

## Thermorégulation chez le bébé

- Immaturité: peau fine, très vascularisée, pas de graisse stockée.
- Le bébé plongé dans une eau  $< 32^{\circ}$  perd de la chaleur (1 degré) toutes les 10 mn en t° externe.
- Risque d'hypothermie élevé.
- Grande variabilité d'un sujet à l'autre.

## Règlement

### Pour les adultes

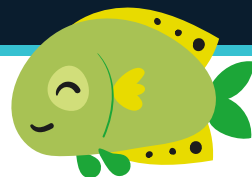
- Les shorts et caleçons sont strictement interdits.
- Les personnes portant les cheveux longs doivent les attacher ou mettre un bonnet.

## Bébé Nageur

A partir de 6 mois

Tous les samedis de 10h00 à 11h15  
hormis pendant les vacances scolaires





## Conditions d'encadrement

Présence parentale obligatoire : mère et/ou père.

## Aspects médicaux

- Vaccins à jours
- Les contres indications à l'activité :

**Absolues** : cardiopathies, otites chroniques (*tympan ouvert ou avec drains*).

**Relatives** : épilepsie.

**Temporaires** : états fébriles, rhume, rhino pharyngite, conjonctivite, angine, otite, bronchite, gastroentérite...

**Infections cutanées** : plaie, impétigo, mycose, furoncle, verrues, molluscum, eczéma, herpès labial...

**Maladies infantiles**: rougeole, varicelle, rubéole...

**Parasites** : poux...



## Prévention 1

- Douche obligatoire avec savonnage (*baignoire bébé dans les vestiaires réservés aux nourissons*),
- Une couche/maillot jetable spécial piscine est obligatoire pour les tout-petits qui ne sont pas encore propres
- Interdiction de manger au bord du bassin.

## Proposition de durée de bain

	De 6 à 8 mois	De 8 à 18 mois	De 18 mois et 2 ans	de 2 à 4 ans
31°/32°	10 à 15 min	1/2h	1/2h à 3/4h	3/4h à 1h

## Prévention 2

Alimentation: constituer les réserves avant le bain et les reconstituer après (*petite compote 10 minutes après la sortie...*).

**A prévoir** : *Serviette ou peignoir, dès la sortie de l'eau.*

## Tarifs

- A la séance : 11,65 €
- 10 séances : 92,40 €
- 20 séances : 150,15 €

**Validité** : du 1<sup>er</sup> septembre 2022 au 30 juin 2023



## Déroulement d'une séance

Le bassin est organisé en petits ateliers et parcours ludiques, desquels découlent différents exercices comme entrer dans l'eau, flotter, rester en équilibre, sauter dans l'eau, respirer, faire l'étoile, se déplacer, aller sous l'eau ou encore appréhender le volume.

En plus des exercices, des jeux sont proposés aux enfants qui donnent un côté ludique à l'activité : frites géantes, ballons, tobogans ou planches, les enfants auront l'embarras du choix !

En plus de familiariser votre bambin au milieu aquatique, les séances favorisent sa sociabilité, car il sera amené à jouer avec d'autres enfants.

## Signes de refroidissement

- Bleuissement des extrémités (*ex: les lèvres*), pâleur,
- Pleurs, frissons, tremblements (*chair de poule*),
- Irritabilité,
- Repli sur soi,
- Fatigue, somolence.

