

Les courants de retour – Restez en sécurité à la plage

Le Nouveau Brunswick et les Maritimes abritent des plages de classe mondiale qui sont des destinations favorites de vacances pendant les mois d'été. Lorsque vous visitez une plage, nager et jouer dans une aire de baignade désignée, qui est supervisée par des personnes certifiées Sauveteur national, est la meilleure façon de s'assurer d'avoir une expérience sécuritaire et agréable. Les surveillants sauveteurs locaux connaissent très bien la plage et ils s'assurent que la zone de baignade soit sécuritaire et prête pour le public. Cependant, seule une poignée de nos nombreuses plages sont surveillées et vous préférerez peut être nager à un endroit où il n'y a pas de professionnels qui vous surveillent. Parmi les nombreux dangers qui doivent être identifiés et évités, les courants de retour sont l'un des plus meurtriers.

Les courants de retour sont forts et ils sont localisés dans des chenaux étroits où l'eau coule en s'éloignant de la rive à travers la zone où les vagues déferlent. Ils posent un risque sérieux puisque pour le novice inexpérimenté, ces courants ressemblent à un endroit où l'eau est plus calme à travers les vagues. Ils attirent donc les baigneurs qui souhaitent un peu moins de vagues.

La Société s'est entretenue avec M. Chris Houser, un géomorphologue des zones côtières, qui étudie les courants de retour depuis 2008. Il a récemment réalisé une série de présentations partout dans les provinces maritimes sur : pourquoi les courants de retour sont dangereux; comment les identifier et les éviter; mais aussi sur ce que vous devez faire si vous êtes pris dans un de ces courants.

« Puisque le public est en grand partie ignorant ou incapable de reconnaître les courants de retour, certaines personnes peuvent se mettre en danger. »; explique M. Houser. « La plupart du temps, une personne se tiendra debout dans ce qui paraît être une zone sécuritaire, mais elle sera rapidement emportée au large par le courant et les vagues qui feront en sorte que la personne perdra pied. »

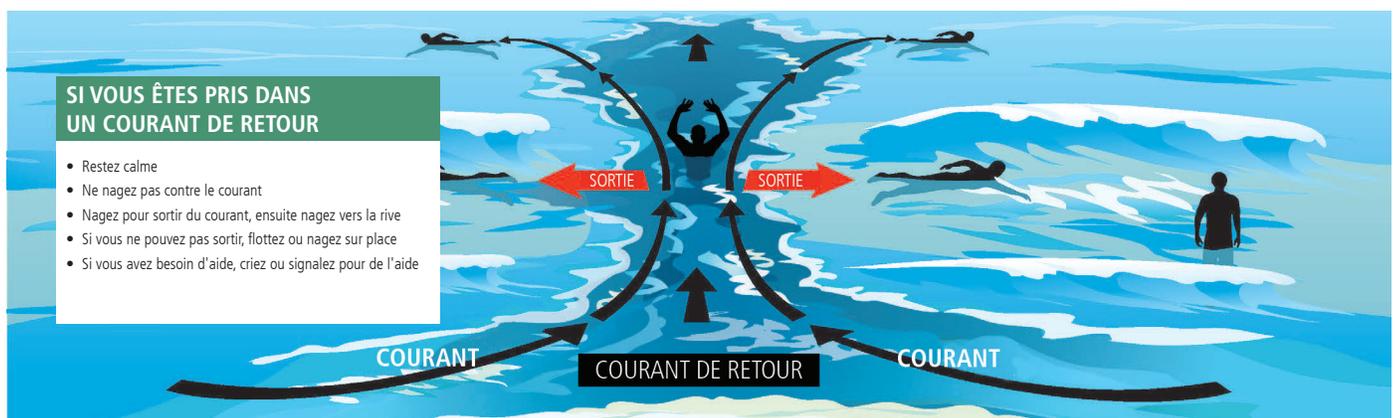
Les nageurs pris dans un courant de retour ont le réflexe de vouloir nager vers la rive. Cependant, les courants de retour peuvent se déplacer jusqu'à 3 mètres par seconde. Cela empêche même les bons nageurs de faire des progrès dans l'eau; surviennent ensuite la fatigue et la panique.

