



(index.html)

Portez-Le

[Accueil \(home-Fr.html\)](#) › [Portez-Le \(label-old-new.html\)](#)

[FACTEURS DE RISQUE](#) ›

[APTITUDES DE NATATION](#) ›

[LE CHOC DU FROID](#) ›

[LES VAGUES](#) ›

[SAUVETAGE](#) ›

FACTEURS DE RISQUE



Il y a bien évidemment des risques associés à se déplacer dans une embarcation. La majorité de ces risques sont gérables lorsqu'on y est préparé et qu'on en est conscient, en plus d'avoir acquis des connaissances et une formation sur comment réagir lors d'une situation d'urgence.

La plaisance est une activité divertissante et quelquefois aventureuse. La majorité des gens pratique la plaisance en tant que passe-temps de loisir, mais pour certains autres cela fait partie de leur activité quotidienne, le moyen de se rendre à leur chalet, à la maison ou au travail. Mais pour d'autres, l'eau est l'endroit où ils travaillent.

◀ fermé

Chutes et chavirement

Dans une petite embarcation, le plus grand risque se produit lorsqu'une personne tombe à l'eau ou que le bateau chavire à cause des vagues, du vent ou que l'embarcation est surchargée ce qui peut avoir de graves conséquences. Ce genre d'incident se produit souvent sans prévenir.

Si vous ne portiez pas un gilet de sauvetage quel qu'il soit, vous pourriez facilement aspirer de l'eau dès votre entrée à l'eau et être en détresse très rapidement.

Ce fait est vrai en particulier dans une eau très froide dans laquelle même un bon nageur peut être affecté. Le stress, la désorientation et le défi de tenter de venir en aide à d'autres personnes peut être terrifiant et mettre votre vie en danger.

Nous pourrions nous laisser bercer par une fausse impression en pensant que nous aurons un quelconque avertissement ou le temps d'enfiler notre gilet de sauvetage avant de nous retrouver dans l'eau. Malheureusement, tout comme une ceinture de sécurité dans une automobile, ce n'est pas ce qui se produit. Il est presque impossible d'enfiler un gilet de sauvetage une fois dans l'eau.

◀ fermé

Remontée

Il est triste de constater qu'à chaque année, des gens se noient parce qu'ils n'avaient pas enfilé correctement leur gilet de sauvetage et que celui-ci s'est défait lorsqu'ils sont tombés à l'eau.

Un gilet de sauvetage qui n'est pas de la bonne taille va « remonter » sur le visage et vous empêchera de voir et de respirer. Pour ceux qui se retrouvent dans de grosses vagues, se faire marteler par celles-ci peut déloger le gilet de sauvetage ce qui signifie que le matériel de flottabilité ne pourra pas fonctionner de façon à soutenir la tête de la personne hors de l'eau.

La conception de certains attirails peut inclure une courroie autour de la jambe ou « de l'entrejambe » (un système de protection de remontée) qui aident à maintenir l'attirail autour du corps.

◀ fermé

SEULEMENT LES FAITS...

Dans près de 90 % des noyades en plaisance, les personnes ne portaient pas un gilet de sauvetage correctement.

60 % sont tombées par-dessus bord ou leur petit bateau a chaviré.

◀ fermé

APTITUDES DE NATATION



Pour qu'une personne puisse se débrouiller dans l'eau ou qu'elle soit « capable » de nager, il lui faut posséder un certain nombre d'aptitudes essentielles.

Il faut que la personne puisse au moins apprendre à :

- contrôler sa position dans l'eau,
- libérer ses voies respiratoires afin de pouvoir prendre une respiration,
- flotter confortablement afin de se reposer et
- utiliser ses mains, ses bras et ses jambes afin de se propulser dans la direction qu'elle a choisi.

Sans ces aptitudes de base en natation, une personne devrait choisir (et toujours porter) un gilet de sauvetage possédant un très haut niveau de flottabilité et une capacité de retournement. Un attirail moins performant pourra être utile en tant qu'aide à la flottabilité, mais requière une action consciente de la personne qui le porte afin de pouvoir maintenir son visage hors de l'eau.

