



PRÉVENTION DES NOYADES





~ 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

EN PARTENARIAT AVEC





GOVERNEMENT

*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/
Find out more at: