



# CONSIGNES de

# SÉCURITÉS

## 1. Avant chaque sortie : encadrant/es ou rameurs/ses

Faites toujours preuve de jugement, les conditions du lac peuvent se détériorer rapidement.

- Informez-vous des conditions météo liées aux vents et aux risques d'orages (site internet de MétéoSuisse)
- Observez le lac
- Vérifiez votre matériel (le serrage des vis, la coque, les portants, les rames etc..)
- En cas de risque annoncé d'orage ou de rafales de vent : **restez proche du Club** = ramez dans la baie de la Chamberonne ou, au maximum, jusqu'au port des Pierrettes.
- En cas de ligne noire à l'horizon ou de temps menaçant : restez proche du Club = ramez dans la baie de la Chamberonne ou, au maximum, jusqu'au port des Pierrettes.
- En cas de moutons (les vagues formant de l'écume blanche) : **ne sortez pas**.
- Si vous voyez l'eau s'engouffrer par le petit tunnel qui est dans la jetée : **ne sortez pas**
- En cas de fort vent, même sans vagues : **ne sortez pas** = les vents pourraient vous pousser rapidement au large.
- En cas de fortes vagues, même sans vent : **ne sortez pas** = les vagues peuvent remplir votre coque.

## 2. Au cours de la sortie :

- Restez, dans tous les cas, **à moins de 300 m. du bord**
- La ligne droite entre le port du LSA et St-Sulpice est **INTERDITE** : se référer au document affiché au club concernant les sens de direction
- En cas d'orage : **rentrez immédiatement au port** = risque d'électrocution car le carbone est un très bon conducteur
- Si les conditions du lac se détériorent rapidement : **rentrez immédiatement au port**.
- Si on se rend compte qu'il sera difficile ou impossible de rentrer au port, **cherchez une plage pour aborder sans risque**, sécurisez le bateau et rentrez à pieds. Informez-nous par une note ou un message et organisez le rapatriement de l'embarcation.
- Si les feux portuaires clignotants orange sont enclenchés (St-Sulpice, Ouchy) :
  - 40 pulsions/min = avis de prudence
  - **regagnez immédiatement la baie** de la Chamberonne, restez attentif à l'évolution des conditions du lac.
  - 90 pulsions/min = avis de tempête : s'il est impossible de regagner le LSA dans les 5 minutes qui suivent, **obligation de regagner sans tarder la rive la plus proche**, sortir le bateau de l'eau.

## 3. Sécurité sur le lac – soleil

Se protéger contre le soleil est d'une importance extrême pour les sports aquatique (casquette, crème solaire d'un facteur > 20). Rappelons que la pratique d'aviron à torse nu est à bannir. Non seulement ceci serait dangereux (surchauffe du corps, hydrocution), ceci nuirait également à l'image de notre club.

- **Respectez les sens de navigation** : se référer au document affiché au club concernant les sens de direction. à pour rappel : TOUS les rameurs d'un bateau sont responsables de la direction. Tous les rameurs ont le devoir de signaler au reste du bateau une mauvaise trajectoire (ce n'est pas que le barreur ou le rameur de pointe qui doit s'occuper de la direction !). En cas de collision, l'ensemble des rameurs présents sur bateau est responsable.



#### 4. En cas de chavirage

- **Ne vous éloignez en aucun cas du bateau !**
- **Essayez de remonter sur le bateau** et rejoignez la rive la plus proche.
- S'il est impossible de remonter sur le bateau :
- Si la température de l'eau le permet : **accrochez-vous à la coque**, appelez à l'aide en nageant avec le bateau en direction du rivage,
- Si la température de l'eau est basse, en hiver par exemple **se mettre à califourchon sur la coque et appeler de l'aide.**



Nous vous rappelons que les rameurs possédant la clé du club et utilisant les embarcations du club en dehors des sorties officielles, rament sous leur seule et unique responsabilité. Les entraîneurs et encadrants du club ne sont, en aucun cas, responsables de leur sécurité et n'ont pas l'équipement adéquat pour effectuer des sauvetages sur un lac agité.

**En cas de danger, composez le 117**

**Le seul moyen d'obtenir l'aide attendue !**

De manière plus générale, suite à un incident et une fois le danger écarté, mettez votre embarcation en lieu sûr et contactez un membre du comité afin d'annoncer les dégâts et, éventuellement, organiser le

### IMPORTANT !

Lors d'un chavirage, ces consignes sont à respecter impérativement :

- rester calme,
- vérifier que tout le monde a refait surface, en particulier le barreur,
- rester accroché au bateau ou aux avirons,
- garder la poitrine hors de l'eau,
- ne pas tenter de partir à la nage même si on est bon nageur,
- ne quitter son embarcation qu'en cas de danger pressant (dérive vers un barrage, un pont, une péniche...).

**CHAVIRER EST DANGEREUX UNIQUEMENT EN EAU FROIDE ET SI LE BAS DES CALE-PIEDS N'EST PAS ATTACHÉ AU BATEAU. CONTRÔLEZ LES CHAUSSURES ET LES CALE-PIEDS AVANT LA SORTIE**