

# Cinq conseils anti-noyade avant de plonger dans l'été

À l'aube de la saison estivale, la surveillance reprend sur les plages **azuréennes**. Les maîtres-nageurs-sauveteurs du Sdis 06 rappellent les règles de prudence à observer pour nager serein.

**E**lles font un millier de morts par an, dont la moitié en été. Chez les moins de 25 ans, les noyades sont la première cause de mortalité par accident de la vie courante, selon Santé Publique France. À l'aube de la saison estivale sur la Côte d'Azur, les secouristes appellent donc à la prudence.

En 2020, les maîtres-nageurs-sauveteurs (MNS) du Sdis 06 ont réalisé 2 684 interventions sur les plages de Nice et Beaulieu. Dont 30 secours à des nageurs en difficulté et trois noyades non mortelles. Les voici à nouveau sur le pont jusqu'à mi-septembre. Une trentaine de sapeurs-pompiers sont déployés sur 12 postes de secours. Leur responsable, le lieutenant hors classe Stéphane Niollon, rappelle les consignes de sécurité.

## 1 Je m'assure des conditions

Premier réflexe : vérifier les conditions météo. Et consulter les flammes hissées le long des plages. Verte = baignade surveillée, absence de danger particulier. Orange = baignade dangereuse mais surveillée. Rouge = baignade interdite. Dans tous les cas, le lieutenant Niollon invite à « ne pas hésiter à venir consulter les MNS ».

## 2 Je nage selon mes capacités

La règle de base paraît évidente, mais elle ne l'est pas pour tous les baigneurs : « Apprendre à nager. C'est recommandé dès le plus jeune âge, insiste Stéphane Niollon. Tenir compte de son état de forme. Ne pas aller à l'eau si on ne se sent pas. On peut utiliser une bouée de nage en eau libre, disponi-



Le lieutenant Stéphane Niollon prépare ses équipes pour la nouvelle saison, sur la plage Poincaré à Nice. (Photo Erik Ottiño)

ble dans tous les magasins de sport ; on peut s'y agripper en cas de difficulté. » Enfin, « pas d'alcool, ni avant ni pendant ».

## 3 Je respecte les consignes

Les MNS conseillent « les zones de baignade surveillées ». Dans tous les cas, il

est préférable « de nager parallèlement à la plage, de ne pas aller vers le large. En eau libre, nager si possible à deux, et ne pas dépasser les 300 mètres. » Gare aussi au choc des températures terre/mer, « qui peut engendrer un malaise et une noyade ». Ce week-end sur la Côte, le mercure devrait touter les 30 °C, quand la mer

atteint à peine les 20 °C.

## 4 Je suis attentif aux enfants

La règle d'or : « Ne pas lâcher les enfants des yeux. » Mieux encore : « Se baigner en même temps qu'eux. » Même si la plupart des accidents chez les moins de 6 ans surviennent en piscine (lire ci-contre).

## 5 Je sais comment réagir

Plus facile à dire qu'à faire, mais mieux vaut l'avoir en tête au cas où. En cas de difficulté, « se signaler en levant le bras. Ne pas paniquer. Garder sa respiration ». Quant aux témoins, une priorité : « Donner l'alerte. »

**CHRISTOPHE CIRONE**  
ccirone@nicematin.fr



Les enfants de moins de 6 ans représentent un tiers des victimes. (Photo Frédéric Fatoux)

## Vigilance aussi en piscine

Le marché des piscines privées est en plein boom : + 15 % par an, 3 millions de bassins en 2020 contre 2,5 en 2018. « La conséquence immédiate, et malheureusement mécanique, est la recrudescence d'accidents dont la moitié sont mortels ! », alerte l'association française des pisciniers et piscinistes. Or les enfants de moins de 6 ans représentent un tiers des victimes. Pour prévenir de nouveaux drames, les professionnels ont ima-

giné le MAN : Maître Anti-Noyade. Le principe : le MAN « endosse la responsabilité de la surveillance active du bassin et de ses abords. Il pourra être identifié par un bob et un bracelet « Je suis le MAN », qu'il devra confier à un autre MAN, s'il s'absente, même pour une durée réduite. » Un garde-fou inspiré de Sam, « celui qui conduit et ne boit pas ».