



Vos nageurs sauveteurs



Conseils aux parents

Chers parents,

Afin que vous et vos enfants puissiez profiter sans souci des joies aquatiques, nous vous recommandons vivement de respecter les indications ci-après:

- ☀ **Habituez** vos enfants le plus tôt possible à **l'eau**, bien évidemment de manière ludique et sous surveillance. De nombreuses institutions offrent des cours d'accoutumance à l'eau et sont à votre disposition si vous le souhaitez.
- ☀ **Surveillez** votre enfant constamment. Si vous voulez vous reposer, assurez-vous qu'une autre personne prenne le relais et assure à son tour la surveillance.
- ☀ **L'apprentissage de la natation**, et ce le plus tôt possible, est la meilleure prévention contre des situations dangereuses.
- ☀ Si vous ne trouvez pas votre enfant, **cherchez-le** d'abord aux **endroits où il y a de l'eau** (biotope, rivière, étang, tonneau d'eau, piscine gonflable, etc.). Si jamais votre enfant est tombé à l'eau, le temps pour lui apporter de l'aide est compté (en effet, vous n'avez que quelques petites minutes à disposition).
- ☀ Déjà une **faible profondeur** de quelques cm **peut s'avérer dangereux** pour un enfant en bas âge. Si pour une raison ou une autre, des petits enfants se trouvent la tête sous l'eau et qu'ils n'ont pas l'habitude, ils ne vont ni crier ni s'agiter. Non, les petits enfants restent le plus souvent sans bouger dans l'eau et risquent ainsi de se noyer.
- ☀ Veillez à ce que tout **biotope, piscine privée et autre plan d'eau** soit protégé par des mesures adéquates (par ex. bâche, clôture, pour empêcher des enfants en bas âge de pouvoir s'y aventurer. La porte d'accès doit être munie d'un ferme-porte automatique. Cela signifie que si la porte reste ouverte par égard, elle se referme automatiquement.
- ☀ Le **comportement correct à adopter** lors d'une situation d'urgence dans et autour de l'eau peut être appris dans un cours de la Société Suisse de Sauvetage **SSS**. Vous trouverez toute information utile au sujet des dates et des lieux des prochains cours sur le site Internet de la SSS sous www.sss.ch.

Nous vous recommandons chaudement les 7 conseils ci-dessus.

Médecin-chef en chirurgie de
l'hôpital universitaire de Bâle
Ville et Bâle Campagne

Prof. Dr med Johannes Mayr

Responsable du domaine
de l'instruction SSS

Fabienne Meier

Responsable du domaine
de prévention SSS

Stéphanie Bürgi-Dollet

Les messages aquatiques de Pico



Protection solaire

- Une demi-heure avant, je mets de la crème solaire et à midi, je reste à l'ombre



Dire où je suis

- Je dis à la personne qui m'accompagne



Manger et boire

- Veiller au repas et à la boisson

Se doucher

- Avant d'aller dans l'eau, je vais aux toilettes
- Avant d'aller dans l'eau, je me rafraîchis en prenant une douche



L'eau jusqu'au ventre

- Je reste dans l'eau jusqu'au ventre jusqu'à ce que je sache bien nager
- Si je nage sur une longue distance, je me fais accompagner

Jouet adieu

- Je reste au bord de l'eau, même si mon jouet préféré est tombé dans l'eau et emporté par le courant



Matériel de sauvetage

- Le matériel de sauvetage n'est à utiliser qu'en cas d'urgence
- Je regarde, où il se trouve

Appel au secours en cas de besoin

- J'appelle au secours, mais seulement en cas de besoin



Regarder où je saute

- Je ne saute que dans l'eau que je connais et si je ne mets pas en danger quelqu'un d'autre

Se sécher

- Je quitte l'eau quand j'ai froid
- Après la baignade, je m'essuie

