



## EAU LIBRE- NAGE EN MILIEU NATUREL RECOMMANDATIONS POUR UN NAGEUR ÉCO RESPONSABLE

**La fédération française de natation est directement concernée et particulièrement sensible au développement durable. Elle s'engage et mobilise son réseau pour le respect de la biodiversité et appelle à un engagement volontaire et actif de chacun, licenciés et pratiquants de la nage en milieux naturels.**

**Vous pouvez agir en faveur de la biodiversité et des ressources naturelles, en montrant l'exemple des bons gestes, et en veillant au respect des espaces de pratiques. Vous pouvez avoir un impact sur la protection de nos eaux et de nos ressources naturelles. Vous êtes des observateurs privilégiés des sites naturels.**

**Nous souhaitons valoriser et partager nos bonnes pratiques, celles de la fédération, et de ses clubs affiliés, sur l'ensemble des territoires, afin d'inviter l'ensemble des pratiquants et dirigeants à encore plus d'éco-responsabilité.**

### LE NAGEUR ÉCO-RESPONSABLE

#### PROTECTION - ENVIRONNEMENT

- Respecte l'environnement, les autres et lui-même
- Participe à la gestion durable des sites naturels de pratiques
- Adopte des habitudes respectueuses de l'environnement
- Ne récolte rien et respecte les espèces animales et végétales des sites naturels de pratiques
- Occupe un rôle d'observateur et de signalement auprès des responsables du site naturel
- Participe à des opérations de nettoyage des plages ou des plans d'eau
- Participe à des opérations de protection de la nature
- Planifie ses sorties en cohérence avec une démarche dite durable

#### RESPECT - ENVIRONNEMENT

- Est un acteur engagé et exemplaire de la propreté des espaces naturels
- Ne laisse aucune trace de son passage sur le site de pratique
- Trie en utilisant les poubelles de recyclages sur le site ou emporte ses déchets
- Utilise des sacs réutilisables, compostables et recyclables
- Limite la pollution de l'eau
- Lave son maillot et ses équipements avant et après sa sortie en milieu naturel



## EAU LIBRE- NAGE EN MILIEU NATUREL RECOMMANDATIONS POUR UN NAGEUR ÉCO RESPONSABLE

### CITOYENNETE - SECURITE

- S'assure de l'autorisation, de la sécurité et des règles générales du site de pratique
- Respecte les règlements du site et ne sort pas des parcours balisés ou zones de baignades
- Privilégie une zone de nage autorisée et surveillée
- S'équipe d'une bouée individuelle de sécurité de nage en eau libre
- Porte assistance à toutes personnes en danger en respect de ses propres capacités
- Ne nage pas de nuit ou à la tombée de la nuit
- Ne met ni lui, ni les autres pas en danger
- Ne nage jamais seul et prévient au moins une personne de son parcours

### EDUCATION - INSPIRATION

- Sensibilise son entourage aux enjeux du développement durable et de préservation de la biodiversité
- Partage ses connaissances pour améliorer l'empreinte écologique d'un site ou d'un espace de pratique avec les responsables des lieux
- Partage ses connaissances pour améliorer l'empreinte écologique d'une manifestation sportive avec les organisateurs
- Est respectueux des autres usagers du site et encourage la découverte de son activité
- Est respectueux du milieu et fait le moins de bruit possible pour ne pas déranger la vie animale (notamment les différentes espèces d'oiseaux)

### MOBILITE- CONSOMMATION

- Se déplace en privilégiant les modes actifs de déplacement ou opte pour des mobilités douces ou le co-voiturage
- Privilégie l'utilisation de matériaux naturels et recyclables pour ses sorties (maillot, lycra, combinaison, lunettes, bonnet de couleur vive, pull-buoy)
- Utilise du matériel répondant à des normes de respect de l'environnement
- Privilégie la crème solaire bio et éco responsable ou un lycra afin de préserver la vie sous-marine
- Utilise une bouteille d'eau durable et réutilisable (sans BPA, ou mieux encore, en acier inoxydable)

### PLAISIR

- Prend plaisir à nager dans un environnement naturel et à le préserver
- Prend plaisir à partager sa passion en la famille dans des zones surveillées et adaptées à chacun
- Prend soin de lui et prend soin de la nature