepter ou le refuser.

**Durée du positionnement :** en fonction du stagiaire

**Date du positionnement :** vendredi 20 février 2026

**Contenus :** le positionnement se déroulera en trois phases :

### 1. Une phase de présentation collective de la formation

Points abordés :

- Organisation pédagogique de la formation
- Relation entre la structure d'alternance et l'organisme de formation
- La mise en place des outils de suivi et d'information : Stagiaire / organisme de formation / structure d'alternance / tuteur
- Présentation des modalités de la certification
- Les relations au métier, à l'emploi potentiel, aux compétences

### 2. Une phase d'identification des compétences déjà acquises par le stagiaire en vue de l'élaboration d'un plan individuel de formation (si jugée nécessaire)

Cette phase sera organisée en fonction de besoins des candidats, soit dans le cadre d'une auto-évaluation soit dans le cadre d'un entretien qui sera consacré à l'explicitation, la verbalisation des compétences du stagiaire : entretien individuel.

L'auto-évaluation s'appuiera sur la phase 1 et un support composé d'un questionnaire simple. L'entretien mené par un membre de l'équipe pédagogique et permettra de réaliser :

- Un relevé des souhaits du stagiaire
- Un bilan de ses expériences vécues,
- Une mesure des écarts entre ses compétences actuelles et celles attendues en fin de formation (le formateur peut questionner le stagiaire et le mettre en situation s'il a besoin d'informations complémentaires),

**Durée de l'entretien :** en fonction de la demande du stagiaire.

### 3. Une phase de validation du Plan Individuel de Formation

Après un temps d'harmonisation de l'équipe pédagogique, celle-ci proposera un parcours individualisé de formation au candidat comprenant des allègements ou des renforcements de formation et prenant en compte les dispenses éventuelles d'une ou de plusieurs UC (en référence

aux arrêtés et référentiels en vigueur). Le candidat sera libre d'accepter ou de refuser l'offre de formation.

## CONTENUS DE LA FORMATION

### LES CONTENUS

Cette formation apportera les compétences suivantes dans le champ de la FFN :

- Connaissance de l'environnement et organisation du système de santé publique
- Connaissance des publics en prévention primaire, secondaire et tertiaire
- Apports de connaissances sur les principales maladies chroniques et affections longue durée (cancers, diabète, pathologies cardiaques, respiratoires etc.)
- Connaissance du club et méthodologie de projet
- Construction de séances adaptées

### LES COMPETENCES VISÉES

Cette formation vous apportera les compétences suivantes dans le domaine des activités aquatiques permettant aux stagiaires d'être capable de :

Le référentiel de certification présente les unités capitalisables (UC) constitutives du Brevet fédéral d'éducateur Nagez Forme Santé (UC1 à UC3). Il fixe pour chaque unité les compétences attendues, exprimées sous forme d'objectifs. Chaque UC est définie par un Objectif Terminal d'Intégration (OTI) :

- UC 1 EC de contribuer au fonctionnement du club intégré dans son environnement territorial et institutionnel
- UC 2 EC de maîtriser les connaissances et les techniques nécessaires à la conduite des activités
- UC 3 EC de maîtriser les connaissances pour s'intégrer dans un parcours de soins

*(EC : être capable de)*

### LE PROGRAMME

Seront abordées tout au long de cette formation, les 4 unités capitalisables de la formation avec les contenus suivants :

#### **UC 1 : Contribuer au fonctionnement du club intégré dans son environnement territorial et institutionnel**

- La communication et le projet du club
- La connaissance du club
- La prise en charge du pratiquant
- Les connaissances règlementaires
- La séance

#### **UC 2 : Maîtriser les connaissances et les techniques nécessaires à la conduite des activités**

- La sécurité et la citoyenneté
- Les connaissances des différentes spécificités de santé publique en prenant en compte la connaissance des publics
- La séance
- La prise en charge du pratiquant dans la séance

