Zeitschrift: Mobile : la revue d'éducation physique et de sport

Herausgeber: Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école

Band: 8 (2006)

Heft: 4

Artikel: "L'eau et moi"

Autor: Sakobielski, Janina

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-995675

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 15.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

«L'eau et moi»

Lever les craintes // Ou comment apprendre à bien connaître l'élément aquatique dès le plus jeune âge. En Suisse, un projet prometteur veut enrayer les accidents par noyade.

Janina Sakobielski

▶ L'eau exerce une fascination particulière sur les enfants. Un ruisseau, une rivière, un lac, une piscine et même un petit bassin gonflable offrent d'innombrables possibilités de jeux. Mais les dangers, au bord de l'eau ou dans l'eau, guettent les enfants en bas âge et ceux qui ne savent pas nager. En plus, les parents et autres personnes chargées de leur surveillance sous-estiment souvent ces risques.

Pourtant, les faits sont là: la noyade est la deuxième cause de mortalité chez les enfants de moins de 16 ans; au cours des vingt dernières années, douze enfants en moyenne se sont noyés chaque année en Suisse et on estime à quatre fois plus le nombre d'entre eux qui conservent des séquelles permanentes d'un accident de baignade.

Donner l'envie de bien nager

Avec le projet «L'eau et moi», la Société suisse de sauvetage (SSS), en collaboration avec le Bureau suisse de prévention des accidents (bpa), entend lutter activement contre ces événements tragiques et faire œuvre de prévention dès l'âge préscolaire. «A cet âge, comme l'explique Anita Moser, responsable du projet, les enfants sont particulièrement avides de savoir et fiers de transmettre ce qu'ils ont appris. C'est ainsi que leurs frères et sœurs, leurs parents font eux aussi l'expérience de la sécurité dans l'eau.»

Une phase pilote d'un an a permis de tester et de développer les idées et les contenus du projet dans divers jardins d'enfants. Depuis, des «messagers» spécialement formés sont à la disposition des enfants d'âge préscolaire pour leur inculquer par le jeu les règles à observer dans et autour de l'eau, mais aussi éveiller en eux le désir d'améliorer leurs aptitudes à la natation. Informer et apprendre à nager, telles sont selon la SSS les mesures les plus importantes pour prévenir les noyades.

