

## Si malgré toutes les précautions prises, quelqu'un tombe par-dessus bord, sachez quoi faire.

### Sauver un homme/femme qui se noie

- Lorsqu'une personne qui se noie porte un gilet de sauvetage, elle est retournée sur le dos. Si la personne qui se noie (inconsciente) ne porte pas de gilet de sauvetage, elle disparaîtra sous l'eau. Signalez le plus tôt possible le dernier endroit où vous avez vu la personne qui se noie aux services d'urgence.
- Appelez la personne qui se noie pour qu'elle reste alerte.
- Lancez la bouée de sauvetage (avec lumières et ligne de vie) à la personne qui se noie. Si vous ne l'avez pas sous la main, mais que vous avez autre chose qui flotte, jetez-le. Utilisez le canot pour sauver la personne qui se noie.
- Continuez à pointer la personne qui se noie et ne la perdez pas de vue. Le courant peut faire changer rapidement sa position.
- N'entrez pas vous-même dans l'eau, sinon vous vous mettez en danger.
- Appuyez sur le bouton MOB du GPS pour vous aider à revenir à la position où la personne qui s'est noyée est entrée dans l'eau, mais tenez compte du courant de l'eau.
- Alertez la zone via la radio VHF qu'il y a une personne qui se noie dans l'eau et que vous avez besoin d'aide.



### Et si c'était vous qui vous noyiez ?

- Restez optimiste quant à votre salut.
- Si vous êtes près du rivage, vous pouvez nager jusqu'au rivage. Si vous portez votre gilet de sauvetage, il vous retournera sur le dos.
- Faites-vous le plus petit possible et adoptez la position HELP pour éviter les déperditions de chaleur.
- Si tout se passe bien, une bouée de sauvetage ou autre chose qui flotte vous a été lancée. Utilisez-les pour vous maintenir à flot.
- Allumez la lumière de votre gilet de sauvetage, cela vous rendra également plus visible pendant la journée.
- Utilisez le sifflet attaché au gilet de sauvetage pour attirer l'attention.



### Vous sortez la personne qui se noie de l'eau, et maintenant ?

- Sortez de préférence la personne qui se noie de l'eau horizontalement pour éviter des problèmes cardiaques.
- Si la personne qui se noie n'est pas consciente et ne respire plus, **appelez immédiatement le 112!** Commencez immédiatement la RCR. Commencez par 5 insufflations, puis effectuez 30 compressions thoraciques suivies de 2 insufflations. Vous maintenez ensuite le rythme de 30:2 jusqu'à ce que les sauveteurs professionnels prennent le relais ou que la victime se réveille.
- S'il y a un DAE à bord, faites-le récupérer et utilisez-le.
- Une personne qui se noie devrait toujours consulter un médecin, même si elle est encore consciente. En raison du risque de noyade secondaire.
- Une victime qui ne nécessite pas de réanimation peut être conduite dans un endroit chaud et abrité. Vous pouvez donner à une victime accessible qui ne présente aucun signe de perte de conscience une boisson (de préférence tiède) avec du sucre.
- Vous pouvez aider la victime à retirer ses vêtements mouillés, après quoi vous lui enfilerez immédiatement des vêtements chauds et secs ou la couvrirez de couvertures ou de tout autre objet pouvant garder la victime au chaud.
- **Ne donnez jamais** à boire à une victime dont la conscience est réduite ou inexistante. **Ne donnez jamais** de boissons alcoolisées.