



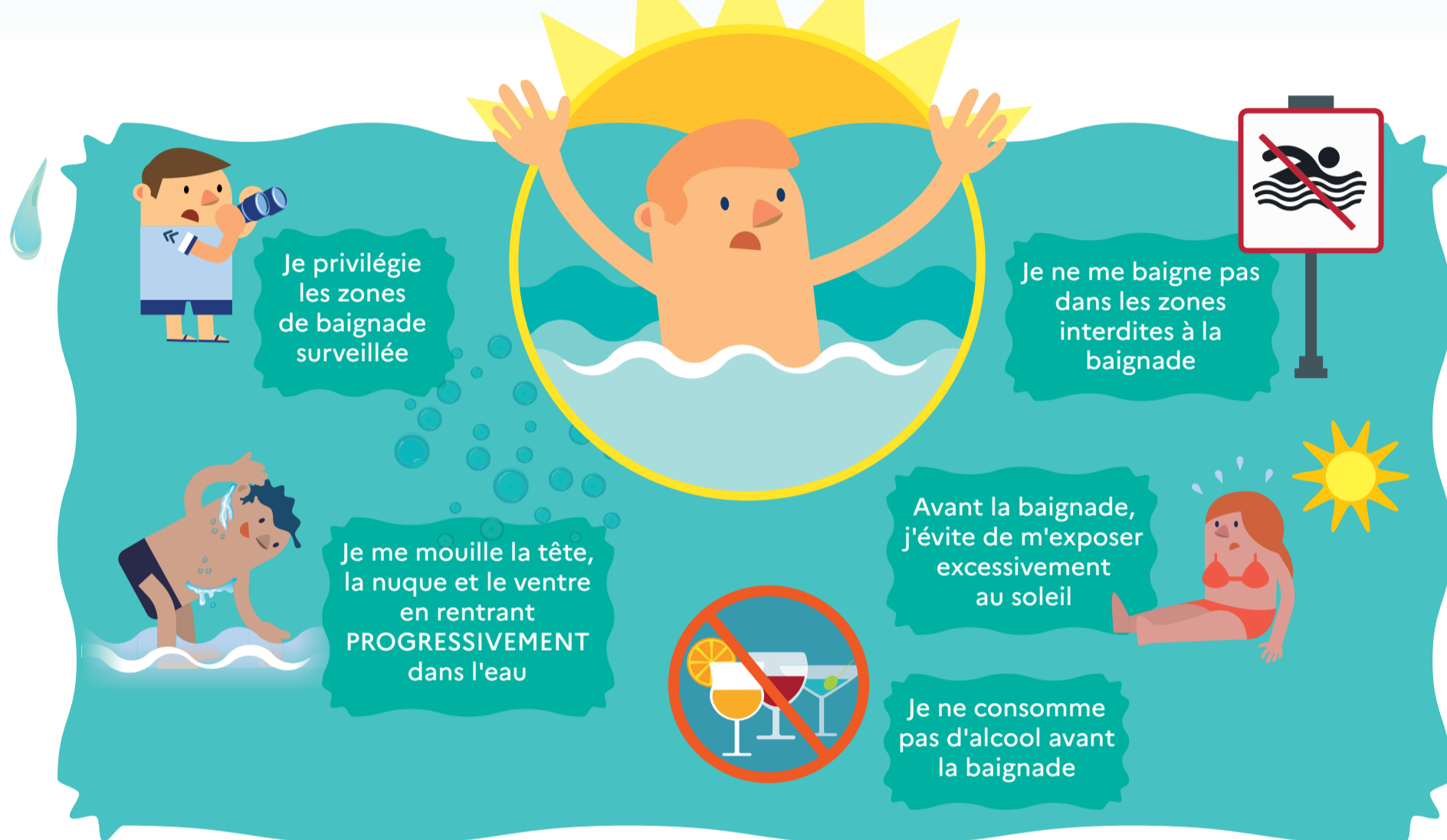
**GOVERNEMENT**

Liberté  
Égalité  
Fraternité

## ~ Baignades ~

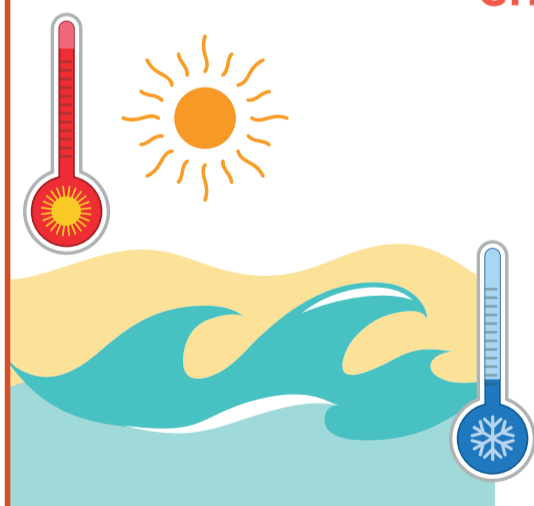
# ATTENTION EN CAS DE FORTES CHALEURS !