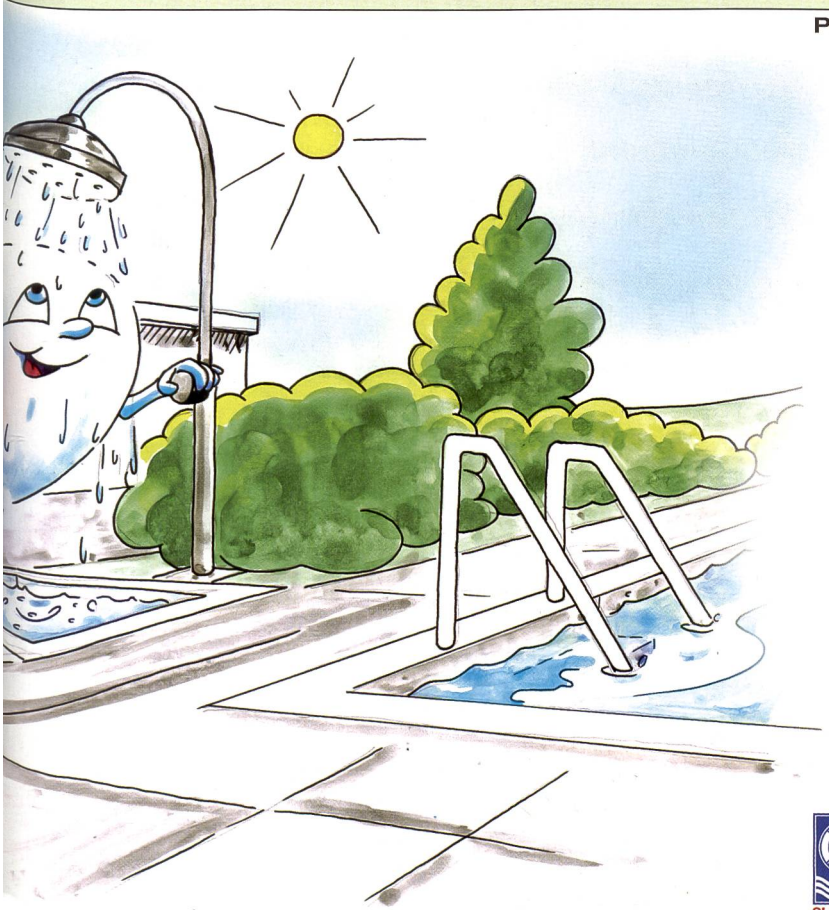
Méthode ludique et interactive

Avec la joyeuse complicité de la goutte d'eau Pico, les enfants sont sensibilisés aux plaisirs de l'eau mais aussi aux risques qui les guettent dans cet environnement. Le projet a permis de mettre au point une documentation ludique et adaptée aux enfants, notamment un cahier de coloriage. De plus, les enfants sont incités à relater à la maison ce qu'ils ont entendu et appris. Le projet déploie ainsi ses effets au-delà du groupe cible proprement dit. Une brochure avec les principales règles de comportement est remise aux parents et autres personnes chargées de la surveillance des enfants. La phase pilote a mis en évidence l'enthousiasme avec lequel les enfants s'impliquent dans ce projet. //

› *Contact: Anita Moser, responsable du projet, a.moser@slrg.ch*
Prisca Wolfensberger, responsable SSS des relations avec les médias, p.wolfensberger@slrg.ch
Internet: www.leau-et-moi.ch

Les 10 messages aquatiques

Protection solaire: Je me mets de la crème solaire une demi-heure avant et à midi je reste à l'ombre.
Dire où je suis: Je dis à la personne qui m'accompagne où je vais.
Manger et boire: Je fais attention au repas et à la boisson.
Prendre une douche: Je vais aux toilettes avant d'aller dans l'eau. Je me rafraîchis en prenant une douche avant d'aller dans l'eau.
L'eau jusqu'au ventre: Je reste dans l'eau au niveau du ventre jusqu'à ce que je sache bien nager. Si je sais bien nager, je me fais accompagner sur les longues distances.
Laisser mon jouet partir: Je reste au bord de l'eau, même si mon jouet préféré est tombé dans l'eau et se fait emporter par le courant.
Matériel de sauvetage: Le matériel de sauvetage est très important, il n'est à utiliser qu'en cas d'urgence! C'est bien de regarder où il se trouve.
Appeler au secours en cas de besoin: J'appelle au secours, mais uniquement en cas de besoin.
Regarder où je saute: Je saute dans l'eau que si je connais l'endroit et si je ne mets personne en danger.
Se sécher: Je quitte l'eau quand j'ai froid. Après la baignade, je m'essuie. //



La leçon H_2O

▶ **Sécurité //** Il n'y a ni limite d'âge ni permis spécial pour les nageurs. D'où une priorité absolue: savoir bien nager. Connaître la profondeur de l'eau, sa température ou la vitesse du courant sont d'autres éléments importants au regard de la prévention.

Après les accidents de la circulation, la noyage est la cause de décès la plus fréquente chez les enfants de moins de 16 ans, ce que confirme d'ailleurs René Mathys, du Bureau de prévention des accidents bpa. Si le bpa a travaillé en étroite collaboration avec la SSS pour le projet «L'eau et moi», cette coopération ne se limite pas à ce projet. Les deux institutions ont des objectifs communs pour lutter contre les accidents dans et autour de l'eau.

