



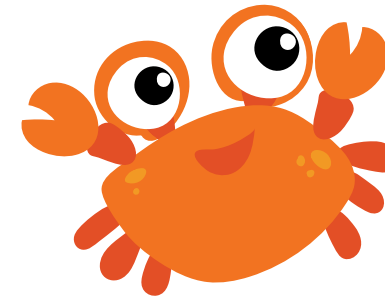
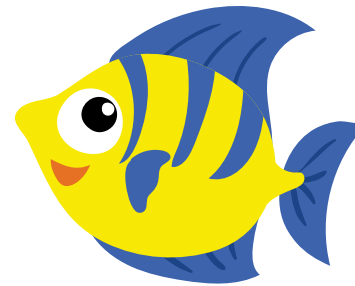
## Thermorégulation chez le bébé

- 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.

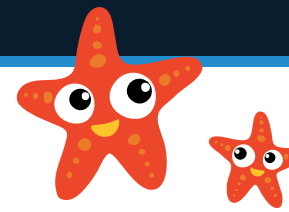
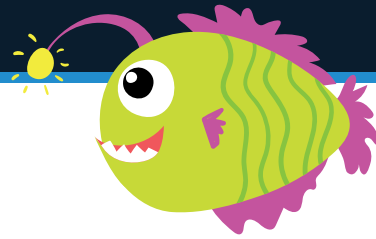


## Bébé Nageur

Saison 2026-2027  
de 6 mois à 4 ans

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





## Conditions d'encadrement

Présence parentale obligatoire :  
2 adultes maximum par enfant.

## 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 nourrissons),

- 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 (applicables à partir du 1<sup>er</sup> juillet 2026)

- A la séance : 13,10 €

- 10 séances : 104,30 €

- 20 séances : 169,50 € (Possibilité de paiement en 3 fois pour les 20 séances)



## Déroulement d'une séance

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

Les enfants évoluent à leurs rythmes avec leurs parents. Le maître-nageurs présent est à leur disposition pour les accompagner en fonction des envies de chacun.

Des jeux sont proposés aux enfants qui donnent un côté ludique à l'activité : frites géantes, ballons, toboggans 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, somnolence.



**Séances sur réservation, renseignements à l'accueil**