M. Houser explique qu'avec suffisamment d'expérience, il est possible de reconnaître les courants de retour, mais que cela prend de la pratique. Même avec de l'expérience, il existe des types de courants de retour qui sont difficiles à reconnaître. Il dit qu'un moyen simple d'éviter les courants de retour est de nager où les vagues se brisent et d'éviter les endroits où l'eau semble calme.

Si vous vous retrouvez pris dans un courant de retour, le conseil le plus important est de rester calme et de ne pas nager contre le courant. « C'est un mythe de croire que le courant vous tirera vers le fond de l'eau; explique M. Houser. La meilleure façon de s'en sortir est de nager parallèlement à la rive ou de simplement laisser le courant vous pousser vers le large, et ce, jusqu'à ce que le courant s'affaiblisse et que vous laissiez les vagues vous ramener vers la rive. »

M. Chris Houser est un géomorphologue des zones côtières et il est doyen des sciences à la *University of Windsor* (Université de Windsor).

LES COURANTS DE RETOUR CONNAISSEZ VOS OPTIONS



Les courants de retour sont de puissants courants d'eau qui s'éloignent de la rive. Même les meilleurs nageurs peuvent être emportés vers le large par ces courants.

Dates à retenir

Du 15 au 21 juillet – Semaine nationale de prévention de la noyade, Partout au pays

4 août – Championnats de sauvetage sur plage océanique des Maritimes, Plage Martinique, N. É.

13 août – Championnats de sauvetage sur plage continentale du N. B., Plage Parlee, N. B.

Du 24 au 26 août – Championnats canadiens de sauvetage sur plage océanique, Lac Simon, Qc

7 novembre – Compétition de sauvetage technique des Maritimes, YMCA du Grand Moncton, N. B.

Semaine nationale de prévention de la noyade 2018

La Société de sauvetage désigne la troisième semaine complète du mois de juillet comme étant la Semaine nationale de prévention de la noyade (SNPN) pour attirer l'attention des collectivités et des médias sur le problème de la noyade et sur la prévention de celle-ci.

La SNPN offre une occasion aux éducateurs Aqua BonMD pour planifier la diffusion de communiqués de presse, pour réaliser des entrevues à la télé et la radio, pour organiser des démonstrations publiques, pour offrir des formations au public, mais aussi pour faire la promotion des événements et des messages de prévention de la noyade. Beaucoup d'événements qui ont connu du succès auprès des collectivités sont lancés par une proclamation du maire au début de la Semaine de prévention de la noyade.

Il y a une variété de thèmes et de suggestions sur la façon de cibler votre campagne de la SNPN. L'utilisation de messages spécifiques permet de parler des tendances que l'on peut lire dans les rapports de la Société sur les noyades et des données tirées du Centre canadien de recherche sur la prévention de la noyade. Utilisez et affichez les messages importants sur les médias sociaux. Soyez certains d'y inclure les mots clés : **#SNPN2018** et **#NDPW2018**.



La Société de sauvetage tient à souligner et à remercier le gouvernement du Nouveau-Brunswick pour son appui continu envers notre mission de prévention de la noyade.

La Société de sauvetage est un organisme bénévole et un organisme de bienfaisance enregistré qui œuvre afin de prévenir les noyades et les traumatismes reliés à l'eau. Chaque année, plus de 1 000 000 de Canadiens et Canadiennes participent aux programmes qui sont offerts par la Société, comme ceux de natation, de sauvetage, de surveillance aquatique et de leadership. La Société élabore les normes de la sécurité aquatique au Canada et elle décerne les certificats de Sauveteur national dans l'ensemble du Canada.