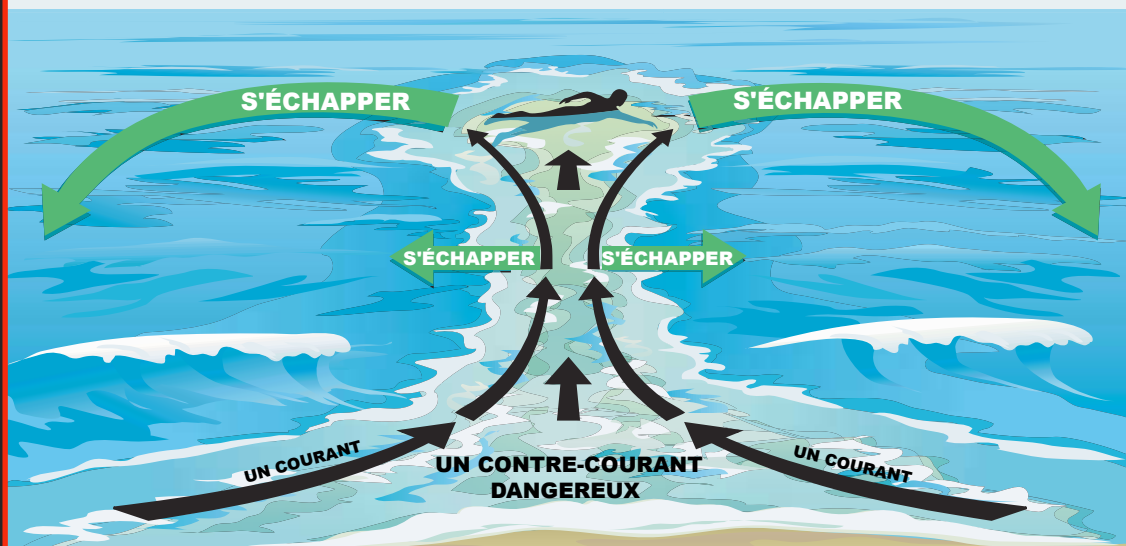


LES CONTRE-COURANTS

Cassez la prise des contre-courants dangereux!



Des contre-courants sont des courants d'eau puissants qui s'éloignent du rivage.
Ces contre-courants ont la puissance d'entraîner même
le nageur le plus fort sous l'eau et au profond de la mer.

SI VOUS ÊTES PRIS DANS UN CONTRE-COURANT DANGEREUX

- ◆ Ne luttez pas contre le contre-courant puissant
- ◆ Nagez en vous éloignant du contre-courant, jusqu'à temps que vous vous rendrez au bord de l'eau
- ◆ Si vous n'êtes pas capable de vous échapper du contre-courant, flotez ou faites du sur-place
- ◆ Si vous avez besoin d'assistance, criez fort, et faites signe avec vos mains

LA SÉCURITÉ

- ◆ Sachez nager
- ◆ Nager jamais seul
- ◆ Si vous êtes en doute, nager pas

Pour plus information:

www.ripcurrents.noaa.gov
www.usla.org

