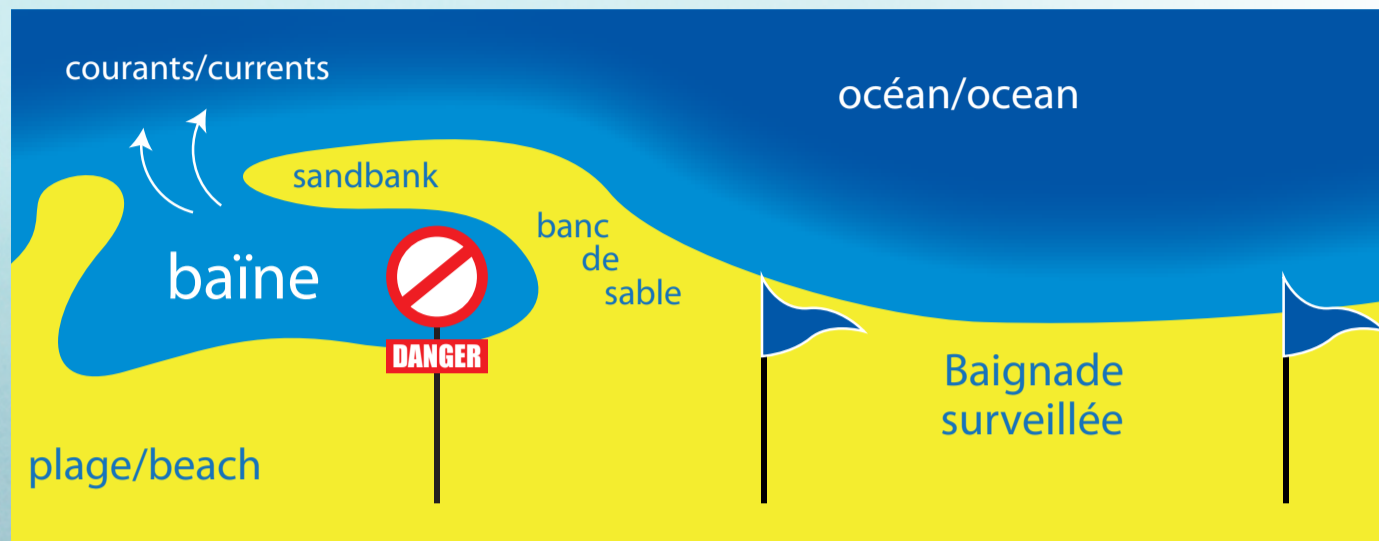


CONSEILS DE PRUDENCE

pour se baigner en toute sécurité sur le littoral girondin

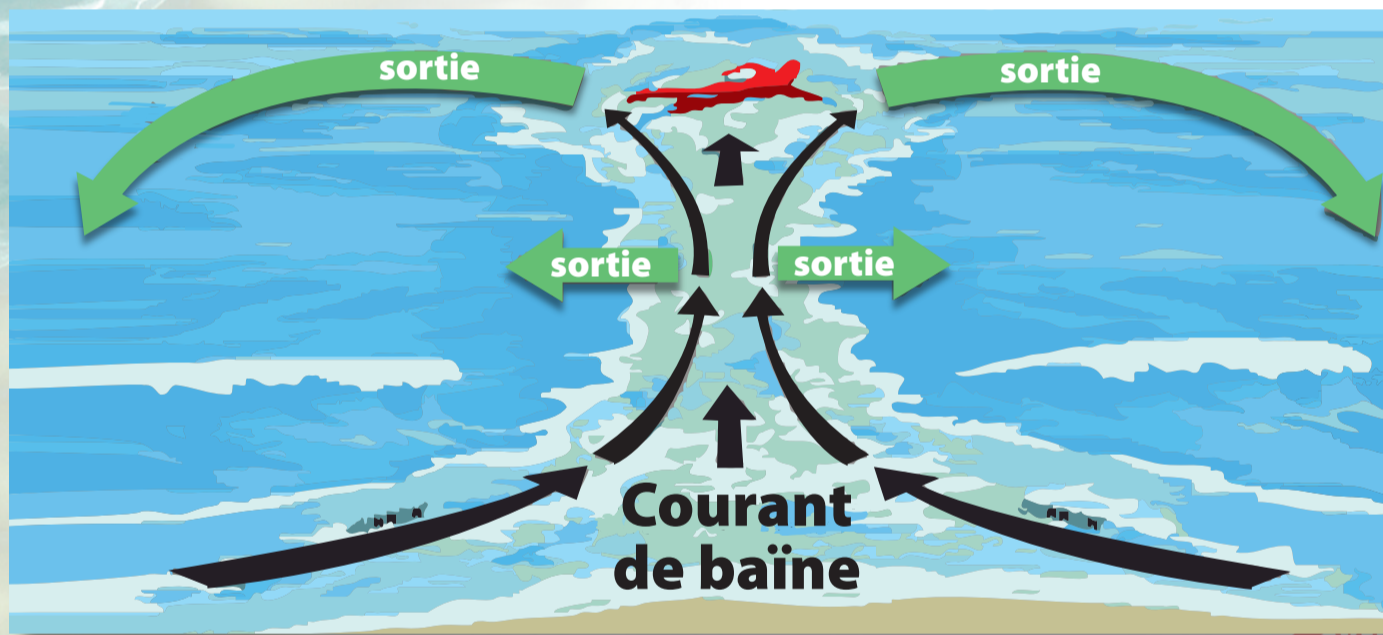
Qu'est-ce qu'une "baine" ?



- Une **baine** est une formation d'eau créée par le mouvement des marées. Elle se forme à marée basse.
- À marée montante, quand le niveau d'eau de la baine devient supérieur à celui de l'océan, celle-ci se vide soudainement en créant un courant dit « **courant de baine** » qui attire le baigneur vers le large.

Que faire si vous êtes pris dans un courant de baine ?

- Ne pas paniquer.
- Surtout ne pas lutter. Laissez le courant vous emporter même s'il vous conduit vers le large.
- Signalez-vous par des mouvements de bras et attendez l'intervention des secours.
- Profitez du moment où le courant faiblit pour sortir de la zone dangereuse en la contournant (voir schémas).
- Ne cherchez pas à regagner à tout prix votre point de départ.



DRAPEAUX DE BAIGNADE		
Baignade surveillée absence de danger particulier	Baignade dangereuse mais surveillée	Interdiction de se baigner

INFORMEZ-VOUS SUR LES ZONES DE BAIGNADES

Pour vous baigner dans les meilleures conditions, privilégiez les zones de plages surveillées par les maîtres nageurs sauveteurs et respectez la réglementation.

Les baines sont surtout dangereuses aux trois premières heures de la marée montante et aux trois dernières heures de la marée descendante.

112 - 18 - 15

Numéros d'urgence

Le 112 est le numéro d'appel d'urgence européen, gratuit depuis un fixe ou un mobile.



Une cartographie des postes de secours du littoral est disponible sur : <http://plages-nsl.com>
Vérifiez que votre plage est surveillée !

@PrefAquitaine33
@PrefetNouvelleAquitaine33
www.gironde.gouv.fr

