

~ Baignades ~

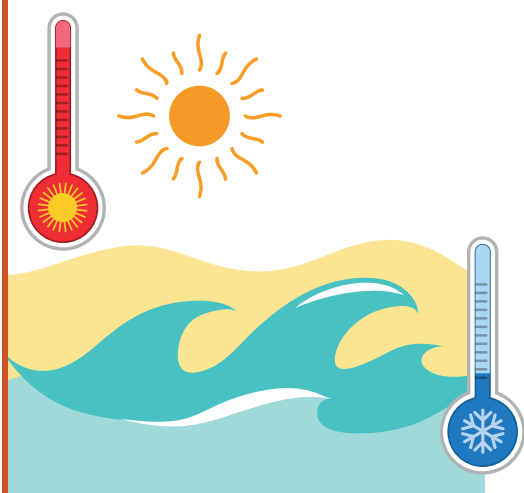
ATTENTION EN CAS DE FORTES CHALEURS !

5 RAPPELS POUR EVITER 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.preventionete.sports.gouv.fr

EN PARTENARIAT AVEC



GRUPE FRANCOPHONE
DE RÉANIMATION
ET URGENCES
PÉDIATRIQUES



SOCIÉTÉ FRANÇAISE
DE MÉDECINE
D'URGENCE



Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE CHARGÉ
DE LA SANTÉ

MINISTÈRE
DES SPORTS