

**GEMAP** Prévention  
ASSUREURS MUTUALISTES

Ensemble pour un quotidien plus sûr

# Dangers à la maison



**PRÉVENIR LES RISQUES  
POUR TOUTE LA FAMILLE**

## LES NUMÉROS UTILES

### Numéros d'urgence, accessibles 24h/24

**Le 15 : Le Samu** pour les urgences médicales

**Le 17 : Police-secours**

**Le 18 : Les sapeurs-pompiers** pour les incendies et les accidents de la route

**Le 112 : Le numéro unique d'urgence en Europe**

**Le 01 40 05 48 48 : Centre anti-poisons** (assistance téléphonique nuit et jour en cas d'intoxication)

### Centres anti-poisons par région

Ile-de-France ( Paris )	01 40 05 48 48
Basse-Normandie, Bretagne ( Rennes )	02 99 59 22 22
Centre et Pays de la Loire ( Angers )	02 41 48 21 21
Haute-Normandie, Nord-Pas-de-Calais, Picardie ( Lille )	0 825 812 822*
Alsace-Franche-Comté ( Strasbourg )	03 88 37 37 37
Bourgogne, Champagne-Ardenne, Lorraine ( Nancy )	03 83 32 36 36
Corse, Languedoc-Roussillon, Provence-Alpes-Côte d'Azur ( Marseille )	04 91 75 25 25
Auvergne, Rhône-Alpes ( Lyon )	04 72 11 69 11
Aquitaine, Poitou-Charentes ( Bordeaux )	05 56 96 40 80
Limousin, Midi-Pyrénées ( Toulouse )	05 61 77 74 47

\* n° indigo

### Urgences et hôpitaux sur Paris

SOS Médecins	36 24
Garde médicale	01 42 72 88 88
Urgences médicales	01 53 94 94 94
Hôpital Armand Trousseau 26, avenue du Docteur Arnold Netter 75012 Paris	01 44 73 74 75
Hôpital Saint-Vincent de Paul 82, avenue Denfert-Rochereau 75014 Paris	01 40 48 81 11
Hôpital Necker-Enfants Malades 149, rue de Sèvres 75015 Paris	01 44 49 40 00
Hôpital Robert Debré 48, boulevard Sérurier 75019 Paris	01 40 03 20 00



## Sommaire

### Éditorial

#### S'informer pour mieux prévenir

Chutes, incendies, noyades, intoxications... les accidents de la vie courante pourraient, dans la plupart des cas, être évités. Pourtant, ils font près de 19 000 morts par an. Et si nous sommes tous concernés, c'est aux âges extrêmes de la vie qu'ils frappent le plus.

Le logement apparaît comme un endroit sécurisant et rassurant. Or, il peut se transformer en lieu de tous les dangers, notamment pour les enfants et les personnes âgées. Alors pour éviter l'évitable, rappelons-nous que si protéger est essentiel, connaître les risques et savoir agir en cas d'accident est vital.

C'est donc tout naturellement que GEMA Prévention propose de vous sensibiliser aux situations dangereuses de votre quotidien. Créée à l'initiative des mutuelles d'assurance adhérentes au GEMA\*, l'association GEMA Prévention a pour ambition de réduire la fréquence et la gravité de la sinistralité à la maison.

Grâce à cette brochure, découvrez les risques pièce par pièce, apprenez à les éviter, vous en protéger et protéger vos proches. Vous trouverez également des fiches indispensables sur le bon comportement à adopter en cas d'accident.

La prévention des risques de la vie courante dépend de chacun pour la santé de tous, **ensemble pour un quotidien plus sûr.**

\* Le GEMA est le syndicat professionnel des mutuelles d'assurance. Il regroupe 47 adhérents qui couvrent deux habitations sur trois : groupe AGPM Assurances, Altima Assurances, AMDM, AMF Mutuelle, Ethias A.A.M. Droit commun, BPCE Assurances, groupe GMF, groupe IMA, groupe Maaf, groupe Macif, groupe MAE, groupe Maif, MAPA-Mutuelle d'assurance, groupe Matmut, MFA, MISPM, Monceau Assurances, Natixis Assurances, Smacl Assurances, le Sou médical, Usu.

Retrouvez les dangers à la maison grâce à l'animation virtuelle des risques à la maison sur [www.gemaprevention.com](http://www.gemaprevention.com)



Avec le soutien de  
Calyxis, pôle d'expertise du risque et de la CSC,  
Commission de la sécurité des consommateurs.



#### DANS LA CUISINE

Les recettes de prévention . . . . . 4

#### DANS LE SALON

Une pièce à vivre en sécurité . . . . . 6

#### DANS LA CHAMBRE

Un refuge à risque . . . . . 8

#### DANS LA SALLE DE BAIN

Une pièce à « eau » risque . . . . . 10

#### DANS LE GARAGE

Gare aux dangers . . . . . 12

#### DANS LE JARDIN

La culture des bons gestes . . . . . 14

#### EN CAS D'INCENDIE

Un foyer d'incendie . . . . . 16

#### MOTS-CLÉS

. . . . . 18

#### LES GESTES QUI SAUVENT

12 conseils . . . . . 19





# Les recettes de prévention

La cuisine est l'une des pièces les plus dangereuses de la maison pour les enfants. Un quart des accidents domestiques s'y produisent et ils touchent particulièrement les enfants entre 1 et 4 ans.

• **27% des brûlures** ont lieu dans la cuisine, et les enfants de 1 à 5 ans sont concernés dans un quart des cas. Le plus souvent, il s'agit d'accidents graves causés par des liquides brûlants (lait, thé, café, huile...). Apprendre aux enfants à s'éloigner du four et des plaques de cuisson. Être également vigilant lors du réchauffage des aliments au micro-ondes : le contenant peut être froid et le contenu bouillant. Une consultation médicale est nécessaire, dès lors qu'une brûlure est égale ou supérieure à la paume de la main.

• **25% des intoxications**, dues à l'ingestion de produits ménagers, touchent les enfants de 1 à 5 ans. Pour éviter tout risque : ranger les produits ménagers hors de portée des enfants et ne jamais transvaser un produit ménager dans un récipient destiné aux produits à usage alimentaire.

• **Un grand nombre de coupures** se produisent dans la cuisine. La première précaution consiste à ranger systématiquement les objets à risque (couteaux, boîtes de conserve ouvertes, ciseaux...) hors de portée des petits. L'installation de bloque-tiroirs peut constituer une parade efficace contre les coupures.

## ⚠ Casseroles

Attention aux projections de liquides bouillants et aux queues de casseroles qui attirent les enfants et qui peuvent être attrapées. Ne pas laisser les appareils ménagers branchés après utilisation et les ranger hors de portée des enfants.

## ⚠ Chaise haute

Il est préférable que les chaises hautes soient conformes à la norme NF. Les enfants doivent systématiquement être attachés pour éviter toute chute et les empêcher d'attraper les objets tranchants, piquants ou trop chauds.

## ⚠ Produits ménagers

Les produits ménagers doivent être rangés hors de vue et hors de portée des enfants. Des bloque-portes permettent d'en éviter l'accès. Ils ne doivent jamais être transvasés dans des contenants alimentaires car l'enfant pourrait s'intoxiquer en les buvant par erreur.

## ⚠ Four

La porte du four est souvent très chaude et les plaques électriques ou en vitrocéramiques le sont également longtemps après avoir été éteintes. Il existe des recouvre-plaques isolants, des grilles de protection pour les portes de four ou encore des portes de four isotherme. La peau d'un enfant brûle plus vite et plus profondément que celle d'un adulte : leur expliquer qu'ils ne doivent pas s'en approcher.

## ⚠ Couteau

Les ustensiles coupants et tranchants doivent être lavés et rangés immédiatement après utilisation hors de portée des enfants. Des bloque-tiroirs faciles à installer empêchent l'enfant d'ouvrir les tiroirs.

## À RETENIR

# 3 POINTS CLÉS

### 1 Prévenir les brûlures

Les appareils de cuisson et les liquides bouillants sont susceptibles de causer une brûlure. Il faut éloigner les enfants des sources de danger, tourner les queues de casseroles vers l'intérieur de la gazinière, et être vigilant avec les aliments chauffés au micro-ondes. Débrancher les appareils ménagers, les laisser refroidir et les ranger hors de portée des enfants.

### 2 Prévenir les intoxications

Les produits ménagers doivent être rangés hors de portée des enfants et toujours conservés dans leur conditionnement d'origine. Mieux vaut privilégier l'achat de bouteilles équipées d'un bouchon de sécurité.

### 3 Prévenir les coupures

Après usage, les objets coupants doivent être rangés hors de portée des enfants, les boîtes de conserve et les bocaux vides, jetés immédiatement dans une poubelle fermée.

## LE BON GESTE

### En cas de brûlure simple

Pratiquez la méthode des « 15 » :

- Refroidir avec de l'eau de 10 à 15 °C
- Pendant 15 mn
- À une distance de 15 cm de la peau

Si la brûlure est grave, enveloppez-la dans un linge propre et appelez les secours ( 15,18 ou 112 ).



# Une pièce à vivre en sécurité

21 % des accidents s'y produisent. Électrifications, chutes, suffocations, cette pièce se révèle aussi dangereuse qu'elle semble accueillante. Quelques conseils pour les éviter.

• **50 enfants de moins de 5 ans** décèdent chaque année des suites d'une suffocation liée à l'ingestion d'un petit corps étranger (cacahouètes, olives, petits jouets...). L'heure de l'apéritif est le moment où l'inattention est au maximum. Les gâteaux apéritifs et l'alcool doivent être tenus hors de portée des enfants.

• **4 000 victimes** d'électrifications graves par an restent handicapées. Il convient de ne pas surcharger les prises électriques, de les cacher et de ne pas provoquer de courts-circuits. Utiliser des cache-prises si la prise n'est pas à l'éclipse. Les rallonges électriques doivent être branchées à un appareil.

