

BONNES PRATIQUES DE BAINNADE

POUR UNE EAU DE BAINNADE DE QUALITÉ :

ÉVITEZ de nourrir les oiseaux aquatiques. Leur présence près des aires de baignade a un impact sur la qualité bactériologique des eaux.

RAMASSEZ tous vos déchets avant de quitter la plage afin d'éviter d'attirer les oiseaux.

METTEZ une couche spécialement conçue pour la baignade à votre bébé et changez-la fréquemment aux endroits prévus à cet effet. Amenez votre jeune enfant à la toilette régulièrement.

ÉVITEZ de vous baigner :

- Si vous avez la diarrhée ou la nausée;
- Si vous souffrez d'une infection contagieuse de la peau ou si vous avez une plaie ouverte.

INFORMEZ le personnel s'il y a un incident ou une anomalie susceptible d'affecter la qualité de l'eau.

POUR UNE BAINNADE SÉCURITAIRE :

BAIGNEZ-VOUS aux endroits surveillés par des sauveteurs et où la qualité de l'eau est régulièrement analysée.

NE VOUS BAIGNEZ PAS dans une zone touchée par des algues bleu-vert.

LAVEZ-VOUS les mains après la baignade et avant de manger.

N'AVALEZ PAS l'eau dans laquelle vous vous baignez. L'eau d'une aire de baignade, même si des analyses démontrent sa qualité, n'est pas potable.

PRENEZ des précautions contre la dermatite du baigneur. Elle se manifeste par de petites plaques rouges qui enflent et par des démangeaisons qui peuvent durer d'une à deux semaines. Il s'agit d'une maladie bénigne qui se guérit généralement d'elle-même.

- En sortant de l'eau, asséchez votre peau en la frottant vigoureusement avec une serviette ou, mieux, prenez une douche sur place ou à votre arrivée à la maison.

INFORMEZ le personnel s'il y a un incident ou une anomalie susceptible d'affecter la santé des baigneurs.

RENSEIGNEZ-VOUS :

Pour connaître la qualité de l'eau de baignade des plages participant au programme Environnement-Plage, consultez les résultats d'analyse sur le site du ministère de l'Environnement, de la Lutte contre les changements climatiques, de la Faune et des Parcs :

www.environnement.gouv.qc.ca/programmes/env-plage/.

Pour en savoir plus sur les problèmes de santé liés aux eaux de baignade, consultez Quebec.ca :

www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/sante-et-environnement/prevenir-les-problemes-de-sante-lies-aux-eaux-de-baignade.