



La préfecture des Vosges sensibilise le public aux risques de noyade

Plus de 400 décès par noyades accidentelles ont été recensés chaque année en France. C'est la deuxième cause de décès accidentel chez les enfants de 1 à 4 ans. Le département des Vosges a déjà été durement touché ces derniers jours.

La prévention des noyades est une priorité des pouvoirs publics.

Afin de prévenir au maximum d'autres accidents, la préfecture des Vosges a organisé samedi 21 mai 2022 à Chaumosay, une action de sensibilisation sur la prévention des risques liés à la noyade et la promotion des mesures élémentaires de protection à adopter pour les éviter.

En présence d'élus locaux et d'acteurs du secteur des loisirs nautiques, les forces de secours ont notamment procédé à une démonstration de sauvetage avec l'aide d'un chien de race Terre-neuve spécialement dressé pour ce type de secours.

Risques "importants" de noyades par hydrocution : la Directrice de Cabinet du préfet des Vosges appelle à la vigilance

Avec les premières chaleurs, vous êtes nombreux à profiter des lacs de la région. Ces derniers sont encore très froids et les risques de noyades par hydrocution sont "importants", prévient Virginie MARTINEZ, Directrice de Cabinet du Préfet des Vosges.

L'hydrocution, c'est quoi ?

L'hydrocution correspond à un refroidissement brutal qui intervient la plupart du temps à la suite d'une entrée trop rapide dans l'eau lorsqu'il y a une trop grande différence de température entre la peau et l'eau.

"Ce choc thermique peut entraîner une perte de connaissance dans l'eau et entraîner la noyade" précise Virginie MARTINEZ qui affirme que quelques signes peuvent précéder l'hydrocution tels que des maux de tête, des crampes, ou encore de l'angoisse.

Plusieurs consignes sont à respecter pour éviter l'hydrocution :

- Entrez de manière progressive dans l'eau, tout particulièrement lorsque vous vous êtes exposé au soleil,
- Évitez les expositions au soleil trop prolongées,
- Évitez de vous baigner après un repas copieux,
- Ne consommez pas d'alcool avant et pendant la baignade.

Envie d'une baignade ? Que vous choisissiez la mer, la piscine, les lacs ou les rivières, suivez toujours ces quelques conseils de sécurité.

Avant de vous baigner

1/ Assurez-vous de votre niveau de pratique

- Pour vous et vos enfants, apprenez à nager avec un maître-nageur sauveteur, le plus tôt possible.
- Faites reconnaître par un maître-nageur sauveteur votre capacité et celles de vos enfants, à évoluer dans l'eau en toute sécurité.
- Prévenez vos proches lorsque vous allez vous baigner.
- Si vous ressentez le moindre frisson ou trouble physique, ne vous baignez pas.

2/ Préférez les zones de baignade surveillées

- A votre arrivée, informez-vous sur les zones de baignade pour savoir si elles sont surveillées, interdites ou dangereuses.
- Pour vous baigner, préférez les zones surveillées où l'intervention des équipes de secours est plus rapide.
- Restez toujours attentifs à vos enfants, même si la zone est surveillée.

3/ Informez-vous sur les conditions de baignade

- En arrivant sur votre lieu de baignade, renseignez-vous auprès du personnel chargé de la surveillance sur les conditions de baignade : courants, dangers naturels, etc.
- Respectez toujours les consignes de sécurité signalées par les drapeaux de baignade et/ou par les sauveteurs.

Avec vos enfants

- Restez toujours avec vos enfants quand ils jouent au bord de l'eau ou dans l'eau.
- Baignez-vous en même temps qu'eux.
- Désignez un seul adulte responsable de leur surveillance.

Pour vous-même

1/ Tenez compte de votre forme physique

- Ne surestimez pas votre condition physique. Avant de partir nager au loin, assurez-vous que votre forme physique vous permet de revenir sur la terre.
- Souvenez-vous qu'il est plus difficile de nager en milieu naturel (lacs, rivières...) qu'en piscine.

2/ Évitez tout comportement à risque

- Ne consommez pas d'alcool avant et pendant la baignade.
- Ne vous exposez pas excessivement au soleil avant la baignade.
- Rentrez progressivement dans l'eau, particulièrement lorsque l'eau est froide et que vous vous êtes exposé au soleil.