La prévention fait école

Pour René Mathys, «savoir nager, s'entraîner à la nage, mais aussi évaluer correctement les dangers sont, notamment pour les enfants d'âge préscolaire, des conditions essentielles pour éviter les accidents de noyade. Et pas seulement à la piscine! C'est surtout en eau vive qu'il faut sensibiliser les enfants et les adolescents aux risques.» C'est pourquoi le bpa, en association avec la SSS et l'Office fédéral du sport (OFSPO), a élaboré un «Safety Tool» constitué d'informations et de feuilles didactiques. René Mathys: «En amenant les enfants et les adolescents à résoudre diverses tâches – mesurer la température, la profondeur de l'eau et la vitesse du courant – et à exécuter un certain nombre de mouvements sur un parcours dans et autour de l'eau, nous pourrons réunir des expériences précieuses qui contribueront à la sécurité et à la prévention des accidents.» //

› *Sources d'infos*
Safety Tool «Baignade»
Notice d'information «Dans l'eau»
Cette documentation élaborée par le bpa en collaboration avec la SSS et l'OFSPO est disponible à la Boutique du bpa (shop.bfu.ch) ou à l'adresse suivante:
Bureau suisse de prévention des accidents bpa
Laupenstrasse 11, 3008 Berne, tél. 031 390 22 22,
www.bfu.ch, www.bpa.ch

Goutte-à-goutte salvateur

▶ **Mise en pratique //** Une année d'intenses préparatifs a précédé le lancement du projet «L'eau et moi». Puis la goutte d'eau Pico et son équipe ont rendu visite à différents jardins d'enfants afin de tester le projet sur le terrain.

Il est un peu plus de neuf heures du matin. Les petits pensionnaires du jardin d'enfants de Nürensdorf, près de Winterthour, attendent avec impatience le début de leur leçon sur l'eau. Dans l'histoire de la joyeuse goutte d'eau Pico qui va suivre, les enfants apprendront, sous forme de dix messages, comment se comporter dans et au bord de l'eau. Attentifs, ils observent tout ce à quoi Pico prête attention dans la piscine qu'il fréquente. Chaque message est assorti d'une image illustrant la règle en question. Après une pause, les enfants ont l'occasion de se familiariser de façon ludique avec divers équipements de sauvetage. Le cahier de coloriage qui leur est distribué à la fin de la leçon reprend ce qu'ils ont entendu et vécu; il leur servira, avec la brochure, de vade-mecum pour se comporter correctement dans et autour de l'eau.

Le bon moment

«Evidemment, j'ai préparé les enfants à la leçon», précise Valérie Gyger, jardinière d'enfants à Nürensdorf. «C'est étonnant de voir avec quelle rapidité ils ont appris et retenu les dix messages. Une semaine plus tard, ils étaient capables d'énumérer ensemble les dix règles de comportement.» Thématiser, répéter, rabâcher ces règles de telle sorte que les enfants se les remémorent in situ – à la piscine ou à la mer –, voilà, pour Valérie Gyger, un premier pas important vers la prévention des accidents de baignade chez les enfants. Et de préciser: «De plus, cette leçon reprend un sujet qui concerne les enfants au quotidien puisque c'est à cet âge que la plupart d'entre eux apprennent à nager. C'est donc le moment opportun pour leur inculquer un comportement correct au contact de l'eau et autour de l'eau».

Effet durable recherché

Les enfants ont été fascinés par le personnage de Pico avec lequel ils étaient censés s'identifier. Ils ont d'ailleurs continué de colorier, dessiner et modeler la sympathique figure plusieurs semaines après sa visite. Valérie Gyger est convaincue que ce projet aura un gros effet préventif: «Le jardin d'enfants présente assez peu d'objectifs concrets à réaliser. Se comporter correctement dans et autour de l'eau, cela devrait être aussi naturel que de se brosser les dents. La leçon sur l'eau, c'est un effort de prévention pour toute la vie.» //

Contact: Valérie Gyger, jardinière d'enfants à Nürensdorf, valerie.gysin@gmx.ch