

Si vous exercez un sport nautique dans le secteur d'eau douce du fleuve Saint-Laurent, entre les lacs Saint-François et Saint-Louis, ce dépliant s'adresse à vous.

En le consultant, vous pourrez profiter au maximum de la baignade ou de votre sport nautique préféré, en toute sécurité.

UNE "COTE" C'EST QUOI ?

Le ministère de l'Environnement et de la Faune (MEF) surveille la qualité de l'eau (présence de bactéries fécales) de certaines plages publiques et leur donne une cote:

- A** = excellente
- B** = bonne qualité
- C** = médiocre
- D** = eau polluée

Une plage doit être fermée si les tests démontrent que l'eau y est polluée (cote **D**)

Il appartient ensuite au propriétaire de la plage de faire effectuer des analyses. Lorsque la qualité de l'eau revenue à la normale, la plage peut être réouverte au public.

Une fois l'eau est cotée **C**, la baignade est permise mais évitez:

- d'avalier de l'eau;
- de mettre la tête sous l'eau;
- de laisser les enfants trop longtemps dans l'eau.

CE N'EST PAS UNE PLAGE PUBLIQUE, QUE FAIRE ?

Une eau claire, sans algues ni poissons morts, n'est pas nécessairement un gage de bonne qualité d'eau.

Avant de vous baigner dans tout autre endroit:

- vérifiez la présence de bouches d'égout;
- vérifiez la présence de goélands. Leurs excréments peuvent dégrader la qualité de l'eau;
- vérifiez la profondeur de l'eau;
- vérifiez la présence de moules zébrées, petites moules qui peuvent causer des coupures fines;
- vérifiez la présence de canards (voir dermatite des nageurs).

Pour des raisons de santé et de sécurité, nous vous conseillons de vous baigner aux plages publiques reconnues.

L'EAU EST POLLUÉE. QUE PEUT-IL VOUS ARRIVER ?



Une eau polluée ou de qualité médiocre peut causer des infections, particulièrement chez les enfants et les personnes âgées.

L'eau contaminée par des virus, des bactéries et/ou des champignons peut causer :

- des gastro-entérites ;
- des maladies de peau ;
- des otites externes (infections des oreilles) ;
- des conjonctivites (infections des yeux).



DERMATITE DES NAGEURS

À la fin juin et à la mi-juillet, on peut rencontrer des parasites (cercaires) amenés principalement par les canards.

Il s'agit d'un parasite qui pénètre la peau où il meurt immédiatement. Il provoque des boutons et des démangeaisons intenses sur tout le corps.

Cette infection dure de 10 à 15 jours. De petits points rouges apparaissent sur la peau et se transforment en petites cloches d'eau.

Pour la prévenir :

ne pas demeurer dans l'eau plus de 10 minutes à la fois; s'assécher la peau avec une serviette en frottant pour enlever toute larve qui pourrait s'y trouver;

si vous avez quand même des démangeaisons, consultez votre médecin et avisez la Direction de santé publique (DSP) de la région.

INFORMATIONS PRÉVENTIVES :

- 1 La qualité de l'eau varie beaucoup d'un endroit à l'autre, selon les moments de la journée, la chaleur, les précipitations et les vents ;
- 2 Si vous avez des plaies ou des brûlures, ne vous baignez pas;
- 3 Enlevez votre combinaison isotherme et **douchez-vous** après votre activité nautique ;
- 4 Vous n'êtes pas à l'abri des problèmes ou des infections même si vous vous baignez au même endroit depuis plusieurs années. Rappelez-vous la règle numéro 1.
- 5 En dehors des plages publiques, ne prenez pas pour acquis que la qualité de l'eau est bonne parce que vous y voyez des baigneurs ;
- 6 Les goélands peuvent contaminer une eau par leurs excréments. **Ne les nourrissez pas...**

Ce dépliant a été produit par :

le **Comité ZIP du Haut Saint-Laurent** en collaboration avec la **Direction de Santé Publique (DSP) de la Montérégie** et le **ministère de l'Environnement et de la Faune (MEF) du Québec**

grâce à une contribution financière de : **SLV 2000 - volet santé**

Numéros de téléphones utiles :

Comité ZIP du Haut Saint-Laurent
(514) 371-2492
Direction de Santé Publique (DSP) de la Montérégie
(514) 928-6777

Pour toute information concernant les plages publiques du Québec vérifiées par le programme Environnement-Plage du MEF, appelez au : **1-800-561-1616**

S'amuser en Santé

Conseils aux utilisateurs du fleuve Saint-Laurent