## 5 RAPPELS POUR ÉVITER LES NOYADES



## ATTENTION AU CHOC THERMIQUE !

**Soyez vigilant lorsque la différence de température entre l'eau et l'air est importante**



### *Pourquoi ?*

Vous risquez un choc thermique : vous pouvez perdre connaissance et vous noyer.

### *Quels sont les signes d'alerte ?*

Crampes, frissons, troubles visuels ou auditifs, maux de tête, démangeaisons, sensation de malaise ou de fatigue intense.

### *Comment réagir en cas de choc thermique ?*

1. Faites des gestes de la main et demandez de l'aide.
2. Sortez de l'eau rapidement et réchauffez-vous.
3. Si les signes ne disparaissent pas rapidement, appelez les secours.



**NUMEROS D'APPEL D'URGENCE :**

**15 - 18 - 112**

**Pour plus d'informations**

<https://solidarites-sante.gouv.fr/baignades>  
[www.sports.gouv.fr/preventiondesnoyades](http://www.sports.gouv.fr/preventiondesnoyades)

EN PARTENARIAT AVEC



GRUPE FRANCOPHONE  
DE RÉANIMATION  
ET URGENCES  
PÉDIATRIQUES



SOCIÉTÉ FRANÇAISE  
DE MÉDECINE  
D'URGENCE



**GOUVERNEMENT**

Liberté  
Égalité  
Fraternité

## ~ Baignades ~

# ATTENTION AUX NOYADES DES ENFANTS !

## VOUS TENEZ À EUX, NE LES QUITTEZ PAS DES YEUX !

*Aucun dispositif de sécurité ne remplace votre vigilance, même dans des lieux de baignade surveillée.*



Baignez-vous en même temps que votre enfant, restez toujours avec lui quand il joue au bord de l'eau

**OU**

Désignez un SEUL ADULTE sachant nager responsable de la surveillance



Ne faites pas autre chose lorsque votre enfant se baigne



Ne restez pas le regard fixé sur votre téléphone ou votre tablette



Ne vous absentez pas, même quelques instants.





### LE SAVIEZ-VOUS ?

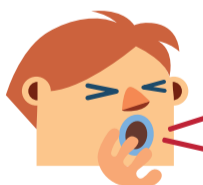
Chaque été, les noyades accidentelles provoquent environ 50 décès chez les enfants de moins de 13 ans. Un manque de surveillance est relevé dans 1 noyade sur 2.

## VOTRE ENFANT A « BU LA TASSE » : LES SIGNES D'ALERTE D'UNE NOYADE

zzz



FATIGUE et/ou TENDANCE à S'ENDORMIR



SIGNES RESPIRATOIRES : TOUX et/ou ESSOUFFLEMENT et/ou LÈVRES BLEUES



VOMISSEMENTS

Si votre enfant n'est pas comme d'habitude après plusieurs minutes, et en particulier s'il présente l'un ou plusieurs de ces signes, **il faut rapidement prévenir les secours.**



La noyade dite « sèche », c'est-à-dire sans eau dans les poumons et sans aucun signe d'alerte, n'existe pas.



NUMEROS D'APPEL D'URGENCE :

# 15 - 18 - 112

Pour plus d'informations

<https://solidarites-sante.gouv.fr/baignades>  
[www.sports.gouv.fr/preventiondesnoyades](http://www.sports.gouv.fr/preventiondesnoyades)

EN PARTENARIAT AVEC



GRUPE FRANCOPHONE DE RÉANIMATION ET URGENCES PÉDIATRIQUES



SOCIÉTÉ FRANÇAISE DE MÉDECINE D'URGENCE



GOVERNEMENT

Liberté  
Égalité  
Fraternité

PRÉVENTION DES NOYADES  
ET DÉVELOPPEMENT  
DE L'AISANCE AQUATIQUE

DROWNING PREVENTION  
AND BUILDING  
CONFIDENCE IN THE WATER

# Nagez en toute sécurité en mer

## Swimming safely in the sea



Nagez dans les zones  
de baignade surveillées

*Swim in supervised  
swimming areas*



Nagez avec une bouée de nage  
en eau libre

*Swim in open water with a safety buoy*



Nagez accompagné(e) ou en  
signalant votre lieu de baignade

*Swim with someone or tell someone  
where you're swimming*



Nagez le long du rivage

*Swim parallel to the shore*

Tout sur : [www.sports.gouv.fr/preventiondesnoyades/](http://www.sports.gouv.fr/preventiondesnoyades/)  
Find out more at:



**GOUVERNEMENT**

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

**PRÉVENTION DES NOYADES  
ET DÉVELOPPEMENT  
DE L'AISANCE AQUATIQUE**

**DROWNING PREVENTION  
AND BUILDING  
CONFIDENCE IN THE WATER**

**Pour se baigner  
en toute sécurité**

**Swimming safely**



**Apprenez tous à nager !**

*Let's all learn how to swim!*



**Baignez-vous toujours  
avec vos enfants**

*Always go swimming with your kids*



**Choisissez les zones  
de baignade surveillées**

*Choose lifeguarded swimming areas*



**Tenez compte  
de votre état de forme**

*Be aware of your fitness levels and abilities*

**Tout sur :** [www.sports.gouv.fr/preventiondesnoyades/](http://www.sports.gouv.fr/preventiondesnoyades/)  
*Find out more at:*