- La spécificité du milieu aquatique
- La communication et le projet du club
- Les aspects psychologiques

### UC 3 : Maîtriser les connaissances pour s'intégrer dans un parcours de soins

- Les aspects psychologiques
- La prise en charge du pratiquant
- Les connaissances des différentes spécificités de santé publique en prenant en compte la connaissance des publics
- La communication et le projet du club

## ORGANISATION DE LA FORMATION

### ORGANISME DE FORMATION

La formation au Brevet fédéral Nagez Forme Santé natation est organisée par une ERFAN en partenariat avec l'INFAN et la Direction Technique Nationale de la Fédération française de natation.

L'organisme de formation ERFAN (École Régionale de Formation aux Activités de la Natation) de la Région Nouvelle-Aquitaine a été habilité par la Fédération Française de Natation pour mettre en œuvre cette formation.

### DATES

Dates extrêmes de la formation	Durée de la formation	Date de clôture de la formation
Du 23 février au 27 février 2026 et du 4 au 7 mai 2026	8 jours de formation	16 février 2026

### DECOUPAGE DES VOLUMES HORAIRES DE FORMATION

<b>Volume horaire total</b>
<b>68 heures de formation</b>

### CALENDRIER ET HORAIRES DES PERIODES EN FORMATION

Dates	Horaires matin	Horaires après-midi
Lundi 23 février 2026	09h30 à 12h30	13h30 à 17h30
Mardi 24 février 2026	09h00 à 12h00	13h30 à 16h30
Mercredi 25 février 2026	09h00 à 11h00	12h00 à 16h30
Jeudi 26 février 2026	09h00 à 12h30	14h00 à 17h00
Vendredi 27 février 2026	09h00 à 12h00	13h30 à 16h30
Lundi 4 mai 2026	09h00 à 12h00	13h30 à 16h30
Mardi 5 mai 2026	09h00 à 12h00	13h30 à 16h30
Mercredi 6 mai 2026	09h00 à 11h00	12h00 à 16h30
Jeudi 7 mai 2026	09h00 à 13h00	

## SESSIONS DE FORMATION

Formation en groupes limités à 25 stagiaires en parcours complet et 8 stagiaires minimum pour mettre en œuvre la formation.

## LIEUX DE LA FORMATION

### Salles de formation

- CHEOPS 87 : 55 Rue de l'Ancienne École Normale d'Instituteurs, 87000 Limoges

### Centres aquatiques pédagogiques

- Piscine des Casseaux- 28 Boulevard des Petits Carmes, 87000 Limoges

## MODALITES PEDAGOGIQUES ET DE SUIVI

### MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Les méthodes pédagogiques utilisées sont basées sur les méthodes affirmative, heuristique, interrogative, démonstrative et applicative.

La formation, à visée pratique et méthodologique, **se fait à partir de situations réelles professionnelles et de supports professionnels.**

**La formation est personnalisée** et prend en compte la singularité de la personne en formation tout en appartenant à un collectif.

Les formateurs organisent les situations d'apprentissage variées aux besoins de la personne et des objectifs visés et met en place les stratégies pédagogiques correspondantes :

- Jeux de rôles dans une situation professionnelle reconstituée
- Pratique en bassin
- Réalisation d'une tâche ou opération professionnelle à partir de cas concrets
- Recadrage et actions de remédiation
- Travaux collaboratifs en sous-groupes
- Action de Formation en situation

Le formateur définit la stratégie pédagogique au regard de l'importance, de la complexité et du niveau de performance de l'objet de l'apprentissage : il conçoit et organise des activités pédagogiques en s'appuyant sur des démarches et des méthodes facilitant les apprentissages des personnes et l'atteinte des objectifs visés.

### MOYENS ET MATÉRIELS PÉDAGOGIQUES DEDIES A L'ACTION

Les stagiaires sont formés dans un environnement de travail similaire à leur métier (centre aquatique). Le matériel utilisé par les formateurs et les stagiaires est du matériel professionnel.

### Salle de cours :

- Salles de cours accessibles aux personnes handicapées.
- Vidéo projecteur
- Tableau papier
- Connexion internet

### *Centres aquatiques :*

- Des créneaux horaires d'utilisation de ces espaces dédiés aux stagiaires

### *Supports pédagogiques :*

- Exercices pratiques – Photocopies - présentation Powerpoint - supports multimédias
- Plateforme DIGIFORMA

## **MODALITÉS DE SUIVI DE LA FORMATION**

- Attestations d'assiduité signées par les stagiaires et le formateur à l'issue de chaque demi-journée de formation lors des séquences en présentiel
- Tableau de suivi des stagiaires en formation en centre (présentiel, comportement, compétences)
- Utilisation d'un livret du stagiaire dématérialisé.
- Chaque stagiaire à la possibilité de convoquer en entretien avec le coordonnateur ou avec une personne tierce s'il le souhaite pour évoquer des problématiques. Un formulaire est également mis à disposition afin d'évoquer des remarques ou difficultés dans le suivi de la formation.

Ces outils permettent un meilleur suivi du stagiaire afin de prévenir les ruptures de parcours.

## **MODALITES D'ÉVALUATION ET DE SUIVI**

L'évaluation des connaissances et des compétences de l'apprenant se fera tout au long de la formation sous forme d'épreuves formatives effectuées régulièrement au regard des objectifs de la formation.

Un bilan régulier de la progression pédagogique sera réalisé par le tuteur référent du stage en alternance et les apprenants afin de repérer les difficultés d'apprentissage rencontrées et de prévoir, si nécessaire, des heures de soutien supplémentaires.

## **MODALITÉS D'ÉVALUATION**

1. Résultats des évaluations continues des compétences et des connaissances techniques et comportementales de l'apprenant en formation (à travers du travail personnel demandé).
2. Grille de certification de la FFN.

## **EPREUVES DE CERTIFICATION**

Ces épreuves certificatives visent à valider les Unités Capitalisables du diplôme, une UC pouvant faire l'objet de plusieurs épreuves certificatives.

En cas d'échec à l'une des certifications, une épreuve de rattrapage sera organisée. Ces épreuves de rattrapage seront identiques aux épreuves initiales. La validation des 4 unités capitalisables est nécessaire pour l'obtention du diplôme.

### Épreuve 1 – Écrite et oral

**Certification de l'UC1 et l'UC3 :** Cette épreuve est réalisée à partir d'un dossier relatif à la conception (réelle ou prévisionnelle) du projet Nagez Forme Santé d'un club. Ce document servant de base à une épreuve orale d'une durée de 20' maximum permettant d'évaluer les capacités du candidat à concevoir le projet et à s'intégrer dans un parcours de soins.

Étape 1 : Rédaction d'un dossier portant sur la conception d'un projet de l'activité Nagez Forme Santé au sein d'un club et sur les connaissances nécessaires à l'intégration dans un parcours de soins.

Étape 2 : épreuve orale d'une durée de 20' maximum.

Cette épreuve permet de valider l'UC1 et l'UC3 du BF d'éducateur Nagez Forme Santé

### Épreuve 2 – Épreuves écrite, oral et test sécurité

*Certification de l'UC2 :*

Étape 1 : Un écrit, sous la forme d'un QCM portant sur les connaissances essentielles relatives aux caractéristiques de l'ensemble des différentes pathologies chroniques. Le choix des questions reste à l'initiative de l'organisme de formation.

Étape 2 : Épreuve orale relative aux connaissances nécessaires pour l'encadrement d'une natation adaptée et aux connaissances liées à la sécurité dans le cadre de l'activité Nagez Forme Santé.

Étape 3 : Test de sécurité

La compétence dans le domaine de la sécurité est essentielle. Elle doit être vérifiée en début et en fin de formation.

