

SE Baigner dans une eau propre et saine c'est l'affaire de tous

La mise en place des règles élémentaires d'hygiène permet :

- ✓ d'avoir une meilleure qualité de l'eau et de l'air, moins de chloramines donc moins d'odeur de chlore ;
- ✓ d'éviter ainsi les éventuels problèmes de santé liés à la piscine (asthme, bronchite, otite, démangeaison cutanée,...) ;
- ✓ de se baigner dans une eau moins chlorée et donc moins agressive pour la peau et les muqueuses ;
- ✓ d'économiser de l'eau, de l'énergie et du chlore ;
- ✓ d'être plus respectueux envers le public et les maîtres nageurs ;
- ✓ de montrer le bon exemple aux enfants.



Délégation territoriale du **Calvados**
Espace Claude Monet
2 place Jean Nouzille
14 000 CAEN
Tel : 02 31 70 95 95

ARS de Basse Normandie
Direction Santé Publique
Département Santé Environnement
Espace Claude Monet
2 place Jean Nouzille
14 000 CAEN



Délégation territoriale de **l'Orne**
Place Bonet
61 016 ALENCON cedex
Tel : 02 33 80 83 00

Délégation territoriale de **la Manche**
Place de la Préfecture
BP 50431
50 001 SAINT-LO cedex
Tel : 02 33 06 56 56

www.ars.basse-normandie.sante.fr

Conception : ARS Basse-Normandie - Santé-Environnement

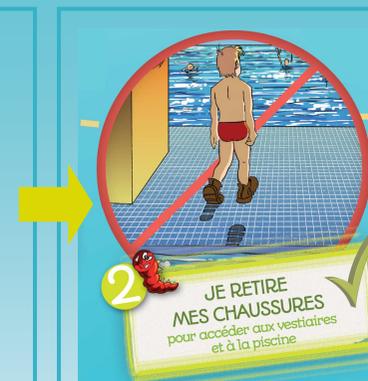
RÈGLES D'HYGIÈNE À RESPECTER AVANT D'ALLER ME Baigner



Sans une bonne hygiène individuelle, on introduit des germes dans le bassin ; on augmente la quantité de matières organiques. Celles-ci se combinent avec le chlore utilisé pour la désinfection et forment des chloramines. Elles sont responsables de l'odeur caractéristique du chlore dans les piscines. Elles se retrouvent dans l'air et dans l'eau et sont à l'origine des irritations des yeux, des muqueuses et des bronches. La quantité de chlore s'en trouve diminuée et l'efficacité de la désinfection réduite.



... pour éviter de contaminer les autres baigneurs et ne pas être un vecteur de transmission je renonce à la baignade lorsque je suis malade.



... pour éviter la contamination des sols de la piscine par des impuretés et des bactéries provenant de l'extérieur, je respecte les circuits pieds chaussés/pieds nus.

... car c'est le dernier barrage bactéricide et virucide avant l'accès au bassin ; il permet de garder le sol des abords des bassins propre et limiter les contaminations (l'eau du pédiluve contient une teneur en chlore 5 fois plus élevée que l'eau de la piscine pour bien désinfecter les pieds).



Je respecte les règles d'hygiène POURQUOI ?



... parce que mon maillot de bain n'est pas un sous-vêtement. Je dois l'amener propre, dans mon sac de sport.



... parce que le maquillage, les crèmes de soins du visage sont autant de matières organiques qui contribuent à la formation des chloramines et à la création d'un film gras à la surface de l'eau dans lequel les microbes peuvent se protéger de l'action désinfectante du chlore.

... parce qu'une douche sans savon ne sera pas suffisante pour éliminer toutes les peaux mortes, les bactéries cutanées, la sueur, ... présents naturellement sur ma peau ainsi que les huiles et crèmes solaires, les traces de déodorant et de parfum. Cette douche est **obligatoire**.



... pour réduire au maximum les pertes d'urine que j'émetts naturellement dans le bassin, en raison de la pression de l'eau sur ma vessie.

