

Résumé

La fatigue à bord est un sujet qui attire progressivement l'attention dans le secteur maritime du fait des nombreux accidents à bord, collisions, échouages ou pollutions provoqués par l'homme : il a été prouvé que la fatigue en est une cause principale. Ces travaux de recherche tentent d'établir des mesures de prévention contre cette fatigue, à destination des marins aspirants dans une école supérieure maritime en Belgique (ESNA, école Supérieure de Navigation d'Anvers). Cette recherche propose d'étudier les effets de cette prévention sur un groupe d'étudiant lors d'un stage en mer. Elle consiste en un atelier qui approfondit les connaissances apprises durant leurs études, comme les bienfaits et les effets néfastes dus au manque de sommeil. L'atelier leur apporte également des conseils pour améliorer la qualité et la quantité de leur sommeil. À l'origine, cette expérience allait être effectuée durant le stage des étudiants de première année de cette école, sur le Dar Młodzieży. La collecte des informations était planifiée à travers des journaux et des questionnaires. Cependant, avec la crise sanitaire actuelle, l'expérience n'a pas pu être réalisée. L'atelier initial a pu cependant avoir lieu et un questionnaire modifié a été envoyé aux participants volontaires pour récolter des informations. Les résultats, bien que minimes, donnent de l'espoir et suggère une réutilisation des mêmes mesures de prévention effectuées.