

Bobos, microbes...



et cie!



Bulletin de santé publique
Région des Laurentides

En collaboration avec **brunet+**

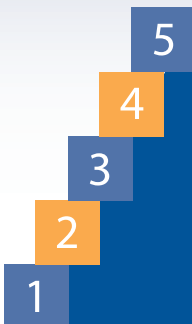
Vol.11 N°3
Juin 2006

Votre cour est-elle sécuritaire?

par Marie-Ève Morin, agente de planification,
de programmation et de recherche

Plusieurs parents aménagent leur cour avec des appareils de jeu pour qu'elle soit plus intéressante pour les enfants. Malheureusement, les blessures qui surviennent dans les aires de jeu sont fréquentes, souvent graves et même mortelles. Au Canada, entre 20 000 et 30 000 enfants sont traités chaque année par les services d'urgence des hôpitaux suite à des blessures survenues dans les aires de jeu; environ 20% de ces blessures surviennent dans les aires de jeu résidentielles.

Une petite règle bien simple : jusqu'à l'âge de 5 ans, on déconseille les appareils de jeu de plus de 5 pieds de hauteur.



Saviez-vous que 70% des blessures qui surviennent dans les aires de jeu sont causées par des chutes?

Quoi faire pour rendre les aires de jeu sécuritaires?

Aucune norme n'existe pour les aires de jeu résidentielles. Toutefois, il est conseillé de suivre ces quelques règles inspirées des normes canadiennes sur les aires de jeu publiques.

- Utiliser des **appareils de jeu adaptés à l'âge de l'enfant** : si l'enfant est trop petit pour atteindre un appareil et s'en servir par ses propres moyens, c'est qu'il n'est pas fait pour un enfant de cet âge.
- Choisir des **sièges de balançoire** faits de **matériel souple** tel que le caoutchouc.
- Prévoir assez d'**espace autour des appareils de jeu** pour éviter que les enfants se blessent lors des déplacements. Les balançoires et les glissoires exigent beaucoup d'espace et de nombreuses cours sont trop petites pour ce type d'appareil.
- **Ancrer** solidement l'appareil dans le sol.
- Pour **éviter ou amortir les chutes** :
 - ✗ choisir des appareils équipés de **rampes**
 - ✗ **empêcher les enfants de moins de cinq ans d'accéder aux appareils de grande hauteur** : par exemple, démonter le premier barreau des échelles pour qu'ils ne puissent pas y monter
 - ✗ installer un **revêtement de sol épais et souple** d'une épaisseur de 15 à 30 centimètres sous les appareils de jeu, comme du sable ou des copeaux de bois. Les surfaces dures comme l'herbe, la terre et le béton sont déconseillées.
- S'assurer que les appareils de jeu ne comportent **pas**
 - ✗ d'**espaces qui pourraient coincer la tête et le cou** des enfants
 - ✗ d'**endroits susceptibles d'accrocher les vêtements des enfants** : vérifier en particulier le haut des glissoires, les crochets en forme de « S » des balançoires et les joints des appareils d'escalade.

Évitez d'installer des clôtures à barreaux horizontaux qui pourraient servir d'échelle et inciter les enfants à les escalader.

Enfin, prévoir des **zones d'ombre**, comme un arbre, un toit ou une pergola, pour protéger les enfants des rayons directs du soleil.

Un bon conseil

brunet+

Les écrans solaires doivent être appliqués même lorsque le temps est nuageux, car les rayons solaires traversent les nuages.

Pour maintenir l'aire de jeu sécuritaire

Inspectez régulièrement l'aire de jeu. Vérifiez les vis, les clous et les boulons des appareils de jeu afin que les structures soient solides et qu'ils n'occasionnent aucun accrochage; portez une attention particulière au-dessous des appareils de jeu. Assurez-vous que le revêtement de sol est en quantité suffisante et n'a pas durci avec le temps. Nettoyez et éliminez régulièrement les débris de l'aire de jeu.

Avant de jouer dans l'aire de jeu, enlevez tout ce qui est susceptible d'étrangler votre enfant :

- ✗ cordons qui resserrent les vêtements
- ✗ cordon pour retenir les mitaines
- ✗ foulard : choisir plutôt le cache-col
- ✗ casque de vélo
- ✗ corde à sauter.

Pendant le jeu

Faites cesser immédiatement tout comportement qui n'est pas sécuritaire et enseignez les règles de base de la sécurité à votre enfant :

- ✗ attends ton tour
- ✗ glisse les pieds en avant
- ✗ ne monte pas dans l'échelle lorsqu'il y a quelqu'un
- ✗ tiens-toi à la rampe
- ✗ assois-toi sur la balançoire et la glissoire
- ✗ éloigne-toi de la balançoire et du bas de la glissoire lorsque tu ne les utilises pas.

Les jeux d'eau

Surveillez toujours les enfants dans les jeux d'eau : n'oubliez jamais qu'un enfant peut se noyer dans 2,5 centimètres d'eau. Soyez donc vigilant avec les jardins d'eau décoratifs et les piscines, et videz les pataugeoires quand vous quittez la zone de jeu.

L'aménagement du carré de sable

- ✗ Choisir un emplacement ombragé pour y installer le carré de sable.
- ✗ Placer le carré de sable assez loin de la clôture pour qu'il ne serve pas de moyen d'escalade.
- ✗ L'aménager loin des aires de jeu mouvementées.
- ✗ À toutes les deux semaines, laver puis désinfecter les jouets avec une solution d'eau de javel, soit une partie d'eau de javel dans neuf parties d'eau, en prenant bien soin de les rincer par la suite.
- ✗ Couvrir le carré de sable lorsqu'il est inutilisé afin d'empêcher les animaux et les débris de s'y infiltrer.
- ✗ Inspecter toujours le sable avant de laisser vos enfants s'y amuser afin d'en retirer les excréments d'animaux.
- ✗ Éviter que le sable se retrouve sur le gazon ou l'asphalte, ce qui rendrait la surface glissante et dangereuse.

La présence d'un adulte est indispensable lorsqu'un enfant s'amuse dans une aire de jeu. De plus, jusqu'à ce que l'enfant ait atteint l'âge de 5 ans, on doit rester à proximité lorsqu'il joue et être toujours prêt à l'attraper lorsqu'il se trouve sur un appareil de jeu.

Source :SécuriJeunes Canada
<http://www.securijeunescanada.ca>

RAPPEL



Nous joignons à ce bulletin le dépliant intitulé **ATTENTION...une CHAUVESOURIS ! Et si elle avait la rage...** que nous vous recommandons de lire attentivement.

Ce dépliant vous renseignera, entre autres, sur le risque de rage chez les chauves-souris et le type de contacts qui peuvent transmettre la rage à l'humain ; il vous informera aussi sur ce qu'il y a à faire lorsqu'un tel contact survient et, si la chauve-souris est disponible, comment la capturer afin de la faire analyser pour savoir si elle est enragée.



Responsable de la publication
Denise Décarie, médecin

Lecture
Jean-Luc Grenier, médecin
Gilles Chaput, service des communications
Caroline Duchesne, infirmière

Publication
Direction de santé publique des
Laurentides
1000 rue Labelle, bureau 210
Saint-Jérôme J7Z 5N6
ISSN 1203-388X

Information
Tél.: (450) 436-8622

Agence de la santé
et des services sociaux
des Laurentides

Québec



Nous tenons à remercier Brunet pour son appui financier à la production de ce bulletin.

Direction de santé publique

brunet
En santé depuis 150 ans

BLAINVILLE
9, boul. Seigneurie Est
Blainville
Tél.: (450) 434-4333

LACHUTE
552, rue Principale
Lachute
Tél.: (450) 562-5271

LAFONTAINE
1950, boul. Labelle
Saint-Jérôme
Tél.: (450) 432-9771

SAINTE-ADÈLE
1208, rue Valiquette
Sainte-Adèle
Tél.: (450) 229-6608-9

SAINTE-ANTOINE
500, boul. Des Laurentides
Saint-Jérôme
Tél.: (450) 436-4662

SAINTE-JÉRÔME
450, Mgr Dubois
Saint-Jérôme
Tél.: (450) 432-4383

SAINTE-AUGUSTIN DE MIRABEL
15637, rue St-Augustin
St-Augustin de Mirabel
Tél.: (450) 475-7650

SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
1060, rue Principale
Sainte-Agathe-des-Monts
Tél.: (819) 326-3456

Bobos, microbes...



...and Co!

Public Health Bulletin
Laurentians Region

In collaboration with



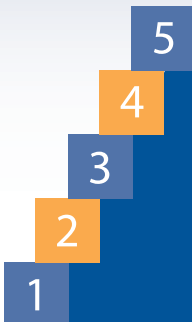
Vol.11 N°3
June 2006

Is your backyard safe?

By Marie-Ève Morin, agente de planification,
de programmation et de recherche

Wanting to make their backyard a more interesting place for their children to play, many parents furnish their backyards with play equipment. Unfortunately, injuries often occur in the playground area, frequently serious and even deadly injuries. In Canada, between 20,000 and 30,000 children are treated each year at the emergency wards of hospitals because of injuries occurring in playground areas : about 20 % of those injuries occur in residential playground areas.

A very simple rule: before the age of 5, installing equipment higher than 5 feet high is not recommended.



How to make home playground areas secure?

There aren't any standards applicable to residential playground areas. However, it is suggested to follow these rules inspired by the Canadian standards for public playgrounds.

- Use **equipment appropriate for the child's age**. If the child is too small to reach the game and use it on his own, then the game is not intended for a child this age.
- Choose a **soft material** for the **swing seats** such as rubber.
- Provide **sufficient surface around the play equipment** to avoid the children from injuring themselves while playing. Swing sets and slides require more space and many backyards cannot provide it.
- Make sure all equipment is **anchored** solidly into the ground.
- To **avoid or lessen falls** :
 - ✗ choose games equipped with **handrails**
 - ✗ **don't let children of less than 5 years have access to high equipment**: for example, remove the first step on the ladders to prevent the child from climbing
 - ✗ provide a **deep and soft ground surface** of 15 to 30 centimeters under the equipment, such as sand or wood chips. Hard surfaces such as grass, earth or cement are not recommended.
- Make sure the equipment **never provides**:
 - ✗ **spaces where the child's head or neck can get stuck**
 - ✗ **areas where the clothes can get caught**: verify especially at the top of the slides, the S-shaped hooks on the swings and the seals of climbing apparatus.

Lastly, provide **shaded areas**, such as a tree, a roof or a pergola, to protect the children from the sun's direct rays.

Did you know that 70% of injuries which occur in the playground areas are caused by falls?

Avoid installing fences with horizontal bars which could be used for climbing and would encourage children to climb them.

A word of advice

brunet

Apply sunscreen even when the weather is cloudy because the sun's rays pass through the clouds.

To help keep home playground areas safe

Inspect the playground area regularly. Check the screws, bolts, and nails on the equipment to make sure the structures are solid and won't cause any snagging; pay particular attention to underneath the equipment. Make sure the depth of the ground surface is sufficient and that this area hasn't hardened with time. Clean and eliminate regularly all debris from the playground area.

Before playing in the playground area remove anything that could strangle your child:

- ✗ drawstrings on clothing
- ✗ strings holding mittens
- ✗ scarves: choose a neck warmer instead
- ✗ bike helmet
- ✗ skipping rope.

While playing

Immediately put a stop to any behavior that is unsafe and teach your child the basic security rules:

- ✗ wait your turn
- ✗ slide feet first
- ✗ don't climb the ladder when another person is using it
- ✗ hold on to the handrails
- ✗ sit down on the swing or slide
- ✗ stay away from swings and the bottom of a slide when you are not using them.

Water games

Always supervise children at water play: remember that a child can drown in as little as 2.5 centimeters of water. Be attentive with decorative water gardens and pools and always empty wading pools when you leave the playground area.

Laying out plans for a sandbox

- ✗ Choose a shaded location to install the sandbox.
- ✗ Install the sandbox far from fences which a child could use as a ladder to climb.
- ✗ Layout the sandbox far from animated play areas.
- ✗ Every second week wash and then disinfect the toys with a bleaching solution, one part bleach for nine parts of water, making sure to rinse carefully afterwards.
- ✗ Cover the sandbox when not in use to avoid having animals and debris entering it.
- ✗ Always inspect the sand before letting the children play in it; remove any animal excrements.
- ✗ Avoid having sand in the grass or on the pavement, this can make the surface slippery and dangerous.

The presence of an adult is indispensable when a child is playing at the playground. Furthermore, till a child reaches the age of 5, an adult should stay close by when he is playing and should always be ready to catch the child when he is on the play equipment.

Source : Safe Kids Canada
<http://www.sickkids.ca/safekidscanada/>

REMINDER



We are including a french version of the pamphlet intitled **ATTENTION...**

une CHAUVÉ-SOURIS! Et si elle avait la rage... We highly recommend reading very attentively this publication. The english version is available on line only on the website of the ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec at

<http://publications.msss.gouv.qc.ca/acrobat/f/documentation/2003/03-277-01AR.pdf>

This publication will inform you, among other things, on the risk of rabies in bats and the types of contact which can transmit rabies to humans. It will also inform you on what to do in case of such contacts and, if the bat is available, how to capture it to have it tested for rabies.



Director of publishing
Denise Décarie, doctor

Lecture
Jean-Luc Grenier, doctor
Gilles Chaput, communications
Caroline Duchesne, nurse

Translation
Marguerite Uson

Publishing
Laurentians Public Health Department
1000, Labelle street, local 210
Saint-Jérôme J7Z 5N6
ISSN 1203-388X

Information
Tél.: (450) 436-8622

Agence de la santé
et des services sociaux
des Laurentides

Québec



We would like to thank Brunet for providing the financial support which has made it possible to publish this bulletin.

Direction de santé publique

brunet
150 years of health

BLAINVILLE
9, boul. Seigneurie Est
Blainville
Tél.: (450) 434-4333

LACHUTE
552, rue Principale
Lachute
Tél.: (450) 562-5271

LAFONTAINE
1950, boul. Labelle
Saint-Jérôme
Tél.: (450) 432-9771

SAINTE-ADÈLE
1208, rue Valiquette
Sainte-Adèle
Tél.: (450) 229-6608-9

SAINT-ANTOINE
500, boul. Des Laurentides
Saint-Jérôme
Tél.: (450) 436-4662

SAINT-JÉRÔME
450, Mgr Dubois
Saint-Jérôme
Tél.: (450) 432-4383

SAINT-AUGUSTIN DE MIRABEL
15637, rue St-Augustin
St-Augustin de Mirabel
Tél.: (450) 475-7650

SAINTE-AGATHE-DES-MONTS
1060, rue Principale
Sainte-Agathe-des-Monts
Tél.: (819) 326-3456