

# Les gestes qui sauvent en cas de noyade

## Quand et comment agir ?

**La victime respire-t-elle ?** Regardez si le torse se soulève et essayez de sentir son souffle sur votre joue.

## Deux cas sont possibles :

- **La victime respire.** Tournez-la sur le côté et alertez les secours.
- **La personne ne respire pas.** Commencez par deux insufflations (bouche-à-bouche). En cas de réaction (toux, mouvements...) continuez le bouche-à-bouche. Si elle ne réagit pas, faites des cycles de massage cardiaque et de bouche-à-bouche pendant une minute (cf. au verso selon l'âge de la victime) et alertez les secours. Si possible, faites alerter les secours par une autre personne et continuez les manœuvres jusqu'à l'arrivée des secours.

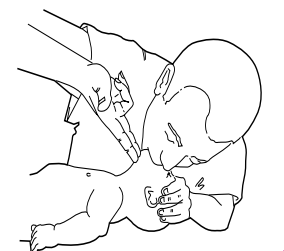
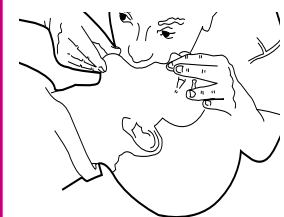
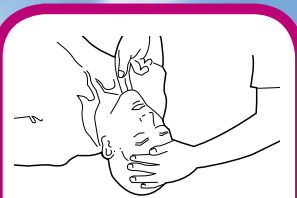
*Dans les 2 cas, prévenez (ou faites prévenir) les secours dès la première minute.*

## Le bouche-à-bouche

Le principe est de faire passer dans les poumons de l'enfant de l'air frais contenu dans les voies aériennes du sauveteur.

## Les règles à suivre :

- 1 La tête de l'enfant doit être renversée en arrière, sinon sa langue risque de boucher le passage.
- 2 **Eviter les fuites d'air :** chez le nourrisson, en appliquant largement la bouche ouverte à la fois sur son nez et sa bouche. Chez l'enfant, souffler dans la bouche, en pinçant les narines.
- 3 Pour être efficace, l'insufflation doit obtenir un début de soulèvement de la poitrine de la victime, sans excès.
- 4 La fréquence des insufflations est de 15 à 20 par minute.



## NUMÉROS D'URGENCE

**pompiers : 18**

**samu : 15**

**Numéro unique d'urgence européen : 112**

Pour tout renseignement complémentaire sur les dispositifs de sécurité, adressez-vous à un professionnel de la piscine.

## Pour plus d'information :

- [www.interieur.gouv.fr](http://www.interieur.gouv.fr)
- [www.logement.gouv.fr](http://www.logement.gouv.fr)
- [www.inpes.sante.fr](http://www.inpes.sante.fr)
- [www.minefi.gouv.fr](http://www.minefi.gouv.fr)
- [www.pme.gouv.fr](http://www.pme.gouv.fr)
- [www.jeunesse-sports.gouv.fr](http://www.jeunesse-sports.gouv.fr)
- [www.securiteconso.org](http://www.securiteconso.org)
- [www.ffnatation.fr](http://www.ffnatation.fr)
- [www.propiscines.com](http://www.propiscines.com)



RC Nanterre B 330 742 784 Photos : Truus Lacoste / agence 55 - Getty Images - BRIBREY!  
Ref. 07 - 05821 - DE

**Les réflexes anti-noyade**

**“Piscine protégée, faut quand même me surveiller”**



Un réflexe en plus, un risque en moins.



## Protéger votre enfant, c'est sécuriser votre piscine



Au cours de l'été 2003, sur les 66 enfants de moins de 6 ans ayant été victimes de noyade accidentelle en piscines privées, 17 sont morts.

Afin de réduire le nombre de noyades de jeunes enfants, une nouvelle loi\* a été votée.

