



## Port du gilet de sauvetage et sécurité nautique

Pour de nombreux Canadiens, l'été évoque le plaisir des activités de plein air telles que la pêche et les promenades en bateau à moteur ou en canoë. Cependant chaque année, des décès tragiques mais évitables liés à la navigation de plaisance se produisent à l'échelle du Canada. Un rapport de la Croix-Rouge canadienne, qui fait le bilan de ces décès sur une période de 16 ans, révèle de nombreux facteurs communs :

- Au nombre des décès par immersion, seulement 12 % des victimes portaient correctement leur gilet de sauvetage ou leur vêtement de flottaison individuel (VFI).
- Parmi tous les cas de décès par immersion liés à la navigation de plaisance, durant cette période, 93 % des victimes étaient des hommes.
- Les hommes âgés de 15 à 54 ans représentaient la majorité des victimes.
- L'alcool était un facteur dans près de la moitié de ces décès.
- Dans 64 % des cas, les décès par immersion résultaient du chavirage d'un bateau ou d'une chute par-dessus bord, et les conditions météorologiques, le vent et les vagues constituaient des facteurs environnementaux importants.

### PRÉVENTION

#### **Portez toujours un gilet de sauvetage ou un VFI :**

Un vêtement de flottaison individuel porté correctement est un article de sécurité essentiel pour toute personne qui s'apprête à partir en bateau. Il vous permet de rester à la surface si vous tombez soudainement ou involontairement dans l'eau, il réduit l'impact initial d'une chute dans l'eau froide (le choc de l'eau froide pour les muscles) et peut vous permettre de vous rendre en lieu sûr. Toutes les personnes à bord, y compris les bons nageurs, devraient porter un gilet de sauvetage ou un VFI.

#### **Soyez conscient des conditions environnementales :**

Vérifiez les conditions météorologiques et aquatiques avant de vous mettre en route et surveillez les changements éventuels durant la sortie. Retournez



au lieu sûr le plus proche si les conditions changent. La présence de l'eau froide, du vent, des vagues, des courants et de la noirceur rend les activités de navigation de plaisance beaucoup plus dangereuses.

**Restez alerte et assurez-vous d'avoir la maîtrise de vos facultés :** Ne consommez jamais d'alcool avant ni pendant une sortie en bateau.

**Planifiez et préparez l'activité :** Assurez-vous que le conducteur du bateau a de l'expérience, que le bateau est chargé correctement et qu'il y a de l'équipement de sécurité approprié à bord. Prévoyez un plan d'urgence.

## LISTE DE CONTRÔLE POUR LE CHOIX D'UN GILET DE SAUVETAGE OU D'UN VFI

- Est-il homologué au Canada?
- Fera-t-il flotter la personne à laquelle il est destiné?
- Les boutons-pression, ceintures, lanières, bandes ou fermetures à glissière sont-ils tous en bon état?
- Est-il facile à enfiler et à enlever?
- Pouvez-vous bouger les bras facilement quand vous le portez?
- Pouvez-vous vous pencher facilement en avant quand vous le portez?
- Pouvez-vous voir le sol à vos pieds, marcher et vous asseoir aisément?
- Vous maintient-il la tête hors de l'eau?
- Pouvez-vous nager et bouger aisément dans l'eau?
- Avez-vous attaché un sifflet au dispositif de flottaison?

## CONSEILS POUR LE CHOIX D'UN GILET DE SAUVETAGE OU D'UN VFI

**Activités** : Dans la mesure du possible, choisissez un VFI qui convient à vos besoins particuliers. Aujourd'hui, il existe des VFI spécialement conçus pour diverses activités, notamment la navigation de plaisance, la pêche, le ski nautique, la chambre à air tractée, le canoë-kayak, le canotage et la descente en eaux vives. Veuillez noter que les gilets de sauvetage ou VFI gonflables ne sont pas approuvés pour des personnes qui sont âgées de moins de 16 ans ou qui pèsent moins de 36,3 kg. Le port de gilets de sauvetage ou de VFI gonflable n'est pas approuvé pour les personnes qui participent à des activités telles que conduire une motomarine, faire du canotage ou du kayak en eau vive, être tiré derrière un bateau (ski nautique, planche nautique, etc.) ou faire de la planche à voile.

**Couleur** : Les VFI sont offerts dans plusieurs couleurs vives. La Croix-Rouge canadienne recommande les couleurs vives, qui augmentent la visibilité dans l'eau.

**Taille** : Les VFI doivent être de la bonne taille pour être efficaces. La taille est fonction du tour de poitrine chez les adultes et du poids chez les enfants – lisez l'étiquette pour obtenir les détails. Choisissez-en un qui est confortable, mais bien ajusté, et qui n'entrave pas les mouvements.

