

INITIATIVE SOYONS ACTIFS ET PRUDENTS APRÈS L'ÉCOLE LISTE DE CONTRÔLE
DES PARENTS

GUIDE DE SÉCURITÉ À L'INTENTION DES PARENTS

Tout enfant devrait se sentir en sécurité! Si nous permettons à nos enfants d'apprendre et de jouer dans un environnement sécuritaire tout en leur livrant des messages cohérents sur la sécurité, nous les aiderons à acquérir les compétences dont ils auront besoin pour agir de manière responsable toute leur vie durant.

L'initiative *Soyons actifs et prudents après l'école* a élaboré une gamme d'outils pour attirer l'attention sur la sécurité des programmes parascolaires axés sur la récréation. Le présent *Guide*, que nous avons conçu à l'intention des parents/tuteurs au même titre que la *Liste de contrôle de la sécurité des programmes* et l'*Outil de communication*, aidera les familles à évaluer la sécurité des programmes et à renforcer à la maison les messages clés qui sont livrés aux enfants en matière de sécurité.

COMMENT UTILISER CE GUIDE

Le présent *Guide* veut aider les parents/tuteurs d'enfants participant à des programmes parascolaires axés sur la récréation en leur fournissant des renseignements généraux sur les types de politiques et de procédures de sécurité que peuvent appliquer les programmes de bonne qualité. Il vise aussi à sensibiliser le lecteur au problème des blessures et à le renseigner sur leur prévention¹. Il permettra aussi aux parents/tuteurs de renforcer les messages clés de sécurité qui sont livrés aux enfants et d'établir des pratiques de sécurité similaires à la maison.

INTRODUCTION

LES PARENTS/TUTEURS DEVRAIENT :

- prendre connaissance de chaque sujet traité et suivre les liens Internet fournis pour obtenir des renseignements plus détaillés;
- renforcer à la maison les messages ici livrés en en discutant avec leur enfant et penser à établir des règles/procédures similaires au foyer (lire le document *Outil de communication* pour en savoir plus);
- demander à l'animateur de programme s'il y a des messages de sécurité spécifiques qu'ils peuvent renforcer à la maison (par ex., une « semaine de la sécurité-incendie »);
- réexaminer ce *Guide* à mesure que leur enfant grandit et/ou change de programme pour s'assurer qu'ils renforcent des messages de sécurité adaptés à son âge.

▶ PARTIE 1 : POLITIQUES ET PLANS

Les programmes parascolaires axés sur la récréation sont dotés de plans et de politiques formels qui seront habituellement

¹ Ce Guide n'a pas pour objet d'énumérer toutes les politiques en matière de sécurité mais offre plutôt des renseignements généraux aux parents/tuteurs qui veulent en savoir plus sur le sujet. Les parents/tuteurs devraient toujours examiner soigneusement les politiques et procédures de tous les programmes auxquels ils inscrivent leurs enfants.



affichés sur place ou sur Internet ou encore publiés dans un manuel fourni aux parents. Lorsque vous choisissez un programme, assurez-vous que cette information vous est offerte. Les parents/tuteurs pourront élaborer des plans similaires pour les appliquer à la maison.

LISTE DE CONTRÔLE DE LA SÉCURITÉ DES INSTALLATIONS

Dans le cadre du programme auquel participera votre enfant, une liste de contrôle de la sécurité des installations sera complétée chaque jour pour garantir que les environnements intérieur et extérieur sont sécuritaires. Élaborez une liste de contrôle de la sécurité au foyer et demandez à votre enfant de contribuer à son contenu (qu'il s'agisse, par exemple, de vérifier le fonctionnement des détecteurs de fumée, d'exécuter des exercices d'incendie, de contrôler la sécurité des espaces de jeu intérieurs, d'entreposer les produits chimiques d'une manière sécuritaire, d'apprendre à composer les numéros d'urgence au téléphone, etc.).

Pour en savoir plus sur la sécurité-incendie et l'élaboration d'un plan d'évacuation du domicile, consultez le ministère qui s'occupe de la sécurité dans votre province.

PLANS D'ACTION D'URGENCE

Le programme auquel participera votre enfant sera doté de plans d'action d'urgence garantissant la sécurité de tous et de toutes en tout temps. Il est recommandé que les familles prennent le temps d'élaborer et de réviser un plan d'action d'urgence au foyer établissant notamment une procédure d'évacuation, ce qu'il faut faire en cas de tempête violente ou de panne d'électricité, quand et comment communiquer avec le service 911, comment parer aux dangers que représentent les étrangers, etc.

Pour en savoir plus sur l'élaboration de votre plan d'action d'urgence, informez-vous sur la campagne *Préparez-vous* du gouvernement du Canada.

SÉCURITÉ DES TERRAINS DE JEUX

Examinez les règles de sécurité que le programme de votre enfant applique dans les terrains de jeux. Mettez l'accent sur le jeu responsable. Les plus jeunes enfants devraient toujours être supervisés au terrain de jeux. Les enfants devraient apprendre à avertir un parent s'ils trouvent quelque chose de dangereux au terrain de jeux.

Pour obtenir plus d'information, visitez la section des parents du site Web de SécuriJeunes Canada.

SÉCURITÉ AQUATIQUE

Examinez avec votre enfant tous les messages de sécurité aquatique et appliquez-les strictement en tout temps. Les enfants ne devraient jamais jouer sans supervision dans une piscine ou un plan d'eau quelconque ni au bord de l'eau. Un téléphone et une trousse de premiers soins devraient être disponibles en tout temps. Les programmes doivent disposer d'un plan d'action d'urgence et garantir la sécurité au jeu par le port de dispositifs de flottaison; vous devriez en faire autant. Si la chose est possible, veillez à ce que votre enfant ait l'occasion de suivre des cours de natation. Les enfants doivent toujours se conformer aux directives du sauveteur. Dans un bateau, tous les occupants doivent porter un gilet de sauvetage.

Pour en savoir plus sur la sécurité aquatique en général, consultez la section Natation et sécurité aquatique du site Web de la Croix-Rouge canadienne.



▶ PARTIE 2 : SENSIBILISATION AU PROBLÈME DES BLESSURES ET À LEUR PRÉVENTION

TROUSSE DE PREMIERS SOINS

Assurez-vous que votre enfant a eu l'occasion de voir le contenu d'une trousse de premiers soins et comment on l'utilise. Vérifiez votre trousse à la maison. Assurez-vous qu'il n'y manque rien et que tous les membres de la famille savent où la trouver. N'oubliez pas d'emporter la trousse avec vous lorsque vous voyagez.

Pour obtenir plus d'information sur la préparation de votre trousse de premiers soins, veuillez visiter la section Contenu des trousses – Trousse de secours du site Web de la Croix-Rouge canadienne.

COMMOTIONS

On comprend mieux les effets à long terme des commotions. Celles-ci sont des blessures au cerveau et on doit les soigner d'une manière appropriée pour en minimiser les risques de séquelles à long terme ou de répétition. Les enfants devraient comprendre les symptômes de la commotion: maux de tête, nausée, bourdonnements d'oreille, somnolence, perte de vision, vision double, étourdissements et sentiment d'hébétude, sensibilité à la lumière et aux sons, amnésie, irritabilité, difficulté à se concentrer et mauvaise coordination. En tant que parent/tuteur, vous devriez aussi comprendre les signes de la commotion.

Discutez des façons de prévenir ces blessures. Appliquez des règles raisonnables relativement au jeu actif en demandant notamment à votre enfant de se tenir la tête haute pour éviter les collisions, de ne jamais frapper personne à la tête et de porter un casque approuvé et bien ajusté lorsqu'il fait de la bicyclette ou pratique d'autres sports à haut risque (vérifiez les casques pour vous assurer qu'ils ne sont ni endommagés ni fissurés d'une quelconque façon). Les casques devraient être conçus en fonction de l'activité (par ex., on utilisera un casque de hockey seulement pour jouer au hockey ou pour patiner et un casque de cycliste pour faire du cyclisme).

Pour en savoir plus sur les commotions et les meilleures pratiques en ce domaine, veuillez visiter le site Web *Pensez d'Abord*.

BLESSURES CORPORELLES

Les enfants se font couramment des coupures et écorchures mais on peut prendre des mesures pour prévenir les blessures plus graves et plus aiguës comme les fractures ou entorses. En particulier, vous examinerez les mesures de sécurité au terrain de jeux et veillerez à ce que les enfants portent l'équipement de sécurité qui convient à chacune de leurs activités sportives et récréatives (casques, genouillères et coudières, par ex.). Permettez aux enfants de mesurer leurs habiletés dans un environnement sécuritaire et supervisé.

Pour vous renseigner sur la prévention des blessures en général, visitez la page Prévention des blessures du site Web *Canadiens en santé* (gouvernement du Canada).

VÊTEMENTS CONVENANT À L'ACTIVITÉ

Il est important que les enfants soient vêtus de manière appropriée lorsqu'ils pratiquent une activité physique. En toute situation, veillez à ce que leurs vêtements soient sécuritaires (leurs cordons seront bien attachés et ils n'auront pas sur eux des lacets de serrage ou un foulard lâches qui pourraient se coincer dans le matériel des terrains de jeux, par ex.). Assurez-vous que

La présente Liste de contrôle est une adaptation de ressources conçues par HIGH FIVE®, un organisme fondé par Parcs et Loisirs Ontario qui propose une norme d'assurance qualité en ce qui a trait aux activités récréatives et sportives destinées aux enfants.

PG 3



l'équipement sportif de votre enfant est bien ajusté et de bonne taille, qu'il convient à l'activité et que son degré d'usure a été vérifié. Si votre enfant participe à une activité nécessitant un casque, il ne pourra porter autre chose qu'un casque homologué par la CSA afin d'éviter une blessure à la tête ou une commotion.

Pour plus d'information sur les casques qui conviennent à des activités particulières comme le cyclisme, les sports de glace et de neige et les sports de territoire, veuillez visiter le site Web Pensez d'Abord.