Il y a de nombreuses autres aptitudes, pratiques et expériences autres que celles mentionnées ci-haut qui peuvent accroître le contrôle, le calme et le confort de la personne dans l'eau. La majorité de l'expérience en natation acquises par les gens s'est déroulée dans un environnement contrôlé dans l'eau d'une piscine ou d'une plage dans laquelle elles sont entrées de plein gré en portant un costume de bain. L'eau libre, où le fond est irrégulier à cause des algues, des pierres et des dénivellations ou de sa profondeur, et où le vent et les vagues sont aussi des facteurs, est une expérience totalement à part. Un bon nageur (en particulier s'il est tombé à l'eau tout habillé) se fatigue très rapidement et appréciera l'aide de son gilet de sauvetage.

< fermé

LE CHOC DU FROID



Le réflexe d'étouffement (UNE minute)

Tomber dans une eau froide lorsqu'on ne s'y attend pas, peut être une expérience effroyable.

La première chose qui se produit est que vous prendrez une grande inspiration suivie d'une minute de respiration incontrôlable.

Vos muscles peuvent devenir crampés, vos sens être débordés et puis la panique s'installera. Si votre visage n'est pas hors de l'eau (grâce à votre gilet de sauvetage) les conséquences pourraient être très graves.

Some people purposely enter cold water from a sauna or for charity on New Years Day and find it exhilarating. Don't forget, even on a sunny warm day the temperature of the water can be very different. The effect of cool water on warm skin can still produce a gasp effect.

< fermé

Incapacité à nager (DIX minutes)

Dans l'eau très froide, si vous survivez aux premiers instants du choc glacial, vous aurez probablement environ dix minutes où vous pourrez encore contrôler vos mains et vos muscles afin de pouvoir vous agripper à votre embarcation ou venir en aide aux autres personnes dans l'eau.

Une personne peut très rapidement faire l'expérience d'une perte de coordination et de vigueur des muscles requis pour la natation. Dépendant de la température de l'eau, de son conditionnement à la température et de sa morphologie, même les meilleurs nageurs ne sont pas parvenus à nager.

Si on y ajoute les vagues, le vent et les courants – nager jusqu'à la rive sans un gilet de sauvetage sera probablement fatal.

< fermé

Hypothermie (UNE heure)

Une immersion à long terme dans l'eau mène à une déperdition de chaleur de la tête et du corps. La situation devient très sérieuse lorsque la température des organes internes commence à baisser.

Dans une eau glaciale, une perte de conscience se produit en une heure.

Une eau plus chaude vous accorde un peu plus de temps. Il est donc important de sortir de l'eau si possible en grim pant sur quelque chose. Même si l'air vous semble froid, une immersion dans l'eau vous refroidit beaucoup plus vite.

Le meilleur moyen de conserver votre chaleur corporelle est de flotter doucement avec votre tête hors de l'eau et vos jambes repliées. Vous pouvez aussi vous blottir les uns contre les autres (en position de caucus) et demeurer près de votre embarcation ou grimper sur des débris flottants pour obtenir une plus grand flottabilité et visibilité.

Traitez toute personne que vous soupçonnez souffrir d'hypothermie avec douceur. Ne les brusquez pas et ne frottez pas leur peau, réchauffez leur torse. Maintenez-les à l'horizontale. Tentez d'obtenir une attention médicale.

< fermé

LES VAGUES



Une personne peut rencontrer toute une variété de différentes conditions provoquées par les vagues lorsqu'elle fait de la plaisance ou qu'elle se baigne. Le vent, la température, les marées et les courants produisent des vagues de différentes grosseurs et genres au cours de la même journée et au même endroit. Des changements soudains de température, l'inexpérience et la malchance peuvent provoquer le chavirement d'un petit bateau ou qu'une personne tombe par-dessus bord. Une fois dans l'eau, la personne continue de se faire malmener par les vagues et risque de se blesser, de se fatiguer et de se retrouver avec la bouche sous l'eau.

Stabilité

Le choix d'un gilet de sauvetage possédant un plus haut niveau de performance offrira une meilleure protection dans les vagues à cause de sa plus grande flottabilité et de son franc-bord de la bouche. Les attirails qui offrent une capacité de retournement fournissent également une plus grande stabilité, ce qui facilite le maintien du visage vers le haut.

