

Avec l'enfant Vivons la Sécurité

Prévention des accidents
de la vie courante



l'Assurance Maladie
sécurité sociale





Prenons les devants

Si certains petits accidents font partie de la vie de l'enfant et de son apprentissage du risque, d'autres, plus graves, peuvent et doivent absolument être évités.

C'est possible, comment ?

Par une meilleure réglementation dans tous les domaines : sécurité routière, sécurité des produits, aménagement du logement et des lieux de vie, etc.

Par des gestes ou des mesures pratiques simples, que les adultes doivent connaître et que les enfants peuvent apprendre.

L'accident sera plus facilement évité si vous avez une bonne connaissance du développement de votre enfant et si vous lui expliquez, de façon claire et adaptée à son âge, les risques qu'il court et la manière de les surmonter. Pour le tout-petit, il s'agit, bien sûr, de le surveiller étroitement, puis, peu à peu, de l'aider à faire des progrès, de l'accompagner dans sa découverte du monde...

Vous trouverez dans les pages qui suivent des points de repère pour mieux comprendre les risques spécifiques qu'entraîne chaque étape du développement de votre enfant et des conseils pratiques de prévention. Chaque enfant grandit et progresse à son rythme. Il n'y a donc pas d'âge précis pour le laisser faire ceci ou cela : ce qui importe, c'est de tenir compte de l'évolution des connaissances et des capacités de chaque enfant.

N'hésitez pas à demander conseil à votre médecin, à une puéricultrice, à votre pharmacien...

Notre but est de vous encourager à penser que c'est avec l'enfant que vous pourrez éloigner le risque, le maîtriser, apprendre et vivre la sécurité. Votre capacité d'écoute et votre vigilance constituent la meilleure des préventions.

0
mois
3

3
mois
9

9
mois
12

12
mois
18

18
mois
24

2
ans
3

3
ans
4

4
ans
5

6
ans

à tous
les âges



dès la naissance



**Il vient de naître.
Bientôt ses premiers sourires,
ses premiers “areuh”.**

**Nous sommes entièrement responsables
de sa sécurité.**



Comment coucher votre enfant ?

Méfiez-vous des literies trop grandes et choisissez un matelas ferme aux dimensions exactes du berceau. Couchez votre enfant sur le dos et non sur le ventre. Dans la chambre, la température idéale est de **19°C**. Utilisez une turbulette. Ne bordez jamais le nourrisson car il s'enfoncerait en dormant et risquerait de s'étouffer. N'utilisez jamais d'oreiller. La couette ne convient pas au-dessous de 36 mois.

Pensez à coucher votre enfant sur le dos : il respirera mieux.



Si vous choisissez un lit à barreaux ou comportant des espaces horizontaux (à la tête, au pied du berceau ou au niveau du sommier), vérifiez que l'écartement est suffisamment étroit pour empêcher que votre enfant ne se coince la tête (norme européenne : l'espace entre les barreaux doit être compris entre 45 et 65 mm).

Attention également aux sièges multifonctions qui ne doivent pas être posés sur les chariots de supermarché.

Aucun animal ne doit rester dans la chambre où dort le nourrisson : il pourrait se coucher dans le berceau près de son visage et l'étouffer. Pour les mêmes raisons, enlevez toute grosse peluche du lit. Evitez tout collier, chaîne ou cordelette avec sucette qui risquent d'étrangler l'enfant pendant son sommeil. Il ne doit jamais pouvoir atteindre un mobile au-dessus de son berceau.

Posez le transat, le couffin ou le pèse-bébé à terre, jamais sur un meuble : à force de mouvements, votre enfant (ou un autre enfant) pourrait le faire glisser jusqu'au bord... et ce serait la chute.

Tenez toujours le couffin avec les deux mains pour éviter qu'une poignée ne vous échappe.



La voiture

Si vous entreprenez un voyage, **prévoyez un biberon d'eau** et proposez régulièrement à boire à l'enfant. Les pare-soleil latéraux peuvent être utiles pendant un long voyage. S'ils sont munis de ventouses, vérifiez qu'elles sont solidement fixées pour éviter tout risque d'absorption par l'enfant.

Ne laissez jamais un enfant seul dans une voiture. S'il fait chaud, très vite, il peut souffrir d'hyperthermie et de déshydratation. Les conséquences en sont graves, parfois mortelles.

Ne tenez jamais votre enfant sur vos genoux car, en cas de freinage brusque et surtout en cas de choc, il serait propulsé avec une telle violence qu'il vous serait impossible de le retenir. **Pour protéger votre enfant des chocs, utilisez un siège coque "dos à la route"**, que l'on place à l'avant ou à l'arrière de la voiture. Il s'installe aisément à l'aide de la ceinture de sécurité. On peut aussi utiliser une nacelle placée transversalement sur la banquette arrière, à condition que votre enfant soit correctement attaché sur le dos avec son harnais à cinq points ou des systèmes d'attaches avec velcro efficaces (norme puériculture).

Attention !

N'installez pas un siège "dos à la route" sur le siège avant droit d'un véhicule équipé à cette place d'un airbag (sac gonflable).



Le biberon

Pour vérifier que le lait n'est pas trop chaud, il suffit de faire couler quelques gouttes sur l'avant-bras.

La température du verre est parfois trompeuse, surtout si le biberon a été chauffé au four à micro-ondes.

Agitez le biberon avant de tester la température du lait.



Le bain

Le bain est un moment de détente, un instant d'échanges et de jeux avec l'enfant. **Prenez l'habitude de bien veiller à la température de l'eau** : les brûlures peuvent être très graves. Faites toujours couler l'eau froide avant l'eau chaude, puis faites couler encore l'eau froide un bref instant pour refroidir le robinet. Les articles de bain pour nourrisson (anneau, transat, coque plastique) permettent de ne pas avoir à tenir votre enfant pendant le bain, pour le laver ou jouer avec lui, mais ce ne sont pas des articles de sécurité. **En aucun cas ils ne vous autorisent à vous absenter, même un court instant.**

Ne vous fiez pas à votre main habituée à de hautes températures.

Utilisez toujours un thermomètre de bain.



37°

à partir de 3 mois



Votre enfant va commencer à rouler sur le côté pour passer de la position sur le dos à celle sur le ventre, ou inversement.

Il peut donc tomber de sa table à langer, du pèse-bébé, du lit de ses parents, du canapé.

**Ne vous laissez pas surprendre.
Restez toujours près de lui et gardez une main sur lui pour le maintenir.**



Le bain

Votre enfant apprend à se tenir assis.

Il tient assis dans sa baignoire ; c'est très bien, **mais ne le laissez jamais seul** (ou avec un autre enfant plus grand), même pour ouvrir la porte ou répondre au téléphone.

On pense n'en avoir que pour quelques instants, mais l'enfant peut se noyer en quelques minutes, même dans 30 centimètres d'eau, en voulant se mettre debout.

Les dispositifs de bain pour nourrisson (les sièges de bain, par exemple) améliorent le confort de l'enfant ; ce ne sont en aucune façon des articles de sécurité. Vous devez rester à ses côtés en permanence.



Le moment du bain nécessite une attention particulière. Placez votre main sous la tête de votre enfant, afin de bien maintenir celle-ci hors de l'eau. Ne le laissez jamais seul, même pour répondre au téléphone.



Attention, ne vous laissez pas surprendre par les cabrioles de votre enfant. Restez toujours près de lui.



Les objets

Votre enfant tend la main vers un objet qu'on lui présente ; progressivement il va pouvoir s'en saisir volontairement, puis le porter à sa bouche.

Prenez l'habitude, dès le plus jeune âge de votre enfant, de **ranger dans un endroit qu'il ne peut atteindre** tout objet coupant, pointu ou brûlant, tout produit toxique, médicament, objet ou aliment dangereux (grains de raisin, etc.) qu'il pourrait avaler.

Attention aux chutes de la chaise haute. Lorsque l'enfant est de petit gabarit et qu'il sait marcher très précocement (9 mois), mettez-lui un harnais de contention thoracique en plus de la ceinture ventrale et de l'entrejambe.



La voiture

Pour les déplacements, on utilise un siège-auto “dos à la route” ou une nacelle.

Choisissez un siège homologué qui sera placé à l'arrière ou à l'avant (s'il n'y a pas d'airbag passager) et attaché latéralement, soit aux points d'ancrage de la ceinture de sécurité, soit directement à celle-ci.

Utilisez toutes les sangles prévues sur le siège pour attacher votre enfant. Pour choisir le meilleur modèle, demandez conseil dans un magasin spécialisé.

La nacelle est surtout utile pour les longs trajets et pour les enfants fragiles, ex-prématurés et petits poids de naissance.

En voiture, utilisez de préférence un siège coque. Placez-le à l'avant ou à l'arrière de la voiture. Il se fixe aisément à l'aide de la ceinture de sécurité.



à partir de 9 mois



Votre enfant peut saisir toute sorte d'objets accessibles et les porter à sa bouche.

Veillez à ce qu'il ne s'appuie pas contre un radiateur, il pourrait se brûler.

En haut des escaliers, installez des barrières de sécurité (en vente au rayon puériculture).



Les dangers

Certains enfants marchent à quatre pattes. Bien vite, ils cherchent à se redresser.

Veillez à ce qu'ils n'aient pas de minuscules jouets ou objets à leur portée, comme par exemple les piles boutons ou micropiles. Ils risquent de les absorber accidentellement, ce qui peut entraîner une attaque de la paroi digestive provoquant des brûlures caustiques, puis une perforation digestive.

Il existe des jouets spécifiques pour les moins de 36 mois.

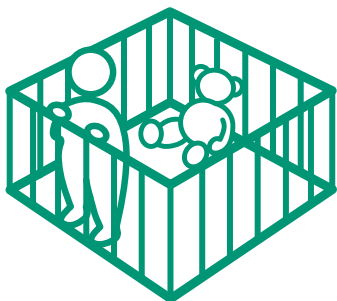
Pensez à protéger vos coins de table.

Attention aussi aux médicaments : ils doivent être rangés dans une armoire à pharmacie fermée à clé – même ceux que l'on prend tous les jours. La même précaution est à prendre pour les cosmétiques (eaux de toilette, parfums, etc.).

Certaines plantes, tel le *Diffenbacchia picta*, peuvent provoquer des intoxications ou des allergies. Vérifiez la non-toxicité des plantes d'intérieur ou de jardin auprès d'un fleuriste.

Pour éviter quelques bosses à votre enfant, équipez vos tables basses de protections en plastique conçues à cet effet.





Le parc permet à l'enfant de se hisser debout, mais ne le laissez pas trop longtemps dans cet espace clos...

Il veut aussi élargir son environnement et découvrir d'autres choses.

9
mois
12



L'électricité

L'enfant acquiert la notion de profondeur et s'intéresse aux trous, aux rainures.

Pour éviter de graves brûlures, faites installer des prises électriques à éclipse, dont les orifices sont fermés en permanence (obligatoires dans les logements neufs ou rénovés depuis avril 1991). Seule l'introduction simultanée des deux broches d'une fiche en permet l'ouverture.

Si vous utilisez des cache-prises, choisissez-les de type "ventouse", ou "à clé" : un jeune enfant ne saura pas les retirer. Faites vérifier votre installation par des professionnels agréés.

Les disjoncteurs différentiels à haute sensibilité, qui sont obligatoires, apportent une réelle sécurité.

Ne laissez jamais de prolongateur (rallonge électrique) branché et non raccordé à un appareil. Si l'enfant le porte à sa bouche (et s'il n'est pas marqué NF), il sera gravement brûlé. N'achetez que du matériel électrique comportant la marque CE ou NF.



A partir de 10 mois, certains enfants élargissent leur horizon en marchant à quatre pattes. Cette liberté les expose à de nouveaux dangers. Restez vigilant à tout ce qui est laissé sur une table basse : cacahuètes, cigarettes et mégots, verres à apéritif, matériel de couture, petits objets ou jouets, etc.

à partir de 12 mois



Votre enfant se tient debout, il marche ou va bientôt marcher.

Il va comprendre la signification du “non”.

Au début, on joindra le geste à la parole. Cet apprentissage est très important : l'enfant comprend qu'il y a des limites à ne pas dépasser. Il faut savoir faire passer le message “permis” / “défendu” avec douceur et fermeté.



Ce qui est autorisé une fois doit le rester et les interdits doivent être maintenus, mais il ne faut pas tout interdire.

Soyez patients, répétez toujours les mêmes mots et les mêmes gestes.

Même s'il ne comprend pas toutes vos explications, l'enfant est sensible au fait que vous lui parliez et que vous lui montriez ce qui est à faire et surtout ce qu'il ne faut pas faire.

Votre enfant commence à marcher. Le moment est venu de lui apprendre progressivement à monter l'escalier, à quatre pattes pour commencer.



Les animaux

Veillez à ce que vos animaux domestiques vous obéissent et apprenez à votre enfant à respecter le territoire de l'animal (sa cage, sa niche, sa corbeille, ses jouets... et surtout sa gamelle).



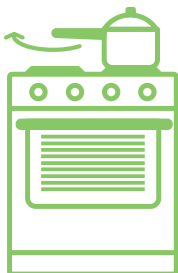
Ne laissez jamais un enfant seul avec un chien (cela est vrai quel que soit l'âge de l'enfant).

En présence d'animaux domestiques, même s'ils ont l'air inoffensif, redoublez d'attention envers les enfants.



La cuisine

Un geste indispensable contre les risques de brûlures : prenez l'habitude d'orienter les queues de casserole vers l'intérieur de la cuisinière (il existe des récipients où les queues ne se fixent qu'au moment de servir).



Prenez garde aux endroits où l'enfant prend appui. Expliquez-lui que la porte du four brûle.

Equipez cette porte d'une grille ou d'une porte de protection, dite "porte froide".

Il existe des cuisinières avec porte de four isotherme.

Recouvrez les plaques électriques avec des protège-plaques. Vous pouvez installer un protège-flamme autour de la cuisinière.

Attention aux plaques en vitrocéramique qui restent chaudes malgré la position "off" du bouton régulateur (le voyant rouge existe sur la plupart des modèles).

L'enfant peut être tenté d'attraper plats ou casseroles, surtout s'il a faim :

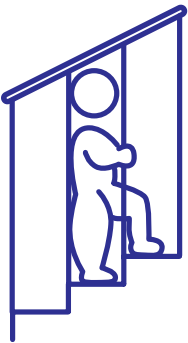
- ne le laissez pas seul dans la cuisine,
- tournez les manches des casseroles et des poêles vers l'intérieur de la cuisinière, c'est-à-dire vers le mur,
- débranchez, puis rangez vos appareils électroménagers (mixeur, couteau électrique, etc.) immédiatement après les avoir utilisés et nettoyés ; ne les laissez jamais traîner.

à partir de 18 mois



L'enfant commence à comprendre des explications simples, ce qu'il doit faire ou non, pourquoi “c'est dangereux... parce que c'est chaud, parce que tu vas tomber”, etc.

Il apprend à monter, puis à descendre l'escalier. Il commence à grimper, à escalader.



Faites très attention aux fenêtres : même fermées, elles présentent un danger pour les enfants les plus malins et agiles. Guidé par sa curiosité, l'enfant peut grimper sur l'appui de la fenêtre et se pencher dangereusement...

Ne placez pas de meubles (canapés, chaises, etc.) devant votre fenêtre ; ils faciliteraient l'accès de l'enfant à celle-ci.

Si les barreaux de votre balcon peuvent laisser passer la tête de votre enfant, si vos fenêtres sont basses, n'hésitez pas à sceller un grillage de protection dans le mur.

Vous pouvez aussi fixer les meubles au mur pour éviter qu'ils ne tombent sur l'enfant, s'il les escalade.

Montrez à votre enfant
*comment se tenir à la rampe
pour monter ou descendre un
escalier.*



Equipez votre balcon d'un grillage de protection. Ne laissez cependant pas votre enfant seul à cet endroit.

Il suffit d'un pot de fleurs ou d'un meuble de jardin pour qu'un enfant agile escalade et bascule dans le vide.



L'enfant vous imite

À cet âge, l'enfant aime imiter, faire des expériences...

Quand vous interrompez, même brièvement, un travail de bricolage ou de jardinage, débranchez immédiatement les outils électriques et rangez-les pour éviter que votre enfant ne se blesse en essayant de vous imiter.

Jusqu'à 5 ans, l'enfant ne sait ni croquer, ni mâcher suffisamment et correctement; il déchiquète grossièrement et tente d'avalier "tout rond".

L'enfant peut être tenté de finir les bouteilles et les verres, de goûter les apéritifs. Il peut aussi placer un gros morceau d'aliment (banane, raisin, gâteau, etc.) dans sa bouche et risque alors de s'asphyxier.

Ne posez jamais de récipient contenant des liquides brûlants à terre. Il est préférable de les manipuler en l'absence des enfants.

Rangez allumettes et briquets hors de portée de l'enfant.

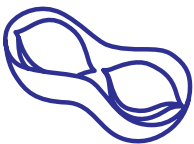
Ne laissez pas de sac en plastique à sa portée :

il pourrait tenter de le mettre sur sa tête et ainsi s'étouffer. Intervenez immédiatement dès que l'enfant se met quelque chose autour du cou.

Attention !

Cacahuètes et autres fruits secs peuvent être à l'origine d'une fausse route respiratoire si l'enfant les avale de travers, entraînant une violente quinte de toux de plusieurs minutes.

Ne faites aucune manœuvre et attendez qu'il respire de nouveau normalement.



à partir de 2-3 ans



**C'est l'âge où l'enfant devient propre le jour.
Il monte et descend seul l'escalier.
Il sait ouvrir les portes et part en exploration.
Il commence à poser des questions.**

**Sa curiosité s'éveille de plus en plus,
mais il n'est pas encore conscient de la plupart
des dangers et reste incapable de les mesurer.**



L'eau

À cet âge, la noyade est un risque majeur.
L'enfant ne doit jamais rester seul dans son bain.

Attention aux piscines (en plastique et en "dur").

Pour éviter que l'enfant ne tombe dans la piscine, clôturez celle-ci et assurez une garde permanente autour de l'enfant. Ce conseil est valable pour tous les points d'eau : bassins de jardin, mares, ruisseaux, etc.

À l'intérieur de la maison comme à l'extérieur, évitez de poser à terre des bassines ou des seaux pleins.

L'enfant qui tombe la tête en avant ou en arrière, le visage recouvert d'eau, peut se noyer dans quelques centimètres d'eau, car il s'affole et ne peut pas se redresser.



Installez une clôture autour de votre piscine.

D'autres systèmes de protection existent (volets couvrants, vraie bâche de protection, etc.)



Mettez tous les médicaments hors de portée de vos enfants : rangez-les dans une armoire à pharmacie en hauteur et fermée à clé.



Les produits toxiques

L'enfant est attiré par des produits aux emballages, aux formes et aux couleurs souvent attrayants.

Pour éviter les intoxications, rangez soigneusement les produits d'entretien. Si vous devez vous interrompre, même brièvement, alors que vous utilisez des produits d'entretien, mettez-les hors de portée de l'enfant. On prendra spécialement garde aux produits très toxiques et/ou caustiques (débouche-évier, antigel, antirouille, white-spirit, alcool à brûler, poudre pour lave-vaisselle, etc.), qui seront enfermés dans un placard inaccessible aux enfants. Équipez les portes du placard de l'évier de fermetures de sécurité à l'épreuve des enfants de moins de 4 ans.

De préférence, utilisez des produits munis de bouchons de sécurité. De même, prenez garde aux produits agricoles comme à ceux de jardinage (débroussaillant, raticide, engrais, etc.)

Les produits cosmétiques contiennent parfois une forte proportion d'alcool (parfum, eau de toilette, après-rasage, etc.). Rangez-les aussi soigneusement que les produits ménagers toxiques ou les médicaments.

Les médicaments doivent également être tenus hors de portée des enfants, dans une armoire fermée à clé. Ceux-ci peuvent en effet sembler attirants : certains comprimés ressemblent à des bonbons, les sirops ont parfois un bon goût sucré... Ne donnez jamais un médicament en le présentant comme une friandise agréable.

De nombreux modèles de fermetures de sécurité existent. Certaines sont très simples à installer. Elles évitent aux enfants de se pincer les doigts et les empêchent d'accéder à des produits toxiques (exemple : système BUTAK).



à partir de 3-4 ans



L'enfant parle de mieux en mieux.
Il pose des questions, s'intéresse à
beaucoup de choses.

**Saisissez toutes les occasions pour lui
montrer et lui expliquer les dangers.**

Apprenez-lui à ne pas claquer les portes et à ne pas mettre ses mains sur l'encadrement des portes (ses doigts pourraient être pincés, voire écrasés ou coupés).

Attention en particulier aux portières de voiture très coupantes, car métalliques.

Ne le laissez pas courir avec un objet tranchant ou cassable (bouteille, verre) à la main ou avec un crayon, une sucette dans la bouche: en cas de chute, il peut se blesser gravement le fond de la bouche.



La voiture

Attachez-vous vous-même, il sera ravi de vous imiter. L'enfant doit en effet être maintenu dans tous les cas depuis la réglementation du 31-12-1991.

Après le siège-auto, utilisez un rehausseur qui permet de bien placer la ceinture de sécurité et de regarder le paysage. Pensez à passer la ceinture de sécurité adulte sous les accoudoirs s'il n'y a pas d'encoches prévues à cet effet. La ceinture ventrale doit être placée sur le haut des cuisses et le baudrier réglé sur l'épaule pour ne pas comprimer ou croiser le cou.

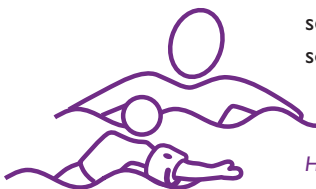
Ne laissez pas l'enfant seul en voiture: il pourrait jouer les apprentis conducteurs, desserrer le frein à main, actionner le lève-vitres électrique...



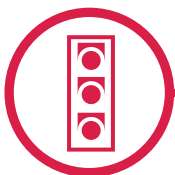
La baignade

Prenez garde aux bouées gonflables qui peuvent se dégonfler brusquement.

Utilisez des bouées et des brassards gonflables (normes CE), munies de valves "anti-retour" et de deux chambres à air ou équipez votre enfant d'un maillot flotteur. Si l'enfant se sent fatigué ou s'il est pris de frissons, il vaut mieux le sortir de l'eau et le frictionner énergiquement.



Habituez votre enfant à l'eau, mais sans jamais le forcer. Vous pouvez commencer à lui apprendre des mouvements lui permettant de maintenir la tête hors de l'eau.



La circulation automobile

Commencez par lui apprendre à toujours s'arrêter au bord du trottoir et à attendre l'aide d'un adulte pour traverser la chaussée.

Montrez-lui le bon exemple, traversez dans les passages protégés quand le "signal piéton" est vert et après avoir vérifié à gauche et à droite, puis à nouveau à gauche, qu'aucun véhicule ne s'engage.

Apprenez-lui à ne pas courir pour traverser la rue.

Apprenez à votre enfant à traverser la rue sans risque et toujours sur un passage protégé. Donnez-lui toujours la main.

Le bon exemple de l'adulte est indispensable et fondamental.



à partir de 4-5 ans



L'enfant gagne en autonomie et en rapidité de déplacement, il prend le goût du risque sans bien le mesurer. Il apprend de nouveaux jeux.

Il commence à pratiquer des sports : de nouveaux dangers apparaissent donc.

Expliquez-les à votre enfant et restez vigilant.

Mettez-le en garde : on ne joue pas à cache-cache dans les vieilles malles, les coffres à jouets, les placards. L'enfant enfermé ne pourrait plus ouvrir de l'intérieur et risquerait rapidement l'asphyxie.

S'il se cache entre deux voitures en stationnement, il risque de se faire renverser ou écraser.



Aires de jeux

Ne laissez pas votre enfant sur une aire de jeux sans surveillance. Les accidents sont vite arrivés.

Les parents ou les personnes qui accompagnent les enfants sur les aires de jeux ont un rôle important à jouer **en veillant à l'utilisation correcte des équipements** (toboggans, balançoires, tourniquets, etc.) et en surveillant les enfants.

Ne forcez jamais votre enfant à utiliser un équipement dont il a peur ou qui ne correspond pas à son âge, notamment en l'aidant à y accéder.

Veillez à ce que votre enfant n'ait pas de vêtement comportant des cordons, sangles, écharpes, etc., pouvant être à l'origine d'étranglement.

Ne l'interrompez pas lorsqu'il effectue une manœuvre délicate sur un équipement.





Si vous circulez à vélo avec votre enfant, pensez à utiliser un siège de vélo homologué et un casque.



Il veut le faire tout seul

Rangez les appareils ménagers et les outils hors de portée de l'enfant. Vous pouvez lui offrir des jouets tels qu'une panoplie de bricoleur ou de ménagère pour lui apprendre à manipuler outils et ustensiles comme les adultes et avec votre aide (démonstration).



La rue

Si vous avez appris à votre enfant à toujours s'arrêter avant de traverser, il en aura pris l'habitude.

À partir de 4 ans, on commencera à lui enseigner à regarder "à gauche, puis à droite et encore à gauche". Demandez-lui "vois-tu venir une auto ?". Complimentez-le s'il a bien observé. S'il ne sait pas répondre, évitez de le gronder : **cet apprentissage sera forcément long.**

Ne le laissez pas jouer sur la chaussée ou à proximité.



La sécurité en voiture

Ne laissez pas votre enfant monter à l'avant de la voiture – c'est d'ailleurs interdit jusqu'à l'âge de 10 ans.

Il doit voyager à l'arrière, assis dans un rehausseur et non debout entre les deux sièges.

Habituez-le à boucler lui-même sa ceinture de sécurité. C'est une habitude à prendre... pour la vie.



Veillez à ce que votre enfant descende toujours de voiture du côté du trottoir.

à partir de 6 ans



**L'enfant fréquente l'école primaire :
il est "grand" déjà.**

Evitez cependant de le laisser seul.

**Surtout, ne lui demandez pas de surveiller
son petit frère ou sa petite sœur pendant que
vous allez faire des courses : il est trop jeune
pour assurer la garde d'un petit enfant.**

**N'hésitez pas à l'alerter sur certains dangers
et à lui expliquer les règles de sécurité.**

**A cet âge, il est souhaitable que l'enfant
apprenne à nager avec un maître nageur
professionnel.**

La moindre chose peut détourner son attention et lui faire oublier le danger. Apprenez-lui l'intérêt des médicaments en cas de maladie, mais aussi leur danger ; expliquez-lui qu'il ne doit surtout jamais en prendre seul. En promenade, à la campagne, dans les jardins ou dans les bois, mettez-le en garde : certaines baies ressemblent à des fruits comestibles mais sont en réalité puissamment toxiques.



Sports à risques

Attention aux sports que vos enfants pratiquent et qui nécessitent un apprentissage, des protections (casque, protège-poignets, coudières et genouillères) et une surveillance particulière : par exemple le roller, le VTT, le ski, l'équitation...



*Votre enfant commence à pratiquer certains sports.
Apprenez-lui à s'équiper des protections nécessaires.*



La bicyclette

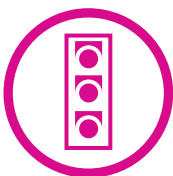
Attention : ce n'est pas parce que votre enfant est à l'aise sur son vélo ou qu'il fait du VTT... qu'il est capable de se mêler à la circulation, surtout en ville.

Mesurer les dangers de la circulation, cela s'apprend aussi progressivement. Obligez votre enfant à porter un casque.

En promenade, en famille, montrez "le bon exemple". Respectez les feux, les stops.



Enseignez à votre enfant les principales règles du code de la route. Expliquez-lui combien il est important qu'il les respecte sans faute.



La circulation automobile

Ne laissez votre enfant seul dans la rue que lorsque vous serez sûr qu'il saura traverser la chaussée sans courir de danger : généralement pas avant 10 ou 11 ans.

En effet, jusqu'à 10 ans, l'enfant n'entend correctement et ne voit bien que ce qui se trouve en face de lui. Il a du mal à apprécier ce qui se passe sur les côtés, à évaluer à la fois les distances et les vitesses des véhicules et le temps qu'il lui faut pour traverser la rue.

Évitez de traverser entre deux véhicules en stationnement : ceux-ci réduisent la visibilité du piéton qui veut traverser et empêchent les conducteurs des voitures de le voir.

Apprenez à votre enfant à traverser la route sans précipitation.

à tous les âges



La plupart des risques concernent les enfants de tous âges. Certains sont plus particulièrement présents à la maison, d'autres à l'extérieur.

Pour prévenir les uns comme les autres, des mesures généralement simples permettent d'éviter beaucoup de soucis, d'accidents et parfois de drames.

Cela commence souvent par un choix réfléchi au moment d'acheter des produits ou des équipements.

à la maison



L'électricité

Dans un prolongateur électrique bien conçu, la fiche doit être munie d'une jupe, les broches doivent être protégées et le fil gainé.



Toute "décharge" électrique peut être mortelle.

Des précautions s'imposent. N'oubliez jamais que l'eau et l'électricité font mauvais ménage : n'utilisez pas d'appareils mobiles électriques dans la salle de bain (radio, chauffage d'appoint, fer à repasser, etc.).

N'achetez que du matériel portant la marque NF.

Attention aux prolongateurs : éliminez les modèles anciens à fiches plates ou "bricolés" et remplacez-les par de bons prolongateurs (norme NF) : la fiche comporte une jupe qui protège les trous et les deux broches sont gainées sur une partie de leur longueur. Evitez de les laisser branchés sur le secteur après utilisation de l'appareil. Faites adapter vos installations électriques aux normes en vigueur par des professionnels agréés (exemple : disjoncteur différentiel à haute sensibilité obligatoire depuis 1991).



Les brûlures

Faites régler l'eau chaude pour que la température ne dépasse pas 50°C.

Vérifiez que les queues de casserole ne tournent pas. Prenez l'habitude de les orienter vers l'intérieur de la cuisinière et veillez à la stabilité de cette dernière : les liquides brûlants peuvent provoquer de graves brûlures (2°, parfois 3° degré), et plus encore les huiles ménagères qui bouillent jusqu'à 160°-170°C.



Attention aux repas de famille !

Fondue, pierrade ou raclette peuvent entraîner des brûlures par contact avec des ustensiles chauds, de l'huile bouillante ou du fromage fondu.



Le feu

En cas d'incendie de votre appartement, de votre maison, de votre caravane, sachez que **ce sont les fumées qui sont les plus dangereuses**, parce qu'elles intoxiquent rapidement (oxyde de carbone, produits cyanurés, etc.).

Il ne faut donc jamais laisser les jeunes enfants de moins de 10 ans seuls à la maison. Il est possible aujourd'hui de faire installer des détecteurs individuels de fumée qui donnent rapidement l'alerte, surtout la nuit. Ils doivent être homologués et conformes à la norme NF, disposés surtout dans les couloirs conduisant aux chambres.



Les chutes

Placez des antidérapants sur le fond de la baignoire, comme à l'extrémité des marches d'un escalier.

Ayez un bon éclairage dans vos escaliers (intérieur ou extérieur) et placez une barrière en haut des escaliers.



Les escaliers de la cave sont toujours dangereux. Vérifiez que l'éclairage est suffisant, faites poser une rampe et équipez leur porte d'une fermeture efficace.



Les produits d'entretien

Ne transvasez jamais un produit d'entretien dans une bouteille d'eau minérale, de boisson ou dans tout autre récipient. Même si vous signalez le danger par une étiquette, l'enfant et même l'adulte, par distraction, peuvent se tromper.

Rangez tout produit dangereux dans un endroit inaccessible aux enfants.

Il existe des crochets de sécurité qu'un jeune enfant ne peut pas manœuvrer et qui l'empêcheront d'ouvrir les placards ou les fenêtres, car nombre de systèmes de fermeture de sécurité nécessitent l'utilisation coordonnée des deux mains.



Les médicaments

Les médicaments ne sont pas des produits de consommation comme les autres.

Un médicament prescrit à une personne ne conviendra pas à une autre. En particulier, ne donnez jamais à un enfant un médicament prévu pour un adulte, même en diminuant la dose.

Consultez votre médecin.

Lisez attentivement et respectez l'ordonnance prescrite. Vérifiez régulièrement le contenu de la pharmacie familiale. Ne conservez jamais de médicaments périmés. Pour les éliminer, ne les jetez pas tels quels avec les ordures ménagères : ils pourraient être ramassés et consommés par des enfants.

Demandez conseil à votre pharmacien ou remettez-les lui.



Les blessures

Si votre habitation est équipée de grandes surfaces vitrées, vérifiez qu'il s'agit d'un verre sécurité ou que l'épaisseur du verre est suffisante.

Déchargez les armes à feu. Mettez-les hors de portée des enfants. Par précaution, rangez les munitions dans un endroit différent pour éviter à l'enfant la tentation de charger une arme. Pensez à enclencher systématiquement le cran de sécurité.



Les appareils de production d'eau chaude et/ou de chauffage

Les chauffe-eau et chaudières à combustion dégagent, lorsqu'ils fonctionnent mal, un gaz inodore et incolore mais très toxique : le monoxyde de carbone.

Pour éviter l'intoxication par ce gaz, qui peut être grave, n'utilisez les chauffe-eau non raccordés que de façon intermittente et jamais plus de 5 à 7 minutes par heure.

N'obstruez jamais les grilles de ventilation haute et basse, même s'il fait froid. Faites procéder régulièrement et par des professionnels agréés à l'entretien des chauffe-eau et des chaudières et au ramonage annuel des conduits de fumée.

Attention : des maux de tête, nausées, vertiges, un état de grande fatigue, des difficultés de mémorisation récente peuvent être le signe d'une intoxication par le monoxyde de carbone. Fermez l'arrivée du gaz (risque d'explosion), aérez le local. Faites vérifier vos appareils et votre installation dans les plus brefs délais avant de les réutiliser.

en plein air



La baignade

Ne nagez jamais seul en pleine mer. Si une crampe ou un malaise survenait, vous pourriez avoir besoin d'aide.

Il est préférable de se baigner au moins à deux, afin de s'aider mutuellement en cas de besoin et de pouvoir donner l'alerte. Une trop grande différence de température entre l'eau et le corps (après un repas trop copieux, une exposition au soleil trop prolongée) peut entraîner un risque d'hydrocution.

Attention aux piscines ou autres points d'eau.

Posez à proximité :

- une perche et une bouée,
- un téléphone pour alerter les secours.

Sachez que des dispositifs existent pour protéger l'accès aux piscines tels que volets roulants hermétiques, abris clos rigides, barrières souples ou dures d'une hauteur d'au moins un mètre.



Les champignons

Soyez très attentif pendant votre cueillette pour ne pas confondre les espèces. Certains livres illustrés de planches couleur sont très instructifs pour apprendre à reconnaître les caractéristiques des champignons, et notamment pour distinguer ceux qui sont comestibles de ceux qui sont toxiques ou mortels. Apprenez à votre enfant à reconnaître les champignons vénéneux dont l'absorption peut être mortelle.



En cas de doute, ne prenez aucun risque: consultez votre pharmacien. Il pourra vous indiquer si les champignons que vous avez ramassés sont comestibles ou toxiques.

Ne prenez pas de risques non plus avec les plantes et les baies sauvages qui sont très souvent dangereuses.



Les brûlures

Assurez-vous de la stabilité de votre barbecue. N'allumez ou ne ravivez jamais un barbecue en y jetant de l'alcool à brûler ou de l'essence. Utilisez du petit bois ou un allume-barbecue, à ranger aussitôt après utilisation.

Tant qu'il y a des braises, ne laissez pas les enfants jouer près du barbecue ou de la fosse à méchoui.



La voiture

Au volant, veillez à la sécurité de tous. Respectez le code de la route et ne buvez jamais d'alcool avant de conduire.

Bouclez votre ceinture de sécurité, aussi bien à l'avant qu'à l'arrière du véhicule. C'est ça aussi, le bon exemple !

En cas de long trajet, ménagez vos forces et prévoyez des pauses toutes les deux heures. Elles seront également appréciées par vos passagers, petits et grands.

En voyage, les pauses sont agréables pour toute la famille. Elles permettent de se reposer et de reprendre des forces.





L'électricité

À l'extérieur, soyez vigilant lorsque vous manipulez des objets métalliques particulièrement longs ou hauts (cerfs-volants, échelles, cannes à pêche, mâts, etc.) : le contact de l'objet avec une ligne électrique aérienne ou sa proximité extrême provoquent une décharge électrique mortelle.



En consommateur averti, choisissez des produits sûrs.

Lors de vos achats, pensez à la sécurité.

Aujourd'hui, il existe des normes de sécurité pour différents articles de puériculture tels que : les couffins, berceaux et articles similaires, les landaus, poussettes et voitures d'enfant, les tables à langer, les barrières de sécurité, les chaises hautes pour enfants, les lits fixes et les pliants, les trotteurs, etc.

Veillez à ce que votre installation électrique et votre système de chauffage soient conformes aux normes fixées par décret. Vérifiez que les articles de puériculture portent la mention "conforme aux exigences de sécurité", et les jouets le marquage "CE". Les articles de puériculture, les jouets et les équipements d'aires collectives de jeux doivent répondre aujourd'hui à des exigences de sécurité précises, définies par des décrets d'application obligatoire.

Si un produit ou un objet a provoqué un dommage physique ou vous semble dangereux, n'hésitez pas à donner l'alerte. Signalez-le à la :

Commission de la Sécurité des Consommateurs
Cité Martignac - 111, rue de Grenelle, 75363 Paris 07 SP
Tél. : 01 43 19 56 54 / Fax : 01 43 19 57 00
www.securiteconso.org

Grâce à l'action conjuguée de particuliers comme vous et des pouvoirs publics, des produits peuvent être modifiés, voire retirés du marché. C'est ainsi que les bouchons de sécurité sont de plus en plus utilisés sur les produits d'entretien ; de même, des pointeurs laser qui pouvaient, dans certaines conditions d'utilisation, provoquer de graves lésions oculaires, ont récemment fait l'objet d'une mesure de suspension. Votre vigilance peut permettre d'éviter des accidents.

Une simple lettre, une alerte par minitel ou sur le site Internet suffisent. Cet organisme mis en place par les pouvoirs publics mène des études sur la base des informations qui lui sont fournies, afin de proposer des mesures visant à écarter le risque dénoncé. Par ailleurs, les Directions départementales de la concurrence, de la consommation et de la répression des fraudes (DDCCRF) implantées dans chaque préfecture de département peuvent, après enquête, prendre des mesures allant, selon l'importance du risque, de la demande de modification au retrait du marché des produits mis en cause. Les coordonnées des DDCCRF sont disponibles sur minitel (3614 CONSOM ; 0,37 franc la minute) ou dans l'annuaire. On peut également saisir une association de consommateurs qui communiquera l'information aux structures précédentes.

à tous
les âges

les premiers gestes



Simple écorchure ou accident grave, il vous faut avoir les bons réflexes. Des gestes simples peuvent parfois sauver une vie ou minimiser les conséquences d'un accident.

Il faut les connaître pour pouvoir agir vite et bien en cas de besoin.



Le syndrome de l'enfant secoué

Lorsqu'un bébé pleure ou lorsqu'il fait un malaise, il ne faut jamais le secouer sous peine de provoquer de graves traumatismes.

Informez également les personnes qui pourraient être amenées à garder votre enfant des problèmes que peut entraîner toute secousse violente. Et, dans tous les cas, n'hésitez pas à consulter votre médecin. Un traitement précoce permet souvent d'éviter des conséquences dramatiques pour l'enfant.

Sachez qu'un bébé en bonne santé peut pleurer 2 à 3 heures par jour pour diverses raisons : faim, problèmes d'humidité, position inconfortable, besoin d'un câlin, ennui, fatigue, etc. Pour l'apaiser, il suffit souvent de lui parler, de lui donner un biberon d'eau ou une tétine, de lui frotter doucement le ventre, de le balader, de chanter ou encore de le laisser au calme un moment.



Entre 1 et 15 mois, les bébés sont particulièrement fragiles en raison du stade de développement de leur cerveau et du mauvais maintien de leur tête par les muscles cervicaux. Des secousses répétées au niveau de la tête peuvent ainsi entraîner de graves séquelles neurologiques et les laisser handicapés à vie. **Veillez donc à ne pas secouer votre enfant, même pour jouer avec lui.**



L'accident avec un corps étranger

Méthode de Mofenson

Appliquez un coup très énergique du plat de la main dans le dos, entre les deux omoplates.

En cas d'échec, recommencez une à trois fois.



Dans cette manœuvre, comme dans la manœuvre de Heimlich (ci-dessous), l'air, violemment chassé des poumons, envahit la trachée et expulse le corps étranger hors de la gorge.



L'enfant a inhalé un petit objet ou un fragment d'aliment (cacahuète par exemple) : brutalement, il devient tout bleu, se débat furieusement, pris d'une violente quinte de toux qui dure plusieurs minutes. Surtout, ne faites rien. Il va se calmer et respirer de nouveau normalement. Assurez-vous qu'il reste bien en position assise ou debout (torse bien droit) en attendant qu'à l'hôpital on lui extraie ce corps étranger.

Plus exceptionnellement, un corps étranger de gros volume obstrue la gorge, empêchant l'enfant de respirer. Il ne crie pas, ne tousse pas, mais il a les pupilles très dilatées. Il s'asphyxie. S'il s'agit d'un petit enfant (jusqu'à 4-5 ans environ), vous pouvez avoir recours à la méthode de Mofenson. Posez le pied sur une chaise et placez l'enfant en travers sur votre cuisse fléchie, sur le ventre, sa tête dépassant votre genou plié et tapez-lui énergiquement du plat de la main dans le dos, entre les omoplates.

À condition que l'enfant ait plus de 1 an (la méthode est aussi valable pour un adulte), vous pouvez pratiquer la manœuvre de Heimlich : ceinturez l'enfant ou l'adulte par derrière, mettez vos deux mains ou vos deux poings juste au-dessus de son nombril, et tirez violemment vers vous en arrière et vers le haut en essayant de rentrer votre main ou votre poing sous le thorax.

N'attendez pas les secours pour effectuer ces manœuvres mais appelez-les préalablement.

Tout accident de ce genre doit conduire à l'hospitalisation, même si l'enfant paraît avoir complètement récupéré.



Les morsures

La plaie doit être lavée à l'eau et au savon de Marseille 2 à 3 fois de suite pour éliminer la salive de l'animal, riche en microbes.

Il faut consulter aux urgences chirurgicales hospitalières.





Les brûlures

En cas de brûlure légère, passez la zone brûlée sous un filet d'eau froide pendant 10 minutes.



Si la brûlure est superficielle, de petite dimension, éloignée des yeux et des orifices naturels, faites immédiatement couler doucement de l'eau fraîche pendant 5 à 10 minutes à une distance de 15 centimètres de la peau brûlée. Laissez sécher, puis recouvrez de pommade Biafine® ou Flammazine® (autorisées et recommandées par les spécialistes des brûlures).

Si la brûlure est grave, profonde, étendue, ou si elle se situe près des yeux et des orifices naturels (nez, bouche, oreille, anus), faites couler de l'eau dessus, puis enveloppez-la dans un linge propre.

Appelez d'urgence le Samu (15). N'appliquez aucun autre produit, vous risqueriez d'infecter la plaie.

Dans le cas de projection de liquide bouillant, si les sous-vêtements sont en tissu naturel (coton, laine, lin), déshabillez l'enfant immédiatement. Si ses sous-vêtements sont en matière synthétique, n'y touchez pas. Faites couler de l'eau fraîche (15-20°) sur la zone brûlée.

Si les vêtements ont pris feu, étouffez les flammes en enveloppant l'enfant avec une couverture ou un manteau en fibres naturelles, ne retirez pas la dernière couche de vêtement au contact de la peau brûlée, quelle qu'en soit sa composition.

Dans tous les cas, douchez doucement à l'eau froide la région brûlée pendant 5 à 10 minutes selon l'étendue (importante : 5 minutes, peu importante : 10 minutes) afin de ne pas refroidir intempestivement le jeune enfant dans sa globalité et faire baisser sa température centrale, ce qui gênerait les gestes de réanimation.



Les intoxications

Ne faites jamais vomir l'enfant, surtout si le produit absorbé est caustique (acide, corrosif), moussant ou contenant des produits pétroliers.

Appelez le centre antipoisons régional ou, dans les cas graves, le Samu (15), pour avoir un conseil médical avant d'effectuer le moindre geste sur l'enfant.

Ne donnez jamais à boire ni eau ni lait.

Uniquement sur ordre du médecin, du centre antipoisons ou du centre 15, après l'absorption d'un médicament très dangereux et si l'enfant est bien conscient, on le fera vomir (avec le dos d'une cuillère au fond de la gorge) bien penché au-dessus de la cuvette des WC.

a Animaux domestiques
0-3 mois ; 12-18 mois

Appareils ménagers
4-5 ans

Armes à feu
à tous les âges

Asphyxie (risque de)
18-24 mois ; 4-5 ans ;
à tous les âges ; les premiers gestes

b Baignades
3-4 ans ; à tous les âges

Bain
0-3 mois ; 3-9 mois

Balcon
18-24 mois

Barbecue
à tous les âges

Biberon
0-3 mois

Bicyclette
4-5 ans ; à partir de 6 ans

Brûlures
10-12 mois ; 9-12 mois ; 12-18 mois ;
18-24 mois ; à tous les âges ;
les premiers gestes

c Casseroles
12-18 mois ; à tous les âges

Champignons
à tous les âges

Chauffage
à tous les âges

Chutes (risques de)
0-3 mois ; 3-9 mois ; à tous les âges

Cuisines
12-18 mois

d Défenestration (risques de)
18-24 mois

Déshydratation (risques de)
0-3 mois

e Electricité
9-12 mois ; 18-24 mois ; à tous les âges

Enfant secoué (syndrome de)
les premiers gestes

Escaliers
9-12 mois ; 12-18 mois ; 18-24 mois ;
à tous les âges

f Feu
18-24 mois ; à tous les âges

Four
12-18 mois

h Heimlich (manœuvre de)
les premiers gestes

h Hydrocution
à tous les âges

i Intoxications
9-12 mois ; 2-3 ans ;
à tous les âges ; les premiers gestes

j Jeux (aires de)
4-5 ans

Jouets
9-12 mois ; à tous les âges

l Literie
0-3 mois

m Médicaments
9-12 mois ; 2-3 ans ; à partir de 6 ans ;
à tous les âges

Mofenson (méthode de)
les premiers gestes

Morsures
les premiers gestes

n Normes de sécurité
à tous les âges

Noyades
3-9 mois ; 2-3 ans

p Piscine
2-3 ans

Placard
2-3 ans

Plaques chauffantes
12-18 mois

Portes
3-4 ans

Prises de courant
9-12 mois

Produits ménagers / toxiques
3-9 mois ; 2-3 ans ; à tous les âges

Rue
3-4 ans ; 4-5 ans ; à partir de 6 ans

r Sièges-auto
0-3 mois ; 3-9 mois

Sièges de bain
3-9 mois

Sports
4-5 ans ; à partir de 6 ans

Strangulation (risques de)
0-3 mois

t Table
9-12 mois

v Vitres
à tous les âges

Voiture
0-3 mois ; 3-9 mois ; 3-4 ans ; 4-5 ans ;
à tous les âges

Les numéros d'urgence

Pour ne pas être pris au dépourvu
le jour où vous en aurez besoin,
notez les numéros de téléphone utiles

Samu : 15 (numéro d'appel unique pour les urgences)

Pompiers : 18 (ou 112 sur votre téléphone portable)

Police : 17

Selon le type d'urgence,
ces trois services réorienteront votre appel
en fonction de leurs compétences respectives.

Association médicale d'urgence - Tél :

Centre antipoisons régional - Tél :

Médecin traitant - Tél :

Société libérale d'ambulance
et borne d'appel de taxi - Tél :



l'Assurance Maladie
sécurité sociale

