



# Un départ sans danger

pour votre enfant



*Adapté et reproduit par*



*En partenariat avec*



*Avec le généreux soutien de*





# Les blessures ne sont pas le fruit du hasard...

La plupart sont prévisibles et évitables.

Saviez-vous que...?

Les blessures sont la principale cause de décès chez les enfants.



Pour en savoir plus...

Visitez le [www.healthunit.com/safe-start](http://www.healthunit.com/safe-start) pour voir le DVD Give Your Child a Safe Start (en anglais seulement).

# Chaque année...

le Children's Hospital du London Health Sciences Centre traite des milliers d'enfants blessés. Grâce au livret Un départ sans danger pour votre enfant, nous voulons vous aider à garder votre enfant en santé et en sécurité.

Chez les jeunes enfants, la plupart des blessures se produisent à la maison. Vous pouvez prévenir les blessures en prenant quelques mesures simples.

● Chutes .....	6
● Brûlures (feu et liquides bouillants).....	8
● Empoisonnement.....	10
● Étouffement .....	12
● Sécurité en voiture .....	14
● Sécurité des produits .....	16
● Sécurité aquatique.....	18
● Sommeil sécuritaire .....	20
● Ressources.....	22

# Chutes

## Saviez-vous que...?

Les chutes sont la cause la plus courante de blessures chez les bébés et les enfants. Ils peuvent facilement tomber dans les escaliers, du lit, du divan, de la table ou même, d'une fenêtre ouverte.

La supervision est la meilleure façon de prévenir les chutes pour votre enfant.

Les chutes peuvent entraîner des fractures et de sérieux traumatismes crâniens.



Utilisez une barrière de sécurité fixée au mur en haut et en bas des escaliers.



Gardez les lits de bébé et les autres meubles loin des fenêtres pour éviter que votre enfant grimpe et tombe.



Restez près de votre enfant au terrain de jeux et assurez-vous qu'il n'utilise pas d'équipement plus haut que 1,5 mètre.



Gardez toujours une main sur votre enfant quand il est sur la table à langer.

# Comment puis-je prévenir les chutes?



Utilisez toujours les courroies des accessoires pour enfants correctement, en respectant les instructions du fabricant.



Utilisez des dispositifs de sécurité pour fixer les télévisions et les meubles au mur pour éviter qu'ils tombent sur votre enfant.



Placez le siège sauteur et le siège d'auto au sol plutôt que sur la table ou le comptoir.

Votre enfant pourrait s'agiter et faire tomber le siège sauteur ou le siège d'auto au sol.



Verrouillez les fenêtres à 10 centimètres (4 pouces) ou moins au moyen de dispositifs de sécurité pour fenêtres. Votre enfant pourrait tomber d'une fenêtre ouverte.

Les moustiquaires n'empêcheront pas votre enfant de tomber par les fenêtres.

# Brûlures

## (feu et liquides bouillants)

### Saviez-vous que...?

Les brûlures figurent au deuxième rang des causes de blessures chez les enfants de moins de 5 ans.

La supervision est la meilleure façon d'éviter que votre enfant ne soit brûlé ou ébouillanté.



Installez un détecteur de fumée à chaque étage de la maison et à l'extérieur des pièces où quelqu'un dort.



Baissez la température de l'eau chaude du robinet à 49 °C.



Assurez-vous de couvrir entièrement les prises électriques.



Assurez-vous que les allumettes et les briquets sont sous clé et hors de portée et de vue.



# Comment puis-je prévenir les brûlures?



Gardez les boissons et les aliments chauds loin de votre enfant. Utilisez une tasse avec un couvercle hermétique.



Utilisez les ronds arrière quand vous cuisinez et tournez les poignées des casseroles vers l'arrière de la cuisinière.



Vérifiez toujours la température de l'eau avec votre bras ou votre coude avant de mettre votre enfant dans le bain.



Installez une barrière ou un écran de sécurité vissé autour de votre foyer.



Gardez tous les appareils électroménagers et les cordons électriques loin du bord du comptoir.

# Empoisonnement

## Saviez-vous que...?

Près de la moitié des empoisonnements touchent des enfants de moins de 6 ans. La plupart se produisent à la maison.

La supervision est le meilleur moyen de protéger votre enfant contre l'empoisonnement.

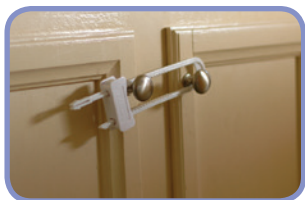


Gardez les produits toxiques dans leurs contenants originaux.

Installez un détecteur de monoxyde de carbone selon les instructions du fabricant.



# Comment puis-je prévenir l'empoisonnement?



Placez les produits toxiques à un endroit non accessible, hors de la portée et de la vue des enfants.



Placez les bouteilles avec capuchons de sécurité dans une armoire non accessible, puisqu'elles ne sont pas à l'épreuve des enfants; il est facile pour les jeunes enfants d'enlever les capuchons.



Souvent, les enfants ne voient pas la différence entre les produits nocifs et ceux sans danger. Certains produits toxiques ressemblent à d'autres qui ne le sont pas.



Gardez les plantes loin des bébés et des jeunes enfants, puisque beaucoup de plantes sont toxiques. Il est important de savoir lesquelles.

# Étouffement

## Saviez-vous que...?

Les bébés, les tout-petits et les jeunes enfants aiment se mettre des choses dans la bouche. Ils peuvent s'étouffer si des aliments ou des petits objets restent pris dans leur gorge et bloquent leur respiration.

La supervision est la meilleure façon d'empêcher votre enfant de s'étouffer.

Étouffement



# Comment puis-je prévenir l'étouffement?



Assoyez-vous toujours avec votre enfant quand il mange et portez-lui attention.



Gardez la monnaie, les piles, les ballons, les aimants, les bonbons durs et les autres petits objets loin des bébés et des jeunes enfants.



Coupez les saucisses, les raisins et les autres aliments en petits morceaux avant de les donner à votre enfant pour éviter qu'il ne s'étouffe.



Enseignez aux enfants plus âgés à ne pas laisser traîner de petits objets ou jouets.

# Sécurité en voiture

## Saviez-vous que...?

Les accidents de voiture sont la principale cause de décès et de blessures graves chez les enfants au Canada.

Pour chacun de vos déplacements, votre enfant doit être bien attaché dans un siège d'auto installé correctement qui convient à son âge, à sa taille et à son poids.



# Comment assurer la sécurité de mon enfant en voiture?



Assurez-vous d'avoir un siège d'auto canadien approuvé et de savoir comment l'installer et l'utiliser correctement.



Utilisez les directives d'installation du siège d'auto et le manuel du propriétaire de la voiture à titre de guides. Vous trouverez des vidéos pour vous aider à installer un siège au [www.mto.gov.on.ca](http://www.mto.gov.on.ca).



Il faut toujours placer les enfants sur la banquette arrière de la voiture, préférablement au milieu.



À mesure que votre enfant grandit, assurez-vous d'apporter les changements nécessaires au siège et de passer au prochain type de siège au moment approprié.

# Sécurité des produits

## Saviez-vous que...?

Chaque jour, des produits pour enfants font l'objet de rappels pour des raisons de sécurité.



Soyez vigilant lorsque vous achetez ou recevez des produits usagés pour votre enfant. Il est possible que certains produits ne répondent pas aux exigences réglementaires actuelles.



Suivez toujours toutes les instructions du fabricant.



Si vous achetez des produits à l'extérieur du pays, assurez-vous que leur utilisation est approuvée au Canada.



# Que dois-je savoir?



Vérifiez s'il y a de petits aimants dans les jouets et gardez ceux qui en ont hors de la portée des jeunes enfants. Si l'enfant avale deux ou plusieurs aimants, il peut subir de graves dommages internes.



Vérifiez s'il y a du plomb dans les jouets de votre enfant. Le plomb peut être très nocif pour les bébés et les enfants.



N'utilisez pas de marchettes, de bougies qui se rallument automatiquement ou de dispositifs d'appui des biberons. Ces produits sont interdits au Canada, puisqu'ils ont causé beaucoup de blessures.



Remplissez et postez la carte d'enregistrement pour tous les nouveaux produits achetés pour votre enfant et inscrivez-vous aux listes de rappel ou vérifiez-les dans le site Web Canadiens en santé au [www.healthycanadians.gc.ca](http://www.healthycanadians.gc.ca)

# Sécurité aquatique

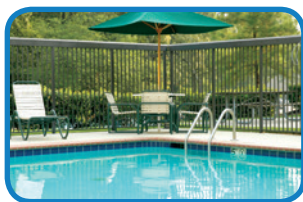
## Saviez-vous que...?

Au Canada, la noyade est la deuxième cause de décès chez les enfants de 1 an à 14 ans.

La supervision est le meilleur moyen de prévenir la noyade de votre enfant.



Restez toujours à portée de main et de vue de votre enfant quand il est dans l'eau ou près de l'eau.



Les piscines résidentielles doivent être entourées d'une clôture des quatre côtés et être dotées de barrières qui se ferment et se verrouillent automatiquement.

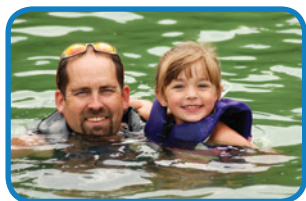
# Comment puis-je prévenir la noyade?



Restez toujours juste à côté de votre enfant quand il est dans le bain. Si vous devez partir, amenez-le avec vous.



Les anneaux et sièges de bain pour bébés ne sont pas sécuritaires. Votre enfant pourrait glisser sous l'eau. Restez avec votre enfant en tout temps.



Assurez-vous que les jeunes enfants, les enfants qui nagent moins bien et ceux qui ne savent pas nager portent un gilet de sauvetage ou des vêtements de flottaison individuels lorsqu'ils sont près de l'eau.



Toute surface d'eau, peu importe ses dimensions ou sa profondeur, présente un danger de noyade pour votre enfant.

# Sommeil sécuritaire

## Saviez-vous que...?

Créer un milieu de sommeil sécuritaire pour votre bébé peut réduire le risque du syndrome de mort subite du nourrisson.

Le berceau, moïse ou lit d'enfant de votre bébé doit répondre aux normes canadiennes de sécurité présentement en vigueur.

Le Bureau de santé de Middlesex-London recommande de partager la chambre avec votre bébé durant les six premiers mois.



# Que dois-je savoir?



Couchez toujours votre bébé sur le dos. L'endroit le plus sécuritaire où faire dormir votre bébé est dans son berceau, son moïse ou son lit d'enfant, seul, près de votre lit.



Ne mettez pas de bordures de protection, d'oreillers, de couettes, de couvertures épaisses, de jouets ou de coussins de positionnement dans le berceau, moïse ou lit d'enfant de votre bébé.



Fixez les cordons des stores hauts, hors de la portée de votre enfant, car ils présentent un risque d'étranglement.



Assurez-vous que le matelas du lit de votre enfant est ferme et bien ajusté. S'il y a un vide, votre bébé peut s'y coincer la tête et cesser de respirer.

# Ressources

## Buckle Up Baby

[www.buckleupbaby.ca](http://www.buckleupbaby.ca)

## Institut canadien de la santé infantile

[www.cich.ca](http://www.cich.ca)

## Société canadienne de pédiatrie

[www.cps.ca](http://www.cps.ca)

## Croix-Rouge canadienne

[www.croixrouge.ca](http://www.croixrouge.ca)

## Children's Hospital at London Health Sciences Centre

[www.lhsc.on.ca/About\\_Us/Childrens\\_Hospital](http://www.lhsc.on.ca/About_Us/Childrens_Hospital)

## Santé Canada

[www.hc-sc.gc.ca](http://www.hc-sc.gc.ca)

## Canadiens en santé

[www.canadiensensante.gc.ca](http://www.canadiensensante.gc.ca)

## Association pour la sécurité des enfants

[www.InfantandToddlerSafety.ca](http://www.InfantandToddlerSafety.ca)

## Service des incendies de London

[www.london.ca/fire](http://www.london.ca/fire)

# Ressources

Bureau de santé de Middlesex-London

[www.healthunit.com/accueil](http://www.healthunit.com/accueil)

Ministère des Transports

[www.mto.gov.on.ca](http://www.mto.gov.on.ca)

Centres de la petite enfance

[www.ontarioearlyyears.ca/french](http://www.ontarioearlyyears.ca/french)

Centre Anti-Poison de l'Ontario

[www.ontariopoisoncentre.ca](http://www.ontariopoisoncentre.ca)

Parachute Canada

[www.parachutecanada.org](http://www.parachutecanada.org)

Agence de la santé publique du Canada

[www.phac-aspc.gc.ca](http://www.phac-aspc.gc.ca)

Ambulance Saint-Jean

[www.sja.ca](http://www.sja.ca)

Transports Canada

[www.tc.gc.ca](http://www.tc.gc.ca)

**Offrez un départ sans danger à votre enfant**  
en apprenant à le garder en sécurité  
et à prévenir les blessures.

**Savoir quoi faire en situation d'urgence**  
pourrait sauver la vie de votre enfant.



***N'oubliez pas de...***

- *suivre un cours de secourisme et de RCR;*
- *de vous inscrire avec votre enfant à un cours de natation.*

***Pour en savoir plus long, rendez-vous au***  
***[www.healthunit.com/safe-start](http://www.healthunit.com/safe-start)***