Principaux conseils pour se baigner en toute sécurité :

- Privilégier les zones de baignade surveillées

- Surveiller vos enfants en permanence, rester toujours avec eux quand ils jouent au bord de l'eau ou lorsqu'ils sont dans l'eau ;

- Tenir compte de votre forme physique : ne pas se baigner si l'on ressent un trouble physique (fatigue, problèmes de santé, frissons) et ne pas surestimer votre niveau de natation ;

- Un baigneur attentif est un baigneur en sécurité : prévenir un proche avant de se baigner, respecter les consignes de sécurité signalées par les drapeaux de baignade, ne pas s'exposer longtemps au soleil et rentrer dans l'eau progressivement, ne pas boire d'alcool avant la baignade, etc ;

- En cas d'urgence appeler le 112 (gratuit depuis un poste fixe ou mobile)

Bureau de la communication interministérielle

Sophie Billa : 06 07 62 05 99

Tél. : 05 56 90 60 18
pref-communication@gironde.gouv.fr

2, esplanade Charles-de-Gaulle
2/2 CS 41397 – 33077 Bordeaux Cedex