Aide-mémoire – Matériel pour resp. activité Aquatique

Afin de vous faciliter la préparation de votre sac de responsable d'activité aquatique, nous vous proposons ici une « checklist » type pour la personne responsable d'une activité aquatique. Cette liste a une visée indicative et doit être adaptée en fonction de votre activité (saison, milieu, groupe).

Sur vous

- Téléphone, dans un étui étanche
- Équipement personnel adapté à l'activité et à la température (néoprène…)
- Év. équipement personnel de sécurité (gilet de flottaison…)
- Equipement pour assurer la sécurité du groupe
- (pex. sac à lancer, restube lifeguard /ceinture australienne, cube à lancer…)

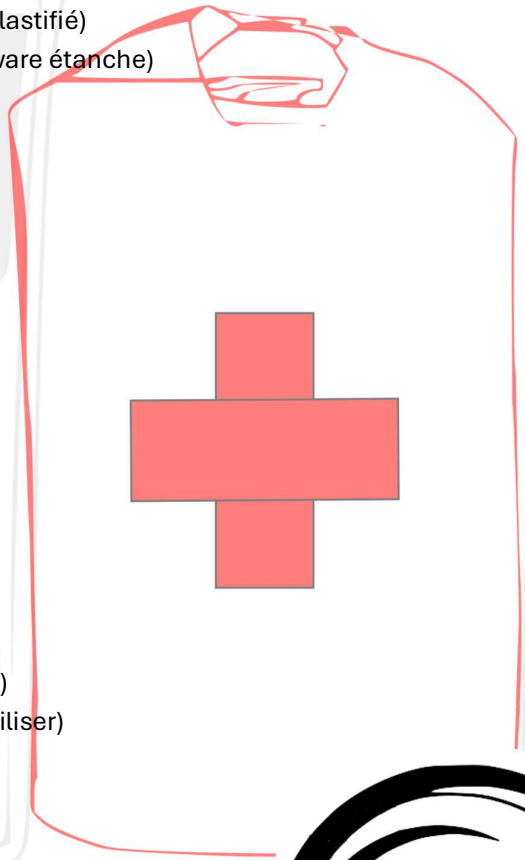
Sac à dos (éventuellement sac étanche) :

Dans tous les cas

- Thermos de thé
- Réserve d'eau potable (idéalement 1,5 lt)
- Crème solaire
- Ruban adhésif (résistant à l'eau ex. Panzertape)
- Anti-moustique (Antibrumm forte)
- Concept de sécurité y.c. numéros d'urgences (év. plastifié)
- **Pharmacie** (dans un Sac étanche séparé / Tupperware étanche)

  Dans tous les cas dans la pharmacie
  - Couverture de survie
  - Ciseaux
  - Pansements imperméables
  - Désinfectant (ex. Spray Merfen)
  - Gazes
  - Bandages
  - Bandes élastiques
  - Mefix (scotch médical de fixation)
  - Glucose (sucre de raisin)

  Éventuellement en plus dans la pharmacie
  - PocketMask (pour la réanimation)
  - Analgésiques : dafalgan / irfen *
  - Crème pour piqures : Parapic/Fenistil *
  - Perskindol/Voltaren *
  - Comprimés de charbon /immodium * (diarrhée)
  - Attelle rapide style Samsplint (si vous savez l'utiliser)
  - Protections menstruelles
  - Poudre pour boisson isotonique (gatorade)



Éventuellement également dans le sac

- Sac poubelle
- Ficelle
- Mouchoirs / PQ
- Thermomètre (température de l'eau)
- Anémomètre (force du vent)

* Nous vous rappelons que l'accord des représentants légaux doit être demandé pour que donner des médicaments à des enfants