Remontée

Les attirails de haute performance sont parfois équipé de système de protection de remontée qui peuvent inclure une courroie autour de la jambe ou de l'entrejambe en plus des boucles, des fermetures éclair et des courroies ajustables qui maintiennent le matériel de flottaison près du corps et par conséquent peuvent le soulever et offrir un meilleur franc-bord.

Immersion de la bouche

Les attirails pour utilisation au large peuvent être équipés d'une pièce qui recouvre le visage et les voies respiratoires et éviter l'immersion de la bouche causée par les embruns et les vagues.

GENRES DE VAGUES...

Moutons

Clapotement

Rouleaux

Train de vagues (eau vive)

Brisants

Tsunami

Sillages de bateau

◀ fermé

SAUVETAGE



Le facteur le plus important pouvant assurer votre sauvetage est le port de votre gilet de sauvetage. Le fait de ne pas en avoir un lorsque vous vous retrouvez dans l'eau diminue grandement vos chances de vous en sortir. Le niveau de performance du gilet de sauvetage que vous avez choisi aura un impact sur vos chances de survie en attendant que les secours arrivent et de votre visibilité pour le sauveteur.

Remontée à bord

Pour ce qui est des petites embarcations, le port constant d'une aide à la flottabilité correspondant au niveau le plus bas de la performance offre une protection immédiate tout en vous donnant suffisamment de mobilité pour remonter à bord de votre bateau (SUP, kayak, canot, dinghy, etc.) venant autrement dit à votre secours.

Certaines embarcations de plaisance comportant à la poupe des échelles ou des plateformes pour la natation conçues pour faciliter le réembarquement. Les plus gros bateaux doivent mettre en place et pratiquer des procédures pour récupérer une personne passée par-dessus bord, ce qui peut impliquer l'utilisation d'appareils de soulèvement ou de radeaux de sauvetage et de dinghies.

◀ fermé

Retournement/stabilité

Lorsqu'il y a des vagues au large, un gilet de sauvetage d'un plus haut niveau de performance vous sera plus utile. Un attirail conçu pour être utilisé dans ces conditions permettra une meilleure distribution de la flottabilité ce qui maintiendra vos voies respiratoires hors de l'eau.

Visibilité

Les attirails utilisés pour le large sont souvent équipés de lumières, de sifflet et de ruban réflecteur dans le but d'accroître les chances d'être repéré par les bateaux de sauvetage ou les avions. Étant donné que l'utilisation de localisateur personnel (DLP, epi-rbs, plbs, etc.) augmente, les fabricants

offrent des pochettes et des accessoires d'attaches personnalisés pour empocher ces appareils. Il est recommandé ou requis que les attirails utilisés au large soient confectionnés dans des couleurs très visibles.

UN PEU D'HISTOIRE...

* Historiquement, les gilets de sauvetage étaient conçus de façon à ce que la majorité du matériel de flottabilité soit situé autour de la poitrine et de la tête de façon à ce qu'une personne inconsciente ou qui ne sait pas nager soit automatiquement retournée le visage vers le haut. Ces attirails étaient naturellement très encombrants et étaient disponibles dans des tailles universelles en tant qu'équipement d'urgence qui étaient rangés à bord du bateau.

* Les vêtements de flottaison individuelle (VFI) ont été conçus pour une utilisation dans de plus petites embarcations de plaisance, à bord desquelles il était évident qu'il fallait une plus grande mobilité. Quoiqu'ils ne possèdent pas une capacité de retournement, ils offrent tout de même suffisamment de flottabilité pour que la majorité des personnes qui les portent aient assez de franc bord pour que leurs voies respiratoires demeurent hors de l'eau.

* Éventuellement, les attirails gonflables ont offert une plus grande mobilité qui permet de les porter continuellement, mais une fois gonflés ils offrent aussi la flottabilité et pour certains la même capacité de retournement que les gilets de sauvetage.

* Les nouveaux concepts sont mieux adaptés à l'activité de l'utilisateur et à l'environnement dans lequel ils seront utilisés d'après le niveau de performance de l'attirail.

◁ fermé

[retour au début ›](#)