



# POMPIERS INFO:

## RISQUES DE NOYADE

Surveillance, équipements, courants, températures de baignade, drapeaux... la baignade peut-être une activité dangereuse. Des plus jeunes aux plus expérimentés, nous devons tous suivre quelques précautions pour nous baigner en toute sécurité, à la piscine, ou à la plage.

### Le saviez-vous ?

Bord de mer, cours d'eau, lac ou piscine, le danger est partout.

En France, la noyade est la première cause de mortalité par accident de la vie courante chez les enfants de moins de 15 ans

En France, les noyades sont responsables de plus 500 décès accidentels chaque été.

3 décès par noyade sont recensés chaque jour.

En 5 semaines, du 1er juin au 5 juillet 2015, 109 décès ont été recensés.

### Comment limiter les risques de noyade ?

Vérifiez votre environnement de baignade

Évitez les plages à risques et non surveillées et soyez attentifs aux différentes indications se trouvant à proximité. Pour une baignade en toute sécurité, renseignez-vous au préalable des horaires de baignade surveillée, des risques locaux (courants, marées, etc.) et de la couleur des drapeaux de baignade.



### Rappel :

baignade surveillée

baignade dangereuse mais surveillée

baignade interdite

**Soyez conscients de vos limites physiques**

**Méfiez-vous des différences brutales de température**

**Surveillez toujours les enfants**

**Sécurisez votre piscine**

**Vous êtes en difficulté dans l'eau, comment réagir ?**

**N'essayez pas de lutter contre le courant et les vagues, pour ne pas vous épuiser.**

**Gardez vos forces !**

**Laissez-vous porter par le courant et servez-vous de vos bras pour appeler à l'aide.**

**Si vous êtes fatigué d'avoir trop nagé, faites la planche !**

**Vous flotterez naturellement et vous pourrez respirer normalement.**

**Essayez de garder votre calme jusqu'à l'arrivée des secours. Prévenez toujours vos proches lorsque vous allez vous baigner, que ce soit à la plage ou à la piscine**