### Vos obligations :

**Si votre piscine, enterrée ou semi enterrée, est située en plein air, vous devez l'équiper d'un dispositif de sécurité aux normes.**

- Si vous faites construire une piscine, un dispositif conforme aux normes est obligatoire dès sa mise en eau, depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2004.
- Si votre piscine a été construite avant le 1<sup>er</sup> janvier 2004, vous avez jusqu'au 1<sup>er</sup> janvier 2006 pour l'équiper.
- Si vous louez votre logement pour les vacances, votre piscine doit être sécurisée depuis le 1<sup>er</sup> mai 2004.



### Un matériel normalisé pour équiper votre piscine :

- Une barrière (norme NF P90-306) souple ou rigide d'une hauteur d'au moins 1,10 m entre deux points d'appui, munie d'un portillon, de préférence à fermeture automatique.
- OU
- Une alarme sonore de piscine (norme NF P90-307) placée à la surface de l'eau ou autour du bassin.
- OU
- Une couverture (norme NF P90-308) souple ou rigide fermant le bassin : volet roulant automatique, couverture à barres, couverture tendue à l'extérieur des margelles, fond de piscine remontant.
- OU
- Un abri de piscine (norme NF P90-309) entièrement et convenablement fermé.

\* cf. Loi du 3 janvier 2003 et décrets d'application n° 2003.1389 du 31 décembre 2003 et n° 2004-499 du 7 juin 2004.

## Protéger votre enfant, c'est toujours garder l'œil sur lui



Votre enfant peut se noyer en moins de 3 minutes dans 20 cm d'eau, sans un bruit.

**Un dispositif de sécurité ne remplace pas la surveillance constante et active des adultes.**

### Quel que soit le type de votre piscine, ne laissez jamais votre enfant tout seul et...

- Désignez un seul adulte responsable de la surveillance.
- Équipez votre enfant de brassards, d'un maillot de bain à flotteurs adaptés à sa taille dès qu'il est à proximité de la piscine.
- Posez à côté de votre piscine : une perche, une bouée et un téléphone pour alerter les secours le plus rapidement possible.
- Après la baignade, sortez tous les objets flottants : jouets, bouées, objets gonflables et remettez en place votre dispositif de sécurité.
- Apprenez à nager à votre enfant dès l'âge de 4 ans et faites-lui prendre conscience du danger.
- Formez-vous aux gestes qui sauvent.
- Stockez les produits de traitement de l'eau hors de portée des enfants.



## Le massage cardiaque

Le principe consiste à comprimer le cœur pour entretenir la circulation sanguine, en pratiquant un cycle alternant bouche-à-bouche (insufflation) et compression thoracique.

**Si la victime a moins de 8 ans**, le cycle est de :

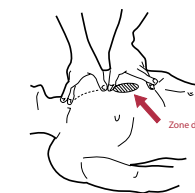
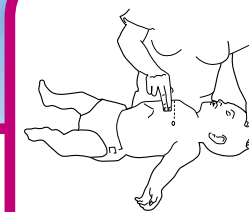
UNE insufflation et CINQ compressions.

**Au-delà de cet âge**, le cycle est de :

DEUX insufflations et QUINZE compressions.

### Les règles à suivre :

- Trouver le lieu de compression : chez le nourrisson, un doigt en dessous de la ligne unissant les mamelons ; chez l'enfant, sur le haut de la moitié inférieure du sternum.
- Comprimer le sternum d'environ 3 à 4 cm chez l'enfant, de 1 à 2 cm chez le nourrisson.
- La fréquence des compressions doit être de 100 par minute, quel que soit l'âge.
- Lorsqu'on est à deux, il est possible que l'un fasse les compressions pendant que l'autre réalise les insufflations.
- Les gestes de secours doivent être poursuivis jusqu'à l'arrivée des secours.



### L'ALERTE DOIT TOUJOURS ÊTRE DONNÉE (18 ou 15)

le plus rapidement possible, idéalement dans la minute qui suit.

**Si vous n'êtes pas seul**, chargez un tiers de le faire pendant que vous pratiquez les premiers gestes de secours.

**Si vous êtes seul**, pratiquez les gestes de secours pendant une minute avant de donner l'alerte et ne raccrochez pas.

**pompiers : 18  
samu : 15  
Numéro unique d'urgence européen : 112**

Pour plus de renseignements et pour vous former, adressez-vous aux organismes de formation aux premiers secours.