

Le Mans, le 28/04/2021

LE PRÉFET DE LA SARTHE COMMUNIQUE : RECOMMANDATIONS POUR LA PRATIQUE D'ACTIVITÉS NAUTIQUES

Alors que l'arrivée des beaux jours incite à la pratique des activités sportives, un récent accident tragique de canoë sur la rivière Le Loir rappelle la nécessité de prendre toutes les précautions lors d'une activité nautique ou d'une baignade.

En France, les noyades constituent, en effet, un enjeu de santé publique majeur, car elles sont responsables chaque année d'environ 1000 décès et, parfois, de graves séquelles. Elles sont la première cause de mortalité par accident de la vie courante chez les moins de 25 ans.

Pour la pratique d'activités nautiques en rivières et en eaux vives, **il est important de se renseigner**, avant de partir, sur la météo et les conditions de navigation (débit hydraulique, classement du cours d'eau, présence d'un barrage). Les structures locales (clubs de kayak, offices du tourisme, mairies, etc.) sauront vous renseigner. La consultation d'un topo-guide récent de la rivière vous permettra de prendre connaissance des points de repère et des passages difficiles.

Il ne faut pas présumer de votre forme physique et adapter votre parcours à votre niveau et à celui de vos coéquipiers.

Vous devrez vous munir d'un équipement adapté à la rivière et à votre morphologie (Une aide à la flottabilité de type gilet de sécurité (50 newtons minimum) ou une combinaison couvrant les jambes et le tronc. En eaux vives, un casque pour vous protéger des chocs et des chaussures antidérapantes ou des bottillons).

Il vous faudra partager votre environnement avec les autres usagers (nageurs en eaux vives, kayaks et rafts) : les styles de navigation diffèrent et vous ne saurez pas forcément anticiper leurs déplacements, restez donc à distance des autres pratiquants.

Enfin **ne partez jamais seul** et prévenez quelqu'un à terre de votre parcours et lorsque c'est possible, préférez la pratique collective en club.

Pour la baignade : adoptez les bons réflexes pour prévenir les accidents :

- apprendre à nager ;
- se baigner avec les jeunes enfants et ne jamais les quitter des yeux en particulier à proximité des piscines privées ;
- toujours choisir les zones de baignade surveillées.

L'ensemble des recommandations sont consultables sur preventionete.sports.gouv.fr