

LOGO



Prévenir  
les accidents  
de la vie courante

# Les chiffres

Plus de  
**11 millions**  
d'accidents  
par an

**4,5 millions**  
de blessés  
ayant recours  
aux urgences

Les accidents de la vie quotidienne surviennent surtout au domicile et aux abords, mais aussi lors des activités sportives et de loisirs. Ils touchent tous les lieux et toutes les tranches d'âge, même si les moins de 15 ans et les plus de 65 ans en sont plus souvent victimes.

**Plus de 20 000**  
décès par an,  
soit **5 fois plus**  
que les accidents  
de la circulation  
et **20 fois plus**  
que les accidents  
du travail

IMMENSEMENT



C'est la 3<sup>e</sup> cause de mortalité en France, après les cancers et les maladies cardio-vasculaires

C'est la première cause de décès chez les enfants de 1 à 14 ans

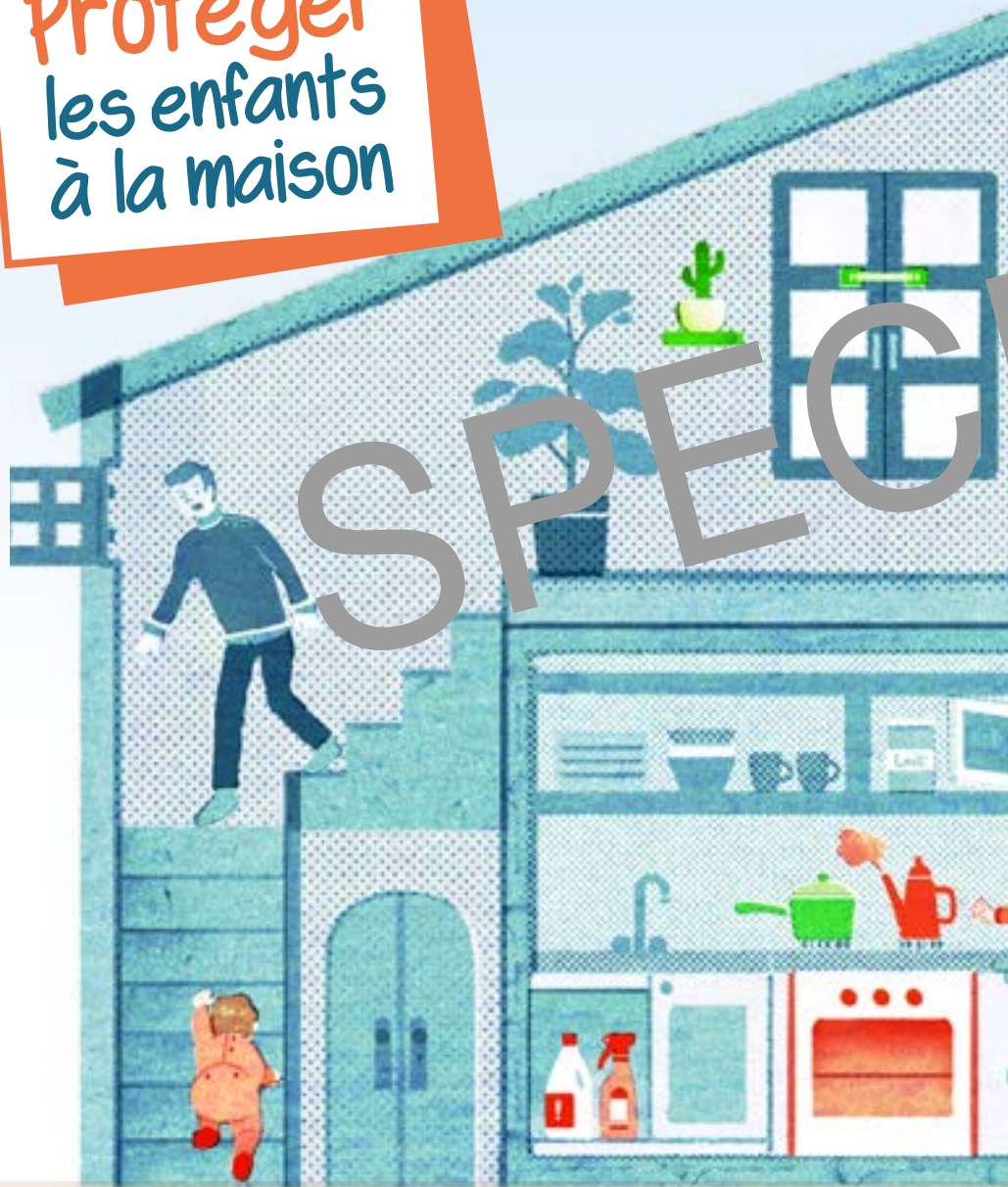
Chez les plus de 75 ans, ils sont la cause de 2 décès sur 3

Les chutes représentent 91 % des décès

La cuisine reste le lieu le plus dangereux (30,4 % des accidents), devant la cour et le jardin (27,5 %)



# Protéger les enfants à la maison





Chaque année, 230 000 enfants sont victimes d'accidents domestiques.

Ingestion d'objets, chutes dans les escaliers ou par la fenêtre, brûlures, coupures, intoxications... sont des risques auxquels les petits sont exposés au quotidien.

+

DES ATELIERS D'INFORMATION ET DE PRÉVENTION SONT ORGANISÉS DANS LES MUTUELLES. RENSEIGNEZ-VOUS.

# Protéger les seniors



Des ateliers  
équilibre sont  
organisés par  
les mutuelles en  
prévention et pour aider  
les seniors à reprendre  
confiance après  
une chute.

IMMENSEMENT



Chez les plus  
de 75 ans, les chutes  
sont les accidents  
les plus fréquents.  
Elles se produisent  
le plus souvent au domicile.

En cause, un environnement  
mal adapté, une mauvaise  
vision, des troubles  
de l'équilibre. En outre,  
chez certains seniors,  
l'isolement retarde  
ou empêche parfois  
l'arrivée des secours.

+

UNE ACTIVITÉ  
PHYSIQUE AINSI  
QU'UNE ALIMENTATION  
ÉQUILIBRÉE SONT  
LES MEILLEURS MOYENS  
DE LUTTER CONTRE  
LES RISQUES DE CHUTE.  
FAITES RÉGULIÈREMENT  
VÉRIFIER VOTRE VUE  
ET VOTRE AUDITION.

# Au jardin

Le jardin est un espace de jeu et de détente pour les enfants et les adultes. Pourtant les accidents, surtout l'été, sont nombreux avec des conséquences parfois graves.

## BARBECUE

- Utilisez un appareil répondant aux normes de sécurité NF.
- Installez-le sur une surface stable, à l'abri du vent, loin de tout ce qui peut s'enflammer.
- Ne vous éloignez pas.





- Ne laissez jamais les enfants jouer à proximité.
- Protégez vos mains avec des maniques ou des gants.
- N'utilisez pas de produit inflammable liquide
- Gardez un extincteur, un seau d'eau ou du sable portée de main.

## JARDINAGE

- Portez un masque, des lunettes de protection, des gants, aux normes CE ou NF et des chaussures fermées.
- Ne laissez jamais traîner d'outils au sol.
- Tondez la pelouse par temps sec, assurez-vous qu'aucun obstacle n'entrave votre passage, éloignez les enfants.
- Rangez les produits hors de la portée des enfants

Expliquez aux enfants que certaines plantes sont toxiques et ne doivent pas être ingérées.

Respectez les consignes d'utilisation des produits.

- Vérifiez que votre vaccination anti-tétanos est à jour.
- Retirez bagues et bijoux, qui pourraient s'accrocher à un clou ou à un grillage.

+

BIEN FIXER AU SOL  
LES PORTIQUES  
ET AUTRES JEUX  
DE JARDIN ET VÉRIFIER  
RÉGULIÈREMENT  
LEUR BON ÉTAT.



# Au bord de l'eau

Dès les premiers rayons de soleil, barboter est un vrai régal. Mais une piscine, un bassin d'ornement, une fontaine présentent des dangers, surtout pour les enfants.

**+**  
INFORMEZ  
VOS ENFANTS DES  
DANGERS DE L'EAU.  
APPRENEZ-LEUR À NAGER  
LE PLUS TÔT POSSIBLE,  
AVEC UN MAÎTRE-NAGEUR  
SAUVETEUR.



→ Ne laissez jamais les enfants sans surveillance : un enfant peut se noyer sans un bruit en moins de trois minutes dans 20 cm d'eau.

→ Nettoyez régulièrement les fontaines et bassins : l'eau stagnante est un véritable nid à bactéries, ce peut intoxiquer les enfants s'ils la boivent.

Il est obligatoire d'équiper les piscines privées d'un dispositif de protection aux normes : barrières de 1,10 m de hauteur avec dispositif de fermeture non déverrouillable par les jeunes enfants, alarme. Cela ne s'applique pas aux piscines gonflables ou démontables.

La vigilance est de mise avec les enfants. Ceux qui ne savent pas nager doivent porter des brassards adaptés à leur taille dès qu'ils sont à proximité de l'eau. Les brassards doivent porter le marquage CE et indiquer la norme NF 13138-1.



# Au Sport

Bénéfique, le sport peut néanmoins être la cause de traumatismes graves. Les chutes à vélo, skate ou roller sont les plus redoutables. Les garçons sont le plus souvent concernés.

**Ne lésinez pas sur l'équipement :** casque, gants, protège-poignets (le poignet est très exposé en cas de chute), coudières, protège-tibias, genouillères...

**Parents :** équipez-vous aussi, donnez l'exemple! Contrôlez régulièrement l'état de votre équipement sportif et celui de vos enfants.



**+**  
DEPUIS 2016,  
LES ENFANTS DE MOINS  
DE 12 ANS DOIVENT  
PORTER UN CASQUE  
LORSQU'ILS FONT DU  
VÉLO, MÊME QUAND ILS  
SONT PASSAGERS.

# Dans les aires de jeux

Les enfants adorent les aires de jeux où ils peuvent se défouler. Quelques règles de sécurité sont à respecter pour qu'ils s'y amusent en toute sécurité.

- Ne laissez jamais vos enfants seuls dans une aire de jeu et surveillez-les en permanence.
- Vérifiez que les jeux sont adaptés à leur âge.
- Retirez-leur tout ce qui pourrait provoquer blessures ou étouffement (cordons, écharpes) et les casques (de type vélo, roller...) qui ne doivent pas être portés dans les aires de jeux.



ASSUREZ-VOUS  
QUE LES STRUCTURES  
SONT DOTÉES  
DE RAMBARDES  
ET DE BARRIÈRES  
SOLIDES POUR ÉVITER  
LES CHUTES.



4-8 ANS

# En cas d'urgence

---

**15**  
Samu

**18**  
Pompier

**112**  
Numéro  
d'urgence  
européen

**114**  
Numéro d'urgence  
pour les personnes sourdes  
et malentendantes

# Bon à savoir

# IMMENSEMENT

## EN CAS D'INTOXICATION

N'attendez pas que les symptômes de l'intoxication apparaissent. Appelez dès l'ingestion le centre antipoison le plus proche. 7 jours sur 7 et 24 heures sur 24, des médecins et des pharmaciens s'y relaient pour répondre aux appels et évaluer les risques dus à une exposition toxique et trouver le traitement adapté. Pour ce faire, la personne qui vous répondra vous demandera l'âge de la victime et son poids, le nom du produit ingéré, le nom et les coordonnées du fabricant (ils figurent sur l'emballage), les circonstances de l'intoxication (accident, tentative de suicide) et les éventuels symptômes observés.

## LES CENTRES ANTIPOISON

- Angers : 02 41 48 21 21
- Bordeaux : 05 56 96 40 80
- Lille : 0800 59 59 59 (appel gratuit)
- Lyon : 04 72 11 69 11
- Marseille : 04 91 75 25 25
- Nancy : 03 83 32 36 36
- Paris : 01 40 05 48 48
- Rennes : 02 99 59 22 22
- Strasbourg : 03 88 37 37 37
- Toulouse : 05 61 77 74 47

Tous travaillent en étroite collaboration avec le Samu et les services d'urgences.

## EN CAS DE DÉTRESSE VITALE SUITE À UN ACCIDENT

Le premier réflexe à avoir est de sécuriser la victime et de contacter le Samu.

## SOS MAIN

Vous trouverez les numéros à contacter en cas de blessure graves à la main sur le site de la Fédération des services d'urgence de la main : [www.fesum.fr](http://www.fesum.fr)



**Un conseil :  
formez-vous  
aux gestes  
de premiers  
secours.**



# LOGO

pra is vissentem publiciente te nonfect atilne  
es bonficae con permissum opon tem pubit ia  
publice rratum fatuus ines retiam octus vitis.  
Les aude consum quod niriviri in diem