

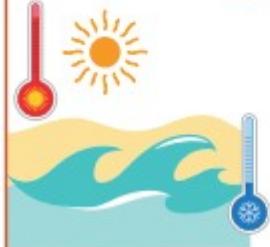
## ~ Baignades ~

### 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.



NUMÉROS 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)

## ~ 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.



### 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



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.



NUMÉROS 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)

PRÉVENTION DES NOYADES  
ET DÉVELOPPEMENT  
DE L'AISSANCE AQUATIQUE

DROWNING PREVENTION  
AND BUILDING  
CONFIDENCE IN THE WATER



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 le long du rivage

*Swim parallel to the shore*



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

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

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

PRÉVENTION DES NOYADES  
ET DÉVELOPPEMENT  
DE L'AISSANCE AQUATIQUE

DROWNING PREVENTION  
AND BUILDING  
CONFIDENCE IN THE WATER

La baignade en sécurité,  
maintenant **c'est entre**  
**2 drapeaux rouges et jaunes**  
*Swim safely by now staying  
between 2 red and yellow flags*



Les uniformes des surveillants  
sont désormais **rouges et jaunes**  
*The lifeguards now wear  
red and yellow outfits*

**SIGNIFICATION DES SIGNAUX DE BAIGNADE**  
**WHAT THE WATER SAFETY SYMBOLS MEAN**

 Baignade surveillée sans danger apparent  
Supervised swimming with no apparent danger

 Baignade surveillée avec danger limité ou marqué  
Supervised swimming with moderate or  
considerable danger

 Baignade interdite  
Swimming prohibited

 Zone de baignade surveillée pendant les horaires  
d'ouverture du poste de secours  
Lifeguarded area during the lifeguard station's  
opening hours

 Pollution ou présence d'espèces aquatiques dangereuses,  
faune marine et sous-marine protégées (faune aquatique, récifs,...)  
Pollution or presence of hazardous aquatic species, marine  
and seabed protected areas (aquatic fauna, reefs, etc.)

 Conditions défavorables de vent pour certains équipements nautiques  
(e.g. gonflables,...)  
Unfavorable wind conditions for some watersports activities  
(e.g. inflatables)

 Zone de pratiques aquatiques et nautiques  
Area for watersports and aquatic activities

-  Interdiction temporaire de la baignade,  
hors zone surveillée  
Temporary swimming ban,  
except in the lifeguarded area
-  Obligation ou autorisation  
Obligation or authorisation
-  Interdiction  
Prohibition
-  Avertissement  
Warning

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



GOUVERNEMENT

*Liberité  
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: