

## Jouez en sécurité!

### 1. Inspectez l'aire de jeu avant d'entamer une activité

- Parcourez l'aire de jeu à pied pour détecter les éléments pouvant entraîner des blessures pendant le jeu. Montrez aux enfants comment repérer les risques.
- Un adulte doit éliminer les éléments dangereux (p. ex. morceaux de verre, cordes suspendues, objets pointus, aiguilles/seringues jetées, excréments d'animaux, trous dans le sol).



### 2. Établissez des limites

- Passez en revue les limites pour que le jeu puisse être joué en sécurité et assurez-vous que les joueurs restent à l'intérieur de ces limites.
- Assurez-vous que les limites de l'aire de jeu se trouvent à l'écart des routes et de la circulation piétonnière et automobile.



### 3. Choix du matériel

- Utilisez le matériel qui convient à l'activité et au niveau d'habileté des joueurs.
- Reportez-vous à la section intitulée Articles dont vous aurez besoin.
- Assurez-vous que les jeux utilisant une corde à sauter sont joués sur une surface plane.
- Gardez le matériel en bon état et veillez à ce qu'il n'ait pas de rebords tranchants.
- Établissez des règles pour sauter à la corde afin de minimiser le risque de blessures ou de problèmes. Aidez les joueurs à comprendre qu'il est dangereux d'attacher une corde à une clôture, à du matériel ou à d'autres joueurs. Surveillez les enfants qui sautent à la corde.
- Évitez le jeu avec des ballons gonflables (« ballounes »); ils ne sont pas écologiques et certains enfants ont une allergie au latex.
- Établissez des règles pour l'utilisation sécuritaire du matériel; faites participer les enfants à ce processus.
- Établissez des règles pour le lancement des ballons (avec les mains ou les pieds) – en précisant les endroits sur le corps où il est possible de toucher les joueurs en sécurité – jamais au-dessus de la taille).



### 4. Vêtements

- Portez des vêtements convenant au temps. Reportez-vous à la section intitulée **Habillez-vous**
- Vous devrez peut-être modifier les jeux si les enfants portent des lunettes ou utilisent des accessoires ou appareils fonctionnels



### 5. Corps

- Faites toujours des exercices d'échauffement. Commencez par des étirements. Demandez ensuite aux enfants de marcher lentement au début, puis plus rapidement pour augmenter leur rythme cardiaque.
- Aidez les joueurs à éviter la déshydratation en les encourageant à prendre quelques gorgées d'eau à chaque heure avant, pendant et après toute activité



### 6. Connaissances suffisantes

- Avant de participer à une activité, passez en revue les règles du jeu. Décidez, en tant que groupe, toutes les modifications qui seront apportées au jeu pour qu'il soit juste pour tous les joueurs. Cela permettra d'éviter les conflits personnels éventuels. Reportez-vous à la section intitulée **Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés**.
- Choisissez les activités qui conviennent le mieux au niveau d'habileté et aux compétences de tous les joueurs. Modifiez les jeux pour que l'expérience soit enrichissante et que le jeu présente un défi. Reportez-vous aux sections intitulées **Tableau de jeux et d'habiletés** » et « **Principes directeurs pour l'adaptation des habiletés** *Guidelines*.



## Jouez en sécurité!

### 7. Surveillance

- Assurez une surveillance active adéquate par des adultes, en fonction des besoins individuels des joueurs et de leur nombre.

### 8. Considérations d'ordre médical

- Assurez-vous d'avoir des données médicales et des renseignements à jour sur les allergies (asthme, piqûres d'abeilles ou aliments) pour chaque enfant et des renseignements sur la personne à contacter en situation d'urgence.
- Assurez-vous que le personnel surveillant a reçu une formation en secourisme, a accès à une trousse de premiers soins et à de l'aide médicale au besoin.
- Le personnel doit être prêt à prendre les mesures qui s'imposent en cas de blessure (p. ex. coupures, bleus, foulures, entorses, fractures, commotions cérébrales).
- Ne permettez pas aux enfants de jouer après une blessure.



### 9. Considérations d'ordre social

- Songez aux effets que pourrait avoir l'excitation des enfants, par exemple, sur le plan des conflits personnels, de l'intimidation ou des comportements excessivement agressifs.
- Repérez parmi les enfants ceux qui ont tendance à être impulsifs et intimidants ainsi que ceux qui préfèrent rester à l'écart.
- Encouragez le franc-jeu et la participation de tous les enfants, y compris ceux qui ont des limitations au niveau des habiletés; offrez du soutien au besoin.
- Enseignez les règles du jeu sécuritaire : attendre son tour, ne pas préférer d'injures ou se moquer des autres, ne pas casser l'équipement ou blesser les autres.



### 10. Sécurité au soleil

- Faites preuve de prudence au soleil. Protégez votre peau et celle des enfants contre le soleil avec des chapeaux, de l'écran solaire, des vêtements, des lunettes de soleil et en encourageant les enfants à jouer à l'ombre.
- Reportez-vous à la section intitulée **Conseils sur la sécurité au soleil!**

- Membres du personnel – Donnez l'exemple en adoptant des comportements qui vous protègent contre les effets du soleil..



### 11. Sécurité à l'extérieur

- Veillez à la santé de tous pendant les périodes de canicule et les alertes au smog : reporter les activités, boire beaucoup de liquides, porter des vêtements amples, prendre des pauses, jouer à l'ombre ou à l'intérieur.
- Pour obtenir des conseils sur la pratique d'activité physique pendant les périodes de canicule ou d'alerte au smog, reportez-vous à la section intitulée **Renseignez-vous et ajoutez des jeux!** ou consultez le site Web [www.toronto.ca/health](http://www.toronto.ca/health).

### 12. Moustiques

- Ne jouez pas à proximité des aires de reproduction des moustiques. Portez des vêtements de couleurs claires, des chemises à manches longues, des pantalons, des souliers, des chaussettes et un insectifuge.
- Si vous devez utiliser un insectifuge, appliquez toujours l'écran solaire en premier. Attendez 30 minutes, puis appliquez l'insectifuge.
- N'appliquez pas d'insectifuge sur les enfants de moins de 2 ans.
- Pour obtenir des renseignements sur le virus du Nil occidental, reportez-vous à la section intitulée **Renseignez-vous et ajoutez des jeux!** ou consultez le site Web [www.toronto.ca/health](http://www.toronto.ca/health).



### 13. Éclairs

- Ne jouez pas à l'extérieur s'il y a un risque d'orage.
- Si vous êtes pris à l'extérieur, dans un champ loin d'un abri, accroupissez-vous immédiatement, les pieds ensemble. Placez vos mains sur vos genoux et penchez-vous vers l'avant. Cette position est plus sûre que la position allongée.

