

Apprendre à nager

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **La Croix-Rouge suisse**

Band (Jahr): **82 (1973)**

Heft 5

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-684168>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

également la pollution fécale et les risques de transmission d'éléments pathogènes provenant de la population animale. L'enlèvement des débris, outre qu'il empêchera la prolifération des rongeurs, redoutables propagateurs de maladies, aura l'avantage d'améliorer l'aspect esthétique des lieux.

Insecticides, détergents, produits pétroliers et autres déchets industriels peuvent avoir des conséquences directes sur la vie aquatique. Etant donné que les niveaux maxima acceptables de ces décharges chimiques sont très au-dessous de ceux où ils deviennent toxiques pour les baigneurs, il n'a pas paru nécessaire aux spécialistes de fixer des critères spécifiques en ce domaine.

Propositions concernant la recherche

Le colloque d'Ostende a fait les propositions suivantes :

- l'Organisation mondiale de la Santé devrait s'efforcer d'évaluer à l'échelon mondial et du point de vue médical les effets salutaires des activités récréatives

de bord de mer, en considérant ces activités comme un besoin humain issu de la croissance démographique, de l'urbanisation et du surpeuplement qui en résulte.

- Il conviendrait de donner la priorité aux recherches épidémiologiques sur les contaminations transmises par l'eau.
- Ces recherches devraient être prospectives aussi bien que rétrospectives. Elles devraient s'efforcer de démontrer les rapports de cause à effet, et distinguer entre les différentes sources d'infection.
- Elles devraient comprendre des enquêtes immunologiques sur des groupes de gens (notamment des familles), baigneurs et non-baigneurs, avant et après la saison balnéaire, et pour différents types de virus, ainsi que :
- l'examen du problème des multi-infections sur les plages ;
- des études sur l'importance de la pollution chimique dans les stations balnéaires, et en particulier les effets sur la peau et les muqueuses du mazout, du goudron et autres substances résiduelles ;
- des études sur l'efficacité des installations

d'épuration des eaux à fonctionnement saisonnier en des lieux à vocation récréative et sur la recherche de types spécifiques d'installations de même nature pour des zones analogues ;

- des études sur la réduction des substances nutritives et des micro-organismes par le traitement chimique des eaux usées et sur les méthodes propres à éliminer les résidus découlant d'un tel traitement ;
- des études concernant les moyens de nature à éviter les modifications écologiques irréversibles dans le milieu aquatique.

Pour ce faire, il est indispensable de rassembler des informations de base tant locales que régionales sur l'évaluation des incidences de la présence de déchets traités ou non-traités sur les éco-systèmes marins dans de plus vastes régions.

En possession de renseignements précis, les autorités régionales et nationales seront en mesure de lutter plus efficacement contre la pollution des plages afin d'assurer à des millions de vacanciers les joies bienfaisantes de la mer et du soleil.

Apprendre à nager

A l'exception du singe, tous les mammifères savent nager d'instinct. L'homme, en ce qui concerne la nage, tient davantage du singe que du dauphin, car il ne sait pas d'instinct se maintenir à la surface de l'eau.

Dans le monde entier, les noyades font chaque année d'innombrables victimes. Aux Etats-Unis, environ 7000 enfants de moins de 4 ans se noient tous les ans. Parmi toutes les mesures préventives envisagées et expérimentées pour parer à ce danger, l'une s'est révélée particulièrement efficace. Il s'agit d'un cours spécial de natation pour enfants en bas âge. Ces cours existent dans la plupart des grandes villes de Floride et de Californie. L'Europe à son tour adopte progressivement cette idée venue d'Outre-Atlantique et dans un certain nombre de pays du vieux continent, il existe des cours de natation pour bébés de 7 à 24 mois.

Pour apprendre à nager à un enfant, il faut

commencer par supprimer chez lui toute sensation de peur. Ensuite on pourra lui apprendre à flotter. Ce n'est que lorsque les bébés savent flotter, naturellement et sans appréhension, qu'on leur enseigne à coordonner respiration et mouvements, principes essentiels des diverses techniques qui permettent à l'homme de se propulser dans l'eau et donc de nager.

Chez les bébés qui ne savent pas encore parler, l'apprentissage ne peut se faire que par la mimique.

«La méthode est très simple – explique Catherine Grojean, monitrice de la piscine municipale de Rouen. Dans l'eau, je tiens l'enfant dans mes bras. Successivement, j'ouvre la bouche, tout en le soulevant légèrement au-dessus de l'eau, puis je ferme la bouche et je l'enfonce très légèrement sous l'eau. L'enfant me regarde. Il observe. Après un certain nombre d'exercices, il

comprend qu'il faut avoir la tête hors de l'eau pour inspirer et qu'il faut fermer la bouche en retenant sa respiration quand on a la tête sous l'eau. L'enseignement par la mimique doit être poursuivi jusqu'à ce que l'enfant ait parfaitement compris et assimilé ce rythme. En général, il faut 15 à 20 leçons. Mais certains bébés possèdent des dons exceptionnels : c'est le cas d'un enfant dont je m'occupe actuellement. A 10 mois, il n'a eu besoin que de douze leçons pour assimiler parfaitement le principe de la respiration. Depuis, il est passionné par la natation. Chaque fois qu'il accompagne sa mère à la piscine, il pousse des cris de joie dès qu'il aperçoit l'eau. Il m'arrive de le prendre dans le grand bassin et de plonger avec lui à deux mètres de profondeur : jamais il n'avale de l'eau et jamais il n'éprouve la moindre gêne respiratoire.»

(Information OMS)