

20.06.2017 - 10:00 Uhr

Addiction Suisse Baignade et alcool ne font pas bon ménage

Lausanne (ots) -

En été, les lacs et les rivières attirent des milliers de personnes en quête de fraîcheur. Pour les baigneurs et les baigneuses, le risque d'accident augmente sensiblement lorsque l'alcool est de la partie. Le danger est particulièrement marqué pour les adolescents, qui gèrent encore mal leur consommation d'alcool. Addiction Suisse propose des conseils aux parents pour limiter les risques.

Un après-midi chaud et ensoleillé au bord de la rivière. Une petite tête dans l'eau, suivie d'un pique-nique convivial agrémenté d'une bière bien fraîche, puis encore un plongeon en toute insouciance et une nouvelle gorgée de bière. Heureusement, dans la plupart des cas, ces journées se terminent bien. Mais parfois, c'est le drame : chaque année, une cinquantaine de personnes se noient en Suisse. Ces accidents mortels surviennent le plus souvent dans les lacs et les rivières, les victimes étant principalement de jeunes hommes. L'alcool joue un rôle dans bien des cas. Il est établi que, même en petite quantité, il altère la capacité de réaction et augmente le risque d'accident dans l'eau. L'une des règles énoncées dans les six maximes de la baignade de la Société suisse de sauvetage (SSS) est d'ailleurs de ne jamais se baigner après avoir consommé de l'alcool ou des drogues.
www.slr.ch/fr/prevention/4x6-maximes/maximes-de-la-baignade.html

Alcool et baignade : fixer des règles claires

Les adolescents aiment se baigner dans les lacs et les rivières. En juin-juillet, ils fêtent souvent la fin de l'année scolaire au bord de l'eau. Ces sorties parfois bien arrosées suscitent l'inquiétude de nombreux parents. Pour protéger leurs enfants, pères et mères peuvent fixer des règles claires, aborder les risques liés à l'alcool et rappeler que la règle de la baignade de la SSS mentionnée plus haut s'applique à tout un chacun. Autres points importants : être attentifs les uns aux autres quand on se baigne et ne pas laisser une personne éméchée sauter dans l'eau.

Réflexes ralentis et hypothermie

Sous l'influence de l'alcool, tous les plans d'eau deviennent plus dangereux. Les rivières présentent des difficultés particulières qui sont déjà élevées pour le nageur qui a la tête froide. Le courant, la basse température de l'eau, les seuils, les tourbillons et les obstacles qui rendent l'accès aux berges malaisé sont souvent sous-estimés. L'alcool augmente la propension à prendre des risques tout en entravant la coordination des mouvements et en ralentissant les réflexes.

Lorsque le taux d'alcool dans le sang est trop élevé, le corps se refroidit également plus vite dans l'eau, ce qui peut provoquer une syncope et, par là même, entraîner la noyade. Addiction Suisse recommande par conséquent de renoncer à l'alcool et aux drogues quand on se baigne.

Comment parler d'alcool avec ses ados ?

Addiction Suisse propose aux parents des guides et des brochures pour les aider à aborder la question avec leurs enfants. En voici quelques exemples :

- Guide « L'alcool - comment en parler avec les ados »

<http://ots.ch/UYFrJ>

- Lettre aux parents n° 5 : « Accorder des libertés, fixer des limites »

<http://ots.ch/iyoZg>

- Lettre aux parents n° 6 : « Prendre des risques : besoin? danger? »

<http://ots.ch/s93gS>

Soutenir les parents dans leur mission éducative est essentiel dans l'optique de la prévention des dépendances. Dans ce domaine, Addiction Suisse dispose d'une expertise unique et propose des conseils, des brochures pour les parents sur les différentes formes de dépendance, des supports pédagogiques pour travailler avec les enfants et des cours pour les professionnels. Les parents dépendants sont également soutenus dans leur rôle éducatif pour que les problèmes de dépendance ne se transmettent pas de génération en génération.

Plus d'informations sur notre site internet www.addictionsuisse.ch

Vous trouverez le présent communiqué de presse sur : www.addictionsuisse.ch/fr/actualites/communiques-de-presse

Suivez-nous aussi sur Twitter : <https://twitter.com/AddictionSuisse>

Contact:

Corine Kibora

Porte-parole

ckibora@addictionsuisse.ch

Tél. : 021 321 29 75

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100000980/100803881> abgerufen werden.