

GUIDE DE PRÉVENTION

SURVEILLER, C'EST REGARDER ACTIVEMENT

Une noyade peut survenir en silence, en moins d'une minute, à quelques mètres de vous.

Ce que veut dire « bien surveiller »

VOTRE RÔLE

- 01** Garder les personnes dans votre champ de vision en permanence.
- 02** Regarder activement — pas juste « avoir un œil dessus ».
- 03** Vous positionner pour voir tout le monde, sans angle mort.
- 04** Ne jamais penser qu'une autre personne surveille sans qu'elle vous l'ait clairement confirmé.
- 05** Réagir dès qu'un doute apparaît, sans attendre d'être sûr.

UNE BONNE SURVEILLANCE, C'EST...

- 01** Un regard qui bouge en permanence, pas un regard fixe.
- 02** Une position dégagée, d'où vous voyez tout sans obstacle.
- 03** Une attention entière, sans autre tâche en parallèle.
- 04** Une responsabilité clairement assumée par une seule personne à la fois.



Photo : Mélanie Chaigneau / Prévention MAIF

« Un geste bien expliqué peut changer une vie. Ce guide rassemble l'essentiel de ce que chaque adulte doit savoir pour surveiller efficacement une baignade. »

Gaylord Le Dret Rabiller

Fondateur & Président, ONG Junior Lifeguard®

[linkedin.com/in/gaylord-rabiller](https://www.linkedin.com/in/gaylord-rabiller)

**« Si vous ne voyez plus
la personne, vous ne la
surveillez plus. »**

Ce qu'il faut faire, ce qu'il faut voir

AVANT

- Installez-vous à un endroit dégagé, d'où vous voyez toute la zone de baignade.
- Repérez les personnes nécessitant une attention particulière (jeunes enfants, personnes peu à l'aise dans l'eau).
- Assurez-vous de savoir qui surveille et à partir de quand — le relais doit être clair.

PENDANT

- Balayez toute la zone du regard, sans vous arrêter sur un seul point.
- Regardez aussi bien la surface que le fond de l'eau.
- Refaites une ronde visuelle complète toutes les 10 minutes environ.
- Restez concentré : c'est votre seule activité pendant ce temps.

POSITIONNEMENT

- Placez-vous à un endroit légèrement surélevé si possible.
- Choisissez un emplacement sans obstacle entre vous et l'eau.
- Déplacez-vous de temps en temps pour changer d'angle de vue.

À ÉVITER ABSOLUMENT

- * Utiliser son téléphone pendant la surveillance.
- * Engager une discussion prolongée.
- * Tourner le dos au bassin, même quelques instants.
- * S'absenter sans avoir transmis clairement la surveillance.

Une noyade ne ressemble pas à ce qu'on imagine. Elle est le plus souvent silencieuse : pas de cri, pas d'appel au secours, pas de grands gestes. La phase visible en surface ne dure généralement que 20 à 30 secondes.

POSITION ET MOUVEMENTS

- Corps à la verticale dans l'eau, sans mouvement de jambes.
- Tête renversée en arrière, bouche au niveau de l'eau.
- Tentative de nage sans avancer, ou mouvements désordonnés.
- Mouvements des bras comme une personne qui grimpe à une échelle invisible.

REGARD ET VISAGE

- Yeux vitreux, fixes, ou regard qui semble absent.
- Yeux fermés de façon prolongée.
- Cheveux plaqués sur le visage, sans réaction pour les dégager.

RESPIRATION ET COMMUNICATION

- Halètement ou respiration difficile.
- Silence total — pas d'appel, pas de cri.

N'attendez pas que la personne appelle à l'aide : la plupart du temps, elle ne le peut pas.

Si quelque chose ne va pas

1 REPÉREZ

Un des signes vus précédemment attire votre attention.

2 RÉAGISSEZ

Ne vous dites pas « quelqu'un d'autre va s'en occuper ». Agissez immédiatement.

3 METTEZ EN SÉCURITÉ

Approchez-vous de la personne sans vous mettre vous-même en danger.

4 ALERTEZ

Prévenez immédiatement un autre adulte présent.

5 FAITES INTERVENIR DES SECOURS

Appelez les secours et suivez leurs instructions.

LES 5 RÈGLES À RETENIR

1. Un regard qui bouge en permanence — jamais fixe.
2. Une noyade est silencieuse : pas de cri, pas d'agitation visible.
3. Zéro distraction : pas de téléphone, pas de discussion prolongée.
4. Ne jamais surveiller seul sans relais clair avec un autre adulte.
5. Au moindre doute, agissez tout de suite.



Guide inspiré d'un dispositif né au Québec — **merci à la Société de Sauvetage.**



PARTENAIRE FINANCEUR
PSF Solution

PSF Solution finance intégralement le déploiement du programme Surveillant Désigné (sifflet, bracelet, carte et ce guide de surveillance). Basé en Charente-Maritime, PSF Solution accompagne entreprises, collectivités et organismes de formation en audit, conseil et formation.



www.psf-solution.com
Audit - Conseil - Formation