• **34 % des chutes** dues à un revêtement de sols touchent les plus de 65 ans et 20 % des victimes de chutes d'escalier sont des enfants de moins de 4 ans. Les traumatismes subis peuvent avoir des conséquences lourdes. Attention aux coins de tapis retournés, aux jouets d'enfants mal rangés... Les escaliers doivent être éclairés, équipés d'une main courante et d'un revêtement non-glissant.

## ⚠ Prises électriques

Souvent visibles et à portée de main, les prises électriques représentent un risque majeur d'électrification. Il est impératif de vérifier l'état des installations et d'éviter les surcharges sur les prises multiples. Attention aux surchauffes qui causent des courts-circuits susceptibles de provoquer un incendie.

## ⚠ Plantes

Un grand nombre de plantes d'intérieur sont toxiques, il est nécessaire de demander conseil à un professionnel avant tout achat car les intoxications peuvent causer des allergies graves, des asphyxies, des troubles de la conscience... Certaines plantes d'intérieur et certains végétaux du quotidien, comme le ficus, le laurier rose ou la clématite sont très toxiques.

## ⚠ Table basse

Les coins de tables basses peuvent blesser les petits lors d'une chute. Équiper les angles saillants des meubles avec des protège-coins.

## ⚠ Escaliers

Les sols glissants, mouillés, gondolés, les lieux de passage encombrés, les tapis et les objets qui traînent, peuvent être la cause de glissades et de chutes. Leurs conséquences sont dramatiques, 6 à 8 % des chutes entraînent des traumatismes. La mise en place de barrières de protection (norme NF), solidement fixées en haut et en bas des escaliers, réduit les risques de chute pour les petits.

## ⚠ Gâteaux apéritifs

Un enfant en bas âge peut s'étouffer en ingurgitant des olives ou des cacahouètes, qui resteraient coincées dans la gorge. En présence de tout-petits, éviter d'en acheter et prévoir plutôt des gâteaux apéritifs qui peuvent convenir à tous.

## À RETENIR

# 3 POINTS CLÉS

### 1 Prévenir les suffocations

Un enfant peut avaler très vite un objet susceptible de l'étouffer. Cacahouètes et autres fruits secs, cigarettes et mégots, épingles à nourrice, cordons, sacs plastiques... doivent être tenus à l'écart et hors de portée des enfants.

### 2 Prévenir les électrifications

Le jeune enfant est tenté d'attraper un fil qui dépasse ou de toucher les prises électriques. Ne pas surcharger les prises, veiller à la conformité du matériel électrique et à son bon état assure un environnement plus serein et réduit les risques d'incendie.

### 3 Prévenir les chutes

Les personnes âgées et les enfants sont les victimes les plus fréquentes de chutes et de glissades. Il est important de vérifier le bon état des revêtements de sol et de dégager les lieux de passage de tout obstacle. Les jouets d'enfant doivent être rangés systématiquement après utilisation et des barrières de protection sont à installer en haut et en bas des escaliers.

## LE BON GESTE

### En cas de chute ou de fracture

- Suite à une chute, si la victime a perdu connaissance, allongez-la sur le côté, la tête vers le bas en maintenant l'alignement de la colonne vertébrale.
- Si un membre est fracturé, ne touchez surtout pas au membre blessé et recouvrez d'un linge propre les os saillants.
- Dans tous les cas, contactez les secours (15, 18 ou 112).



# Un refuge à risque

Les enfants passent la majeure partie de leur temps dans leur chambre. Les dangers y sont présents tout au long de leur croissance. Avant 1 an, 35 % des accidents ont lieu lors de soins prodigués par l'adulte. Et d'autres sont à craindre quand l'enfant chahute, saute, joue...

- La suffocation est la 1<sup>ère</sup> cause de mortalité chez les enfants de moins de 1 an. Et on déplore chaque année, 50 décès d'enfants dus à des corps étrangers bloqués dans la gorge.
- Des meubles peu stables ou mal fixés peuvent provoquer des accidents graves en tombant sur l'enfant. C'est particulièrement vrai avec les tiroirs de commodes laissés ouverts que l'enfant peut escalader, ou avec des petites étagères ou bibliothèques mal fixées au mur.
- Chaque année, 250 enfants de moins de 15 ans tombent par la fenêtre, et 30 en décèdent. Pour prévenir toute chute d'une hauteur, il ne faut placer aucun meuble, ni objet qui faciliteraient l'accès à une fenêtre tel qu'un coffre à jouets, une chaise... et ne jamais laisser un enfant seul dans sa chambre lorsque la fenêtre est ouverte.



## ⚠ Fenêtre

Les conséquences d'une chute sont souvent dramatiques. Aucun meuble ne doit être placé sous une fenêtre. Les fenêtres doivent être équipées de systèmes de sécurité qui limitent l'ouverture à 6 cm, les garde-corps rehaussés et les balcons sécurisés. Il faut également faire comprendre à un enfant les risques encourus en laissant tomber une denrée périssable (une tomate par exemple), constater avec lui son état à l'arrivée et lui apprendre à ne jamais se pencher à la fenêtre ou au balcon.

## ⚠ Meuble

Un enfant a rarement conscience du danger, un tiroir ouvert est tentant à escalader. Tous les meubles doivent être fixés au mur. Attention au risque de confinement : un enfant peut se glisser dans un coffre à jouets pour se cacher, rester prisonnier et manquer d'oxygène. Être également vigilant aux tables basses avec des angles saillants et installer des protège-coins.

## ⚠ Jouets

Les enfants rangent rarement leur chambre et laissent ainsi les jouets encombrer leur espace de jeu. Avalé, un petit objet (pièces de monnaie, petites pièces de jeu de construction, piles de jouet...) risque de l'étouffer. Il est indispensable de choisir des jouets conformes aux normes et exigences de sécurité (CE et NF) et de respecter les indications de limite d'âge. Prendre garde également aux sacs plastiques, l'enfant en le mettant sur sa tête peut s'asphyxier.

## ⚠ Lit

Couette, peluches volumineuses et oreillers sont à proscrire du lit de bébé car ils peuvent l'étouffer. Privilégier un lit à barreaux aux normes et un matelas bien ajusté pour que l'enfant ne puisse glisser dessous. Un dispositif de couchage en hauteur ne convient pas aux enfants de moins de 6 ans.

## À RETENIR

# 3 POINTS CLÉS

### 1 Prévenir les suffocations et les asphyxies

L'être humain ne peut se passer d'oxygène plus de 3 minutes. Sachant qu'un enfant n'a pas les mêmes capacités respiratoires qu'un adulte, il est impératif de ranger les sacs en plastique, les petits jouets (veiller à la mention « Interdit au moins de 36 mois ») et piles boutons qui pourraient être mis à la bouche. Enlever couettes et oreillers des lits des petits. Il est fortement conseillé d'utiliser des turbulettes.

### 2 Prévenir les chutes de meubles ou d'objets

De nombreux meubles, commodes, armoires, consoles, télévisions peuvent basculer accidentellement sur les enfants. Ils doivent être fixés au mur solidement et assemblés conformément aux notices de montage. Les tiroirs doivent systématiquement être refermés après usage.

### 3 Prévenir les défenestrations

Les fenêtres accessibles aux jeunes enfants doivent être munies de fermeture de sécurité qui empêche l'enfant de l'ouvrir totalement. Aucun meuble ne doit être placé sous une fenêtre au risque d'être utilisé comme marchepied.

## LE BON GESTE

### En cas de suffocation

- Si la victime respire mais est inconsciente, allongez-la sur le côté, la tête vers le bas en maintenant l'alignement de la colonne vertébrale et contactez les secours (15, 18, 112). Ne suspendez jamais un enfant par les pieds.



# Une pièce à « eau » risque

Chaque année, l'humidité ambiante, l'équipement électrique, les produits d'hygiène ou de santé sont la cause de 80 000 accidents dont 35 % touchent les enfants de moins de 4 ans.

- **57 % des intoxications** sont dues à l'absorption de médicaments. Systématiquement ranger les médicaments, les produits désinfectants et désodorisants hors de portée et de vue des enfants.
- **L'électrocution fait 200 victimes** par an. L'utilisation d'appareils électriques dans la salle de bain est courante (sèche-cheveux, rasoir électrique, chauffage d'appoint...). Or, la proximité de l'eau augmente le risque. La norme NF C 15-100 impose l'installation de prises conformes à la réglementation en vigueur dans les pièces d'eau ainsi qu'une distance d'au minimum 60 cm entre les prises et les points d'eau.
- **La baignoire est à l'origine de 15 %** des noyades des bébés de moins de 1 an. Dès 2 mois, le bébé se tourne, remue et peut basculer. Il est impératif de ne jamais laisser son enfant sans surveillance dans le bain, même équipé d'accessoires de sécurité (siège, transat ou anneau) et même pour quelques secondes. 10 cm d'eau suffisent à un tout-petit pour se noyer.

## ⚠ Médicaments

Les médicaments doivent être placés hors de portée des enfants et rangés dans leur emballage d'origine au risque d'être consommés par erreur comme des bonbons ou des boissons par un enfant ou d'être confondus par l'adulte. Ne jamais présenter un médicament comme un bonbon à un enfant sous prétexte de faciliter sa prise.

## ⚠ Produits cosmétiques

Certains produits cosmétiques contiennent de l'alcool (parfum, eau de toilette, après-rasage...) et peuvent provoquer une intoxication alcoolique grave et des troubles de la conscience pouvant aller jusqu'au coma. Ils ne doivent pas être considérés comme des jouets par les enfants.

## ⚠ Sèche-cheveux

Un appareil électrique, défectueux, ou placé trop près d'un point d'eau peut provoquer une électrocution. Les équipements doivent être conformes aux normes de sécurité en vigueur pour une utilisation dans une pièce humide.

## ⚠ Flaque d'eau

Attention aux risques de chutes liées aux sols mouillés, tapis de bain trempés... Pour éviter toute glissade, il existe des tapis antidérapants ou des pastilles autocollantes à installer dans le fond de la baignoire ou de la douche. Il est également utile de choisir un sol antidérapant.

## ⚠ Eau du bain

La température de l'eau peut causer de graves brûlures. Elle ne doit pas excéder 37 °C. Pour la contrôler, il existe des mitigeurs thermostatiques.

## À RETENIR

# 3 POINTS CLÉS

### 1 Prévenir les chutes

Les risques de chute et glissade sont nombreux : sol glissant, mouillé, tapis trempé, table à langer, baignoire... La parade : tenir en permanence l'enfant lorsqu'il est sur la table à langer, et installer des tapis antidérapants dans le fond de la baignoire et sur le sol. Aérer régulièrement la pièce pour évacuer l'humidité.

### 2 Prévenir les électrocutions et les électrisations

Chargée d'humidité, la salle de bain augmente les risques d'électrocution et d'électrisation. Il est impératif d'éloigner les appareils électriques des points d'eau, de vérifier leur conformité aux normes en vigueur pour une utilisation dans les pièces d'eau et de les ranger immédiatement après utilisation.

### 3 Prévenir les noyades

Surveiller l'enfant est la première des précautions. Entre 1 et 4 ans, il est particulièrement exposé car il découvre l'autonomie avec la marche, est attiré par l'eau et n'a absolument pas conscience du danger.

## LE BON GESTE

### En cas d'intoxication

- N'attendez pas que les symptômes de l'intoxication apparaissent pour appeler le 15 ou le centre anti-poisons de votre région.
- Quel que soit le produit ingéré, ne provoquez pas de vomissements et ne donnez ni eau, ni lait.

# Gare aux dangers

Au-delà d'abriter des véhicules, le garage sert aussi d'atelier de bricolage, de stockage de produits de jardin, de buanderie ou encore d'espace pour le congélateur. Il est le théâtre de 25 % des accidents domestiques.

- **Les outils coupants**, pointus et tranchants doivent être rangés après usage et inaccessibles aux enfants. Ils peuvent être à l'origine de blessures graves. Attention également aux morceaux de verre et de métal rouillé que l'on a pu oublier de jeter.
- **Les solvants**, peintures, aérosols... peuvent être à l'origine d'empoisonnements ou de brûlures sévères. Ils ne doivent pas être stockés en quantité et doivent être rangés hors de portée des enfants. Il faut lire attentivement et conserver les modes d'emploi de chaque produit et porter des équipements de sécurité (lunettes, masques) avant de manipuler des produits chimiques.
- **Chaque année en France, sur 5 000 victimes d'intoxication** au monoxyde de carbone, 90 en décèdent. Les gaz d'échappement d'un véhicule en marche, dans un lieu mal ventilé sont hautement toxiques et se répandent rapidement. Il est impératif de toujours assurer une aération suffisante et de vérifier l'état des ventilations.

## Pot d'échappement

Les gaz d'échappement contiennent des substances nocives comme l'oxyde de carbone, le plomb ou les « particules ». Ils sont très toxiques et se répandent rapidement dans un lieu fermé. Il faut veiller à aérer un espace confiné et s'assurer de l'efficacité des ventilations.

## Porte du garage

Les portes automatiques roulantes ou basculantes peuvent blesser. Ne pas laisser les enfants jouer à proximité et les surveiller lorsque la porte est en mouvement.

## Produits chimiques

Attention au stockage des produits : bombes aérosols stockées à proximité d'essence, ou d'ampoules nues, mélange de produits qui peuvent produire une réaction chimique. Les conserver dans leur emballage d'origine, avec leur mode d'emploi. Faire le tri régulièrement et jeter les produits inutiles ou périmés. Utiliser des équipements de sécurité (gants, masque...) pendant leur manipulation et veiller à ne pas les manipuler en présence d'enfants.

## Caisse à outils

Les caisses à outils, les planches, les échelles en équilibre instable peuvent tomber facilement et être la cause de blessures graves. Ils doivent être rangés dans un lieu sûr et hors de portée des enfants.

## Objets coupants

Les outils coupants ou pointus peuvent causer des coupures profondes, ils doivent être rangés hors de portée des enfants et dans un lieu sécurisé. L'utilisateur doit porter une protection particulière.

## À RETENIR

# 3 POINTS CLÉS

### 1 Prévenir les coupures

Une pièce désordonnée, dans laquelle les outils sont mal rangés, peut être source de blessures graves. Ne pas laisser d'objets dangereux à portée de main d'un enfant (tronçonneuse, marteau...). Ranger et débrancher systématiquement les outils coupants et tranchants, et ne pas désactiver les dispositifs de sécurité des machines.

### 2 Prévenir les intoxications

Les solvants, vernis ou pots de peinture mal fermés et posés sur des étagères de fortune peuvent être à l'origine d'intoxications si les enfants y ont accès. Stocker les produits dans des emballages hermétiques, hors de portée des enfants. Bricoler dans un espace suffisamment ventilé, en dehors de la présence des enfants.

### 3 Prévenir l'intoxication au monoxyde de carbone

Ne jamais obstruer les grilles de ventilation, même par grand froid et ne jamais laisser un véhicule moteur allumé, dans un endroit confiné. Les chaudières supérieures à 400 kw doivent être vérifiées tous les 2 ans.

## LE BON GESTE

### En cas d'intoxication au monoxyde de carbone

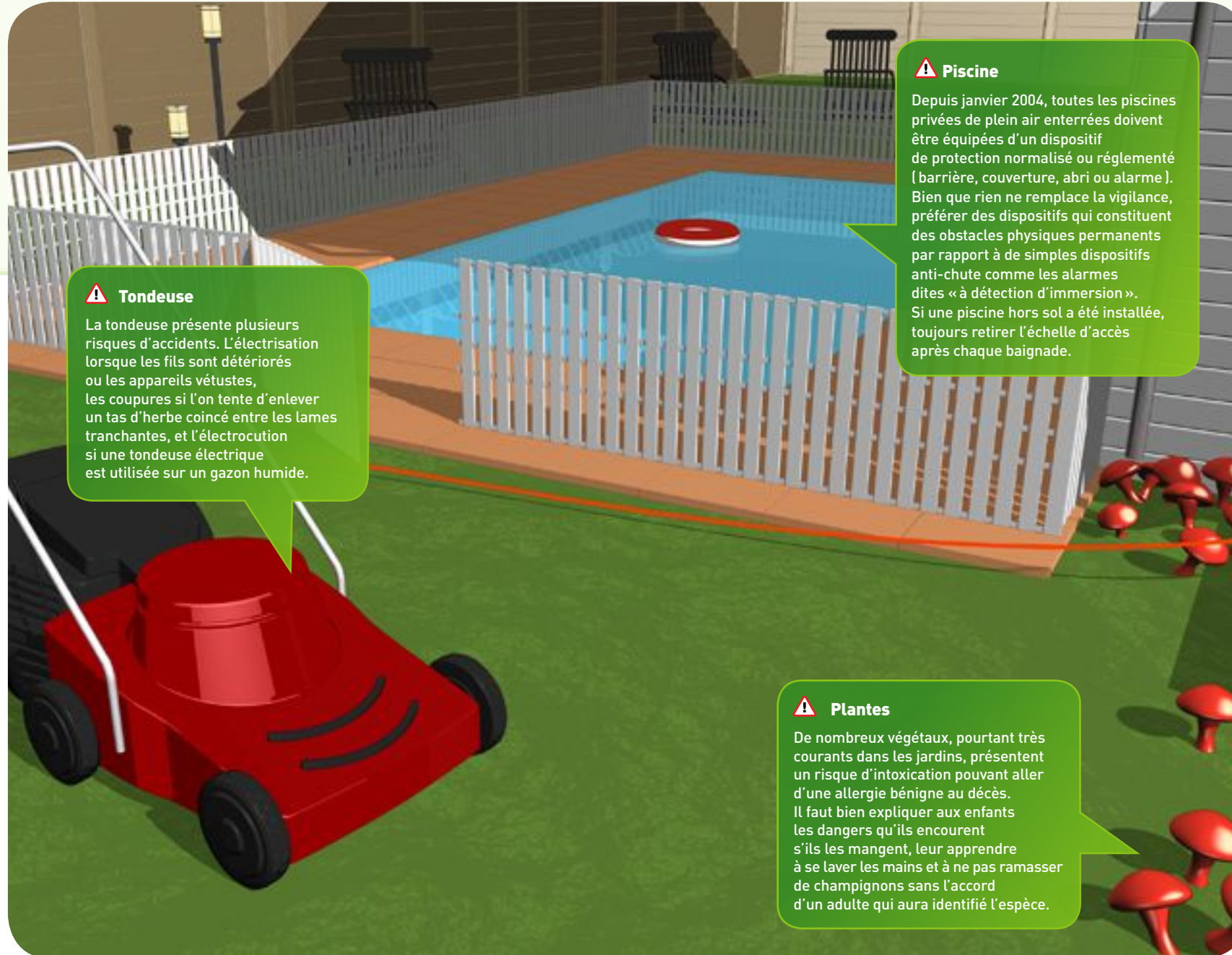
- Le monoxyde de carbone est un gaz incolore, inodore et mortel. Les symptômes ne se manifestent pas forcément dans l'instant : maux de tête, nausées, confusion mentale, fatigue... En cas d'intoxication, ouvrez très largement les fenêtres pour aérer, faites sortir tout le monde et appelez les secours (18 ou 112).



# La culture des bons gestes

Espace de jeu, d'aventure et de détente, avec 24 % d'accidents, le jardin aussi peut se révéler périlleux. Les enfants risquent de se blesser en jouant et les adultes en cuisinant ou jardinant... Les activités pratiquées exposent les familles à des situations dangereuses si des mesures de précaution ne sont pas prises.

- **1 intoxication accidentelle sur 10** se produit dans le jardin. Certains champignons et certaines plantes et baies sont de réels poisons qui causent des intoxications graves parfois même mortelles. Parmi les plantes les plus toxiques, et pourtant très courantes, on peut citer le laurier rose ou encore le muguet.
- **Les accidents** pendant une activité de jardinage sont nombreux : coupe accidentelle du fil électrique de la tondeuse, coupures avec un taille-haie, intoxications ou brûlures avec des produits de traitement... Ne jamais utiliser de taille-haie ou de tronçonneuse seul. Toujours porter des vêtements de sécurité (gants, lunettes). Utiliser un escabeau ou une échelle sur une surface stable pour les travaux en hauteur.
- **40 % des victimes de brûlures** avec des barbecues ont moins de 10 ans. Chez les enfants d'1 à 5 ans, le risque de brûlure au visage est important du fait de leur petite taille. L'alcool à brûler est très inflammable et volatile (flammes petites et peu visibles), il est donc à bannir pour réactiver le feu du barbecue.



## ⚠ Tondeuse

La tondeuse présente plusieurs risques d'accidents. L'électrisation lorsque les fils sont détériorés ou les appareils vétustes, les coupures si l'on tente d'enlever un tas d'herbe coincé entre les lames tranchantes, et l'électrocution si une tondeuse électrique est utilisée sur un gazon humide.

## ⚠ Piscine

Depuis janvier 2004, toutes les piscines privées de plein air enterrées doivent être équipées d'un dispositif de protection normalisé ou réglementé (barrière, couverture, abri ou alarme). Bien que rien ne remplace la vigilance, préférer des dispositifs qui constituent des obstacles physiques permanents par rapport à de simples dispositifs anti-chute comme les alarmes dites « à détection d'immersion ». Si une piscine hors sol a été installée, toujours retirer l'échelle d'accès après chaque baignade.

## ⚠ Plantes

De nombreux végétaux, pourtant très courants dans les jardins, présentent un risque d'intoxication pouvant aller d'une allergie bénigne au décès. Il faut bien expliquer aux enfants les dangers qu'ils encourent s'ils les mangent, leur apprendre à se laver les mains et à ne pas ramasser de champignons sans l'accord d'un adulte qui aura identifié l'espèce.

## À RETENIR

# 3 POINTS CLÉS

### 1 Prévenir les intoxications

La première des précautions consiste à apprendre aux enfants à ne porter ni feuilles, ni baies, ni fleurs, ni champignons à leur bouche, et à se laver les mains si une plante a été touchée.

### 2 Prévenir les noyades

Entre 1 et 4 ans, l'enfant est particulièrement exposé. Il découvre l'autonomie avec la marche, est attiré par l'eau et n'a pas conscience du danger. La meilleure prévention est de lui apprendre à se familiariser avec l'eau avant l'âge de 5 ans (séance de « bébés nageurs »), de lui apprendre à nager le plus tôt possible et d'expliquer aux plus grands que leurs jeux aquatiques ne sont pas forcément adaptés aux plus petits. Ils doivent également porter des brassards dès qu'ils sont sur un lieu de baignade. Enfin il est nécessaire de se former aux gestes de premiers secours.

### 3 Prévenir les brûlures

L'alcool à brûler est hautement toxique et inflammable, il est fortement conseillé d'utiliser des allume-feux solides pour les barbecues. Les enfants ne doivent pas jouer autour du barbecue, ni s'en approcher.

## LE BON GESTE

### En cas de noyade

- Si la victime est inconsciente et ne respire plus, pratiquez immédiatement le bouche-à-bouche ou le bouche-à-bouche-et-nez s'il s'agit d'un bébé, et appelez le Samu (15).
- Si la victime est inconsciente et respire, allongez-la sur le côté, la tête vers le bas en maintenant l'alignement de la colonne vertébrale et contactez les secours (15, 18, 112).



# Un foyer d'incendie

**2<sup>ème</sup> cause de mortalité accidentelle chez les enfants de moins de 5 ans, un incendie domestique se déclare toutes les 2 minutes en France. Connaître les bons réflexes est fondamental car un incendie ne laisse que peu de temps pour réagir.**

- **Chaque année, 10 000 personnes** sont victimes d'incendies domestiques et 800 en décèdent. À l'origine de nombreux incendies : les produits inflammables et combustibles, les mégots, les bougies ou encore les guirlandes jetés dans le vide-ordures et les poubelles, mais aussi des installations électriques non conformes, mal entretenues ou surexploitées.
- **70% des feux meurtriers** ont lieu la nuit, faute d'avertissement. Lors d'un incendie, la température d'une pièce peut atteindre 600 °C en à peine 5 minutes. Les fumées se propagent rapidement. 2/3 des victimes succombent, asphyxiées, dans leur sommeil, faute d'avoir été réveillées.
- **L'intoxication par inhalation** de fumée est à l'origine de 80 % des décès auxquels on peut ajouter des séquelles graves qui peuvent survenir suite à une exposition de moins de 5 minutes aux fumées toxiques : asthme chronique, insuffisance respiratoire...



### ⚠ Palier

Veiller à ne pas encombrer le palier de meubles, de chariots ou de poussettes... pour faciliter l'évacuation en cas de besoin.

### ⚠ Extincteurs

Il est recommandé de s'équiper d'un extincteur polyvalent A, B et C pour combattre les débuts d'incendie dus aux feux de bois, papiers, tissus, charbon, huile, fioul... Ne pas tenter de lutter seul contre les flammes sans avoir auparavant appelé les pompiers. Veiller à ne pas s'approcher trop près du feu lorsqu'on utilise un extincteur et à lire attentivement les consignes d'utilisation.

### ⚠ Fenêtre

Se signaler à une fenêtre ou au balcon en attendant les secours. Ne pas hésiter à crier et à taper fort pour être entendu.

### ⚠ Détecteur de fumée

Une loi, adoptée début 2010, rend obligatoire l'installation de détecteurs de fumée dans toutes les habitations en 2015. Les fumées sont responsables de 80% des décès. S'équiper de détecteurs de fumée, conformes à la norme NF, divise par 2 le nombre des décès en cas d'incendie. Les installer à chaque étage, de préférence près des chambres.

### ⚠ Compteur électrique

Faire entretenir régulièrement les installations électriques et les conduits de cheminée par des professionnels ( le ramonage doit se faire 2 fois par an ). Vérifier les appareils électriques ( cordon abîmé, halogène sans grille de protection, chaudière, chauffe-eau... ) et ne pas obstruer les grilles d'aération.

## À RETENIR

# 3 POINTS CLÉS

### 1 Si le feu se déclare à l'étage du dessus

Sortir rapidement avec toutes les personnes présentes. Ne jamais laisser seul un enfant ou une personne âgée, même pour aller chercher du secours. Fermer la porte en partant et se tenir à la disposition des sapeurs-pompiers. Ne jamais prendre l'ascenseur.

### 2 Si le feu se déclare à l'étage du dessous

Rester chez soi, fermer les issues et appeler le 18 ou 112. Arroser la porte si la fumée passe en dessous et calfeutrer l'espace entre les portes et le sol avec des linges mouillés. Si les fumées toxiques envahissent la pièce, ramper au sol et se couvrir le nez et la bouche avec un tissu humide en attendant l'arrivée des secours. Ne jamais prendre l'ascenseur.

### 3 Si le feu se déclare à l'extérieur du logement

Fermer tous les volets, les portes, ainsi que la trappe de la cheminée et les bouches d'aération. Calfeutrer le bas des portes avec un linge mouillé pour empêcher la fumée d'entrer. Appeler les secours 18 ou 112.

## LE BON GESTE

### Si le feu a pris sur une personne

- Arrosez immédiatement la victime avec de l'eau sans la déshabiller.
- S'il n'y a pas d'eau à proximité, allongez-la et enroulez-la dans une couverture ou un vêtement large.
- Sans eau ni couverture, il faut en urgence se rouler par terre et surtout ne jamais enlever les vêtements de la victime qui collent à la peau.



<b>A</b>		
Allergie	8-9, 10-11	
fiche	9	
Asphyxie	8-9, 12-13	
fiche	5	
<b>B</b>		
Bouche-à-bouche	10-11	
fiches	1, 2, 8, 10, 11, 12	
Brûlure	4-5, 6-7	
fiche	10-11, 14-15	
	2	
<b>C</b>		
Chute	4-5, 6-7	
	8-9, 12-13	
Convulsion		
fiche	6	
Coupure	4-5, 10-11	
	14-15	
Coup	8-9	
fiche	1	
Court-circuit	6-7, 8-9	
	10-11	
fiche	2	
<b>D</b>		
Détecteur de fumée	16-17	
Défenestration	12-13	
Défibrillateur		
fiche	12	
<b>E</b>		
Électrisation	8-9, 10-11	
fiche	2	
Électrocution	6-7, 10-11	
Empoisonnement	6-7, 14-15	
Étouffement	8-9, 12-13	
fiche	5	
Étourdissement	14-15	
fiches	1, 7	
Évanouissement		
fiche	7	
<b>F</b>		
Feu	16-17	
Fracture	8-9	
fiche	3	
Fumée	14-15, 16-17	
<b>G</b>		
Gaz	14-15	
Glissade	6-7, 8-9	
<b>H</b>		
Hémorragie		
fiche	8	
Huile	4-5	
Hypoglycémie		
fiche	7	
<b>I</b>		
Incendie	16-17	
Infection		
fiche	4	
Intoxication	4-5, 6-