

Prévention des accidents en natation artistique, en natation de sauvetage, en natation, en waterpolo et en plongeon



Sécurité générale

Les monitrices et les moniteurs J+S

- exercent, lors des activités, une surveillance active adaptée au degré de développement des participant-e-s;
- incitent les participant-e-s à gérer consciemment le risque;
- promeuvent une communication ouverte, même en cas d'incidents et d'accidents;
- s'assurent que leurs connaissances en matière de premiers secours (BLS-AED) sont à jour;
- ont suivi la formation adéquate recommandée par la SSS (p. ex. Basis Pool pour les bassins avec surveillance, Plus Pool pour les bassins sans surveillance, module Lac ou Rivière pour les eaux libres ou module interdisciplinaire «Surveillant Eau») et se comportent en conséquence;
- dispensent l'entraînement / l'enseignement de manière à avoir toujours une vue d'ensemble de tout le groupe dans l'eau, sur l'eau ou au bord de l'eau (cf. recommandations du jeu de cartes Water Safety);
- s'assurent que la profondeur de l'eau est en adéquation avec l'activité choisie et les compétences des participant-e-s;
- savent où et comment donner l'alerte et garantissent la procédure de sauvetage (personnellement ou par un garde-bain);
- veillent à ne pas se mettre elles-mêmes/eux-mêmes en danger lors d'un sauvetage (contact physique avec la personne blessée – ultime solution);
- vérifient la compétence des participant-e-s en eau profonde au moyen du CSA (contrôle de sécurité aquatique);
- choisissent la taille de groupe optimale – il convient de revoir le chiffre à la baisse en fonction des facteurs d'influence de l'environnement, des compétences de la personne responsable et de la capacité des participant-e-s (cf. recommandations du jeu de cartes Water Safety).

Mesures de prévention dans les activités sportives

Les monitrices et les moniteurs J+S

- respectent les règles de baignade de la SSS;
- tiennent compte des données spécifiques du bassin (profondeur, fond mobile, etc.);
- utilisent le jeu de cartes Water Safety pour la préparation et la réalisation de l'entraînement/l'enseignement;
- exigent que les participant-e-s ne courent ni au bord du bassin ni dans les vestiaires;
- exigent que les participant-e-s ne sautent dans l'eau qu'à certains endroits;
- exigent que les participant-e-s ne se poussent pas dans l'eau;
- savent toujours où tout le monde se trouve et s'assurent que le groupe est au complet;
- veillent à adapter l'intensité d'entraînement et d'enseignement notamment après une pause (p. ex. suite à une blessure ou à une maladie);
- construisent l'entraînement de manière que les exigences techniques et physiques correspondent aux capacités des participant-e-s;
- s'assurent que l'utilisation du matériel (p. ex. palmes, pagaies, ballons, etc.) correspond à l'âge et au niveau des participant-e-s.

Spécificités pour la natation artistique

Les monitrices et les moniteurs J+S

- s'assurent que les sauts ne sont entraînés que dans la partie la plus profonde du bassin;
- prévoient une distance suffisante par rapport au bord du bassin pour les sauts;
- vérifient que les participant-e-s ont enlevé leurs bijoux et se sont coupé-e-s les ongles des mains et des pieds.

Spécificités pour la natation de sauvetage

Les monitrices et les moniteurs J+S

- élaborent un dispositif de sécurité pour l'entraînement en eaux libres;
- emportent un engin de sauvetage (p. ex. bateau, planche, ceinture de sauvetage ou «Restube») et un engin de flottaison (p. ex. bouée de sauvetage) lorsqu'elles/ils accompagnent les nageuses et les nageurs en eaux libres;
- regardent que les participant-e-s portent une combinaison néoprène lors de séjours prolongés en eaux libres;
- mettent à disposition des participant-e-s, là où c'est nécessaire, des gilets de natation ou de sauvetage (norme minimale requise SN EN ISO 12402) et imposent leur port.

Spécificités pour la natation

Les monitrices et les moniteurs J+S

- s'assurent que personne ne pénètre ou ne se trouve dans la zone de saut lors des exercices de plongeon de départ;
- surveillent en permanence les nageuses et les nageurs lors des exercices de plongeon;
- exigent que les nageuses et les nageurs connaissent le sens de circulation;
- élaborent un dispositif de sécurité pour l'entraînement en eaux libres;
- emportent un engin de sauvetage (p. ex. bateau, planche, ceinture de sauvetage ou «Restube») et un engin de flottaison (p. ex. bouée de sauvetage) lorsqu'elles/ils accompagnent les nageuses et les nageurs en eaux libres;
- regardent que les participant-e-s portent une combinaison néoprène lors de séjours prolongés en eaux libres;
- mettent à disposition des participant-e-s, là où c'est nécessaire, des gilets de natation ou de sauvetage (norme minimale requise SN EN ISO 12402) et imposent leur port.

Spécificités pour le plongeon

Les monitrices et les moniteurs J+S

- utilisent à partir de 1 m des plongeoirs dotés de garde-corps latéraux répondant aux normes – il convient sinon de prendre des mesures de sécurité adéquates;
- s'assurent, avant chaque saut, que l'aire de plongeon est libre (sous l'eau également).

Spécificités pour le water-polo

Les monitrices et les moniteurs J+S

- imposent le fair-play à l'entraînement comme en compétition;
- veillent à ce suffisamment de joueuses et de joueurs aident à préparer la surface de jeu, notamment à transporter les buts;
- vérifient que les joueuses et les joueurs portent, également à l'entraînement, un bonnet de bain avec des oreillettes de protection et un protège-dents (avoir toujours la trousse de secours dentaire à portée de main);
- contrôlent que les joueuses et les joueurs ne s'entraînent ou ne jouent jamais avec les lunettes de piscine;
- vérifient que les participant-e-s ont enlevé leurs bijoux et se sont coupés les ongles des mains et des pieds;
- s'assurent que, lorsque l'entraînement se déroule dans une piscine ouverte en même temps au public, la sécurité des autres utilisateurs est à tout moment garantie;
- veillent à ce qu'un filet ou un rideau soit tendu lorsque cela est possible.