



## **DOSSIER « SUGGESTIONS et CONSEILS »**

### **Pour les organisateurs des Journées Nationales de Prévention de la Noyade**

Un brin d'histoire...

Il y a six ans, avec l'appui du Syndicat National Professionnel des Maîtres Nageurs-Sauveteurs (S.N.P.M.N.S.) et de la Fédération Française des Maîtres Nageurs-Sauveteurs (FFMNS dont le siège est à Paris), une Journée Nationale de Prévention de la Noyade (JNPN) avait été organisée dans le but de sensibiliser sur les risques de la noyade et ses conséquences avec en point d'orgue la défense du métier de M.N.S.

Cette année, nous relançons une délocalisation de cette journée dans vos piscines, dans vos centres aquatiques afin que vous soyez acteurs de cette journée de prévention sur les noyades qui est le véritable tremplin de défense de votre profession.

# Serez-vous de la partie ?

## Section 1 – PLANIFICATION

Voici les étapes suggérées pour l'organisation d'une Journée Nationale de Prévention de la Noyade

A) Rassemblez un comité organisateur avec les professionnels .

B) Définissez la date et les horaires d'une Journée Nationale de Prévention de la Noyade. N'oubliez pas d'obtenir l'autorisation du gestionnaire concerné et d'assurer la sécurité des participants lors de la journée.

C) Définissez les moyens en termes financiers, humains et matériel.

D) Commencez la promotion de l'événement. Voici quelques pistes en termes d'actions :

- Installez les affiches fournies aux endroits achalandés de votre municipalité.
- En discutant avec le responsable aquatique, élaborer une stratégie pour publiciser la JNPN.
- Contactez vos amis, vos collègues ou même vos parents pour les inviter à participer en solo ou en équipe!
- Faites part de votre activité aux médias de votre région par le dossier de presse ci-joint!

E) Planifiez la logistique de l'événement. Posez-vous certaines questions :

- Organiserez-vous des activités pour animer votre événement? (Voir suggestions d'activités)
- Quelles seront les tâches et responsabilités de chaque membre organisateur?
- Avez-vous tout le matériel nécessaire?
- Planifiez-vous nourrir vos participants?
- Comment assurerez-vous la sécurité des participants

## Section 2 – LES THEMATIQUES

Quatre thématiques seront mises en avant:

- Prévention des noyades chez les enfants
- Prévention des noyades et autres traumatismes liés à l'eau chez les jeunes adultes
- La peur de l'eau
- Le sauvetage

## **1 – Prévention des noyades chez les enfants**

### **Suggestion d'activités :**

- Faites imprimer [la fiche informative sur la thématique](#) et distribuez-la à votre clientèle.
- Organisez une séance d'information sur les sujets suivants :
  - Techniques de premiers soins ou de réanimation cardiorespiratoire.
  - Les dangers de retenir son souffle sous l'eau
- Sensibilisez les parents à l'importance de surveiller son enfant continuellement.

### **Activités pour les plus jeunes :**

- Organisez des jeux pour faire apprendre les règlements de la piscine
- Organisez des cours de natation
- Sensibilisez sur les dangers de l'apnée.

### **Activité vedette :**

- Défi "Nager pour survivre".

## **2 – Prévention des noyades et autres traumatismes liés à l'eau chez les jeunes adultes**

### **Suggestion d'activités :**

- Faites imprimer [la fiche informative sur la thématique](#) et distribuez-la à votre clientèle.

### **Activités pour les plus jeunes :**

- Organisez des discussions sur le danger de se baigner en rivière et de plonger en eaux peu profondes. Expliquez les conséquences d'un accident de plongeon.

### **Activité vedette :**

- Simuler le sauvetage d'une victime blessée à la colonne vertébrale.

## **3 – La peur de l'eau**

### **Activités :**

- Organisez des séances pour lutter contre la peur de l'eau
- Organisez des séances de gymnastique aquatique

## **4 – Le Sauvetage**

Que le sauvetage soit pour vous une vocation, une expérience de vie, un sport ou un palpitant gagne-pain, sa pratique fait en sorte que des vies humaines sont épargnées. Les maîtres nageurs-sauveteurs sont les meilleurs ambassadeurs de prévention de la noyade et il est important de souligner l'importance de leur travail durant la JNPN.

Faites découvrir les attraits du sauvetage en organisant des activités amusantes pour les jeunes! Organisez des épreuves de sauvetage sportif, organisez des démonstrations de sauvetage et de secourisme.

## **Section 3 – SUGGESTIONS D'ACTIVITES**

### **1 - Défi « Nager pour survivre »**

Savoir se baigner est une chose, savoir nager en est une autre. Trop souvent, on surestime les capacités d'un enfant dans l'eau, ce qui peut l'exposer à des situations risquées.

Le souhait est qu'un jour, tous les jeunes réussissent la norme « Sécu'Nage ». Ainsi, tous posséderaient les habiletés de base pour se sauver en cas de chute inattendue dans l'eau. Le meilleur moyen d'y parvenir serait bien sûr d'intégrer l'apprentissage de la norme dans le cursus scolaire de l'ensemble des écoles primaire. Mais avant que ce merveilleux souhait se réalise, il faut se mobiliser pour sensibiliser la communauté à l'importance de savoir nager pour survivre!

En quoi consiste le défi?

L'idée est d'organiser des séances d'évaluation pour vérifier si vos jeunes baigneurs sont en mesure de réussir la norme « Sécu'Nage ».

Le défi à relever consiste donc à évaluer les trois habiletés de base d'un maximum de baigneurs et de nous faire parvenir les résultats sur le nouveau site de la JNPN.

- 'Savoir se sauver'

*Test obligatoire pour la participation à toutes les activités aquatiques et nautiques (voile, canoë, canyoning, surf...)*

*Ce test préalable valide le test (ban ou boléro) du 03/06/2004 modifiant l'arrêté du 20/06/2003*

**Valide la capacité à :**

1ère partie Sans brassière de sécurité

1) se déplacer avec un minimum d'efficacité, sur et sous l'eau, **sans manifester de signe de panique**

2) à partir d'une chute arrière volontaire,

3) Habillé de vêtements propres

4) dans une profondeur de bassin supérieure à la taille du candidat,

5) sur une distance totale de 25 m sans interruption (dont 12.5 m sur le ventre, passage sous une ligne d'eau non tendue puis 12.5 m sur le dos),

2ème partie avec brassière de sécurité (Sauf pour la descente en canyon)

6) puis éventuellement avec brassière dans les mêmes Conditions, si le candidat a réussi la 1ère partie.

- 'Savoir Nager'

**Valide la capacité à :**

1) gérer une distance supérieure ou égale à 50m sans interruption,

2) sur le ventre comme sur le dos

3) sans aucune aide, (flotteur, brassière, gilet...)

4) départ, sauté ou plongé

5) avec une démonstration technique liée au moins à l'une des trois nages ventrales connues (papillon, brasse, nage libre) et le dos crawlé.

- 'Savoir Sauver'

**Valide la capacité à :**

- 1) nager la tête hors de l'eau sur 20m, départ sauté,
- 2) suivit d'un plongeon canard pour aller rechercher un mannequin du gabarit du sauveteur à une profondeur minimum de 2m,
- 3) puis à la surface, remorquer une personne de même corpulence en maintenant son visage hors de l'eau, sur au moins 20m,
- 4) puis le sortir de l'eau.
- 5) Le tout en moins de 3'.

## **2 - Défi « Apprendre à nager aux enfants »**

Proposer gratuitement des séances de 30 minutes d'initiation à l'apprentissage de la natation sous forme de jeux chasse aux trésors, parcours ou simple séance d'apprentissage

## **3 - Séances aux adultes aquaphobes**

## **4 – Initiation au sauvetage et aux techniques de remorquage**

## **5 – Démonstration de secours à des victimes**

L'opération attire l'attention des médias, sachant que les manœuvres à effectuer pour un tel sauvetage sont spectaculaires. Voilà donc un excellent prétexte pour inviter les médias à votre piscine!

## **6 – Séances de gymnastique aquatique**

Toutefois, vous avez aussi la liberté d'inventer de nouvelles thématiques et de les organiser. L'important est de faire réfléchir sur la problématique que représente la noyade et d'être efficace dans votre façon de faire passer vos messages!

## **Section 4 – OBJECTIF COMMUNICATION**

## Comment communiquer ?

Rendre vos activités encore plus attrayantes

Envoyez des communiqués de presse aux médias de votre région, apposez des affiches des 6ièmes JNPN dans votre communauté, distribuez des dépliants, impliquez les gens influents de votre communauté comme les élus ou les premiers intervenants, faites-les à participer à vos activités! Bref, soyez proactifs afin qu'on entende parler de la JNPN!

### **Activités virtuelles**

Le Web est un merveilleux moyen de faire passer des messages... Alors pourquoi ne pas l'utiliser pour promouvoir la prévention de la noyade? Usez de vos talents de réalisateur afin de diffuser une vidéo sur Youtube! Faites la promotion de votre JNPN, ou encore, celle du métier de M.N.S.. Utilisez le pouvoir des réseaux sociaux et la page Facebook de la JNPN

### Contact :

**Axel Lamotte - 06 11 92 43 59 [axel.lamotte.snp@wanadoo.fr](mailto:axel.lamotte.snp@wanadoo.fr)**

**Roland Meunier - 06 03 91 4831 [roland.meunier1@gmail.com](mailto:roland.meunier1@gmail.com)**

**Pierre-Yves Martin – 06 89 69 05 29 [pym.martin6@sfr.fr](mailto:pym.martin6@sfr.fr)**

***Vous pouvez vous procurer gratuitement les Sécu-nage (vous n'aurez que le port à payer). Les commandes sont à faire auprès d'Alain JAMET  
Président de la Commission Enseignement du SNPMNS au 0686419363***

**Vous pouvez proposer dans votre établissement de mener des actions en direction du public. Nous tenons à votre disposition un dossier de presse pour faciliter vos démarches locales. Nous tenons aussi à votre disposition un plan d'organisation qui pourra vous servir de support. Nous contacter.**