



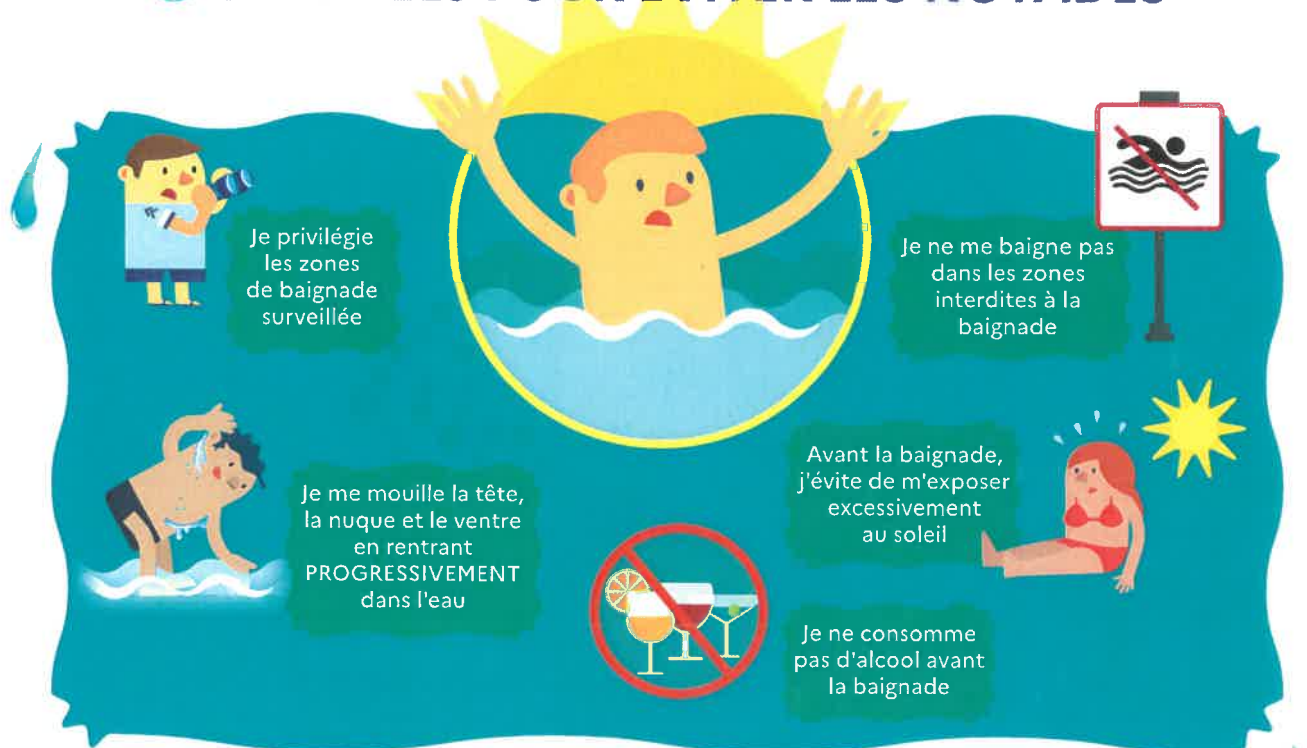
GOVERNEMENT

*Liberté
Égalité
Fraternité*

~ 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



GRUPE FRANCOFONE
DE RÉANIMATION
ET URGENCES
PÉDIATRIQUES



SOCIÉTÉ FRANÇAISE
DE MÉDECINE
D'URGENCE