Cette épreuve permet de valider l'UC2 du BF d'éducateur Nagez Forme Santé

### **FORMATION CONTINUE OBLIGATOIRE**

Une formation continue est obligatoire tous les 2 ans pour conserver les prérogatives du Brevet fédéral d'éducateur Nagez Forme Santé. Les 2 années ne sont pas comptabilisées de date à date mais sur l'année civile à partir du jour de délivrance du diplôme (l'année indiquée sur le diplôme faisant foi).

Exemple : j'obtiens mon Brevet fédéral d'éducateur Nagez Forme Santé le 15 juin 2017, la date d'édition de mon diplôme est le 20 septembre 2017, je dois suivre la formation continue avant le 31 décembre 2019.

Pour s'inscrire à la formation continue, la personne doit être licenciée au sein d'un club de la FFN.

La capacité à exercer les compétences en lien avec la certification du Brevet fédéral d'éducateur Nagez Forme Santé est soumise au suivi de la formation continue. Cette formation continue comprend à minima :

- Une demi-journée de secourisme et sécurité : en piscine, pratique du test de sécurité et mises en situation pratique,
- Une demi-journée pédagogique.

De plus, il est important de rappeler que les personnes doivent maintenir à jour la formation continue de leur diplôme de Premiers Secours en Équipe de niveau 1 (PSE 1).

A noter : l'INFAN assurera un suivi annuel afin de communiquer aux ERFAN la liste des diplômés BF concernés par la formation continue sur l'année en cours

### **ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

Aux termes de l'article L120.2 du Code du Travail : Nul ne peut apporter aux droits des personnes et aux libertés individuelles et collectives de restrictions qui ne seraient pas justifiées par la nature de la tâche à

accomplir ni proportionnées au but recherché.

Les tests d'entrée en formation, le cursus de formation et les épreuves d'évaluation certificative peuvent être aménagés par décision du Directeur Technique National ou son représentant.

« Constitue un handicap, au sens de la loi, toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant » - Article 114 du code de l'action sociale et des familles

Textes de référence : Loi n°2005-102 du 11 février 2005 / Code de l'action sociale et des familles, article 114 / Code du sport, articles A.212-44, A.212-45

### ÉTAPES DE LA PROCEDURE APPLIQUÉE

Aucun aménagement ne peut être mis en place, notamment pour les épreuves de certification, sans cette demande officielle. En tant que certificateur, la FFN est seule habilitée à accorder des aménagements de ses épreuves de certification.

### ACCOMPAGNEMENT

Une fois la demande soumise via le Google Form, un entretien est organisé entre le candidat, le responsable de formation et la référente handicap, afin d'évaluer les aménagements possibles en fonction des besoins spécifiques. **Désormais, l'avis médical est sollicité au cas par cas, après étude du dossier**, et est accompagné d'un courrier d'information destiné au médecin référent, précisant les attentes liées à la formation et/ou aux épreuves de certification.

Lien Google Form : <https://forms.gle/YJxwe3Ks5HoNksBZ6>

1. Toute personne désirant entrer en formation doit présenter un **certificat médical d'aptitude** lors de son inscription (attestant l'aptitude du stagiaire à pouvoir porter secours dans le cadre de son exercice).

Pour les personnes en situation de handicap, l'avis d'un médecin agréé par la Fédération française handisport ou par la Fédération française de sport adapté ou désigné par la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées sur la nécessité d'aménager le cas échéant la formation ou les épreuves certificatives selon la certification visée.

2. Le candidat dépose **un dossier de demande d'aménagement**, un certificat médical descriptif, à la Direction Technique Nationale.

3. Le candidat prend rendez-vous avec un des médecins agréés (2 mois avant l'entrée en formation) pour remplir le certificat médical.

4. Le candidat envoie la demande à la FFN qui accordera ou non l'aménagement demandé.

5. A réception du dossier, le candidat est susceptible d'être convoqué à la FFN, afin d'échanger sur les aménagements à considérer. La FFN rend ensuite sa décision par rapport aux aménagements d'épreuves/de formation sollicités. Ce dernier dispose, par ailleurs, d'un délai nécessaire pour fonder sa décision.

6. En dernier lieu, la décision de la FFN est notifiée.

Attention : **Cette procédure ne dispense pas du positionnement à réaliser auprès de votre ERFAN**, mais elle est indispensable à l'évaluation de l'adaptation « raisonnable ». Le caractère raisonnable s'entend notamment (mais pas seulement), dans nos formations, comme la capacité de la personne à répondre aux exigences de sécurité propres aux métiers des AAN.

## TARIFS ET FINANCEMENTS

### TARIFS

Le coût de la formation est de **1500€** pour les frais pédagogiques et de **30€** pour les frais de dossier.

Il est possible d'échelonner le coût de la formation sur la totalité de la durée du parcours de formation (sans surcoût)

Le tarif indiqué est celui d'un parcours complet HT c'est-à-dire d'une personne réalisant l'ensemble de la prestation sans allègement ni renforcement.

Les autres frais (déplacements, dîners, hébergement, etc.) seront également à la charge des stagiaires (peuvent aussi être pris en partie en charge par les OPCO ou autre financeur).

Le candidat peut solliciter l'édition d'un **devis personnalisé** en contactant directement l'ERFAN à l'adresse mail suivante : [erfan.direction@ffnatationlna.fr](mailto:erfan.direction@ffnatationlna.fr)

Attention, le positionnement est nécessaire afin d'établir un devis réaliste.

### FINANCEMENTS

Tableau des financements possibles fourni à titre indicatif.

	Vous êtes salariés ?	Vous êtes demandeur d'emploi ?	
✓	<a href="#">PEC - Parcours Emploi Compétences</a>	Plan de Développement des Compétences	✓
✓	<a href="#">PEC Sésame</a>	Action individuelle – OPCO	✓
✓	PRIC et Programme Collectif Régional Qualifiant	Autofinancement	✓
✓	<a href="#">Aides Individuelles à la Formation</a>	<a href="#">AGEFIPH</a>	
✓	<a href="#">AGEFIPH</a>		✓
✓	Autofinancement		

## CONTACTS

ERFAN Nouvelle-Aquitaine Maison Régionale des Sports  
2 avenue de l'Université 33400 TALENCE  
Mail : [erfan.direction@ffnatationlna.fr](mailto:erfan.direction@ffnatationlna.fr)  
Site : <https://www.erfanlna.fr>

## RÉFÉRENTS DE LA FORMATION

Référent ERFAN : CHEF Stéphane [secretaire@ffnatationlna.fr](mailto:secretaire@ffnatationlna.fr)

Référent Natation santé : BOQUET Catherine [natation.sante@ffnatationlna.fr](mailto:natation.sante@ffnatationlna.fr)

Référent administratif : Guilhaine LAURENCIER-SEBILLOTTE [erfan.direction@ffnatationlna.fr](mailto:erfan.direction@ffnatationlna.fr)

Référent pédagogique : Guilhaine LAURENCIER-SEBILLOTTE [erfan.direction@ffnatationlna.fr](mailto:erfan.direction@ffnatationlna.fr)

Référent handicap : Guilhaine LAURENCIER-SEBILLOTTE [erfan.direction@ffnatationlna.fr](mailto:erfan.direction@ffnatationlna.fr)

Référent comptabilité : Aurélie Pichaut [comptabilite@ffnatationlna.fr](mailto:comptabilite@ffnatationlna.fr)

## INDICATEURS DE RÉSULTATS

Session	Nombre D'apprenants	Taux de Réussite	Non Présentés	Taux D'abandon	Taux d'échec	Taux de Satisfaction
2022-2023	6	100%	0,00%	0,00%	0,00%	100%

Mise à jour 22 janvier 2026