

## Sécurité aquatique pendant l'été

Pour de nombreuses familles canadiennes, l'été comprend des activités estivales telles que la navigation de plaisance et la natation. Cependant, chaque année, des décès tragiques et évitables, liés à l'eau, surviennent à travers le Canada. Selon un rapport préparé par la Croix-Rouge canadienne, examinant ces cas de décès répertoriés pendant plus de dix ans, il existe plusieurs facteurs communs.

- Les jeunes enfants âgés de 1 à 4 ans et les hommes de 15 à 44 ans sont les plus à risque de se noyer.
- La noyade est une des principales causes de décès accidentels chez les enfants canadiens âgés de 1 à 4 ans.
- Un enfant peut disparaître en quelques secondes et peut se noyer dans seulement quelques centimètres d'eau – il suffit que sa bouche et son nez soient submergés. Généralement, ces noyades surviennent dans des piscines résidentielles, des piscines pour tout-petits, des baignoires ou à la plage.
- Les enfants sont également les plus vulnérables face aux risques de quasi-noyade. Pour chaque décès, on estime à quatre ou cinq le nombre de cas additionnels de quasi-noyades. Ces incidents nécessitent une hospitalisation et donnent souvent lieu à divers degrés de séquelles au cerveau.
- Les bébés et les tout-petits se noient généralement dans des baignoires ou des piscines alors que les enfants d'âge préscolaire et les jeunes se noient généralement dans les grandes étendues d'eau.
- Parmi les autres facteurs attribuables aux décès d'adultes liés à l'eau figurent le courant et la consommation d'alcool.

### SÉCURITÉ AQUATIQUE, UN COMPLÉMENT À LA NATATION

Bien qu'apprendre à nager soit important, cela ne suffit pas toujours pour sauver une vie. De nombreux cas de noyades sont attribuables à d'autres facteurs pour lesquels une personne, même si elle sait nager, ne peut se préparer. Il est essentiel d'acquérir des compétences en sécurité aquatique (par exemple la préparation en cas d'urgence et les mesures à prendre lors de situ-



ation d'urgence) afin de prévenir les urgences dans l'eau ou sur l'eau. Combinées aux connaissances et aux techniques en matière de sécurité aquatique, les techniques de nage sont essentielles pour sauver des vies.

Le programme de natation de la Croix-Rouge enseigne les techniques de natation et de sécurité aquatique. Destiné aux bébés, aux tout-petits et aux enfants d'âge préscolaire, Croix-Rouge Natation Préscolaire est un programme qui enseigne aux personnes responsables des méthodes efficaces pour surveiller les enfants près de l'eau. Le programme enseigne également aux enfants d'âge préscolaire à ne pas aller près de l'eau sans un adulte.

## PRÉVENTION

### Surveillance active

- L'absence de surveillance par un adulte est un facteur dans la plupart des noyades d'enfants.
- Surveillez toujours attentivement les enfants qui sont près de l'eau, que ce soit à la piscine, dans une baignoire, dans un parc aquatique ou à la plage, et ce, même s'ils savent nager.
- Envisagez d'exiger que les personnes qui ne savent pas nager portent un gilet de sauvetage. Ainsi, elles resteront à la surface de l'eau et la surveillance sera plus facile.

### Piscines résidentielles

- Les piscines résidentielles sont particulièrement dangereuses pour les enfants. Assurez-vous d'installer des clôtures tout autour de votre piscine et équipez les barrières d'un dispositif de fermeture et de verrouillage automatiques.
- Les piscines gonflables destinés aux tout-petits doivent être vidées après chaque utilisation.

### Baigner les enfants

- Pendant le bain, un adulte devrait surveiller les bébés ou les tout-petits en tout temps. Des enfants ne devraient jamais être chargés de surveiller d'autres enfants dans une baignoire.
- Lorsqu'un enfant est dans la baignoire, ne le laissez jamais sans surveillance pour répondre au téléphone et évitez toute distraction, même momentanée.

### Plongeon

- Évitez de plonger dans l'eau la tête la première à moins que vous ayez appris à le faire correctement et que vous soyez certain que l'eau est suffisamment profonde.
- Évitez de plonger dans des piscines résidentielles et entrez toujours dans l'eau les pieds en premier.

### Eau libre

- Ne sous-estimez jamais la force du courant. Des baigneurs peuvent être emportés en un instant, surtout si des non-nageurs ou faibles nageurs se font surprendre par le courant des rivières ou perdent pied lors de dénivelés abrupts.
- Soyez prudent lorsque vous nagez dans les courants, et sachez quoi faire si vous êtes pris dans un courant.



**CROIX-ROUGE  
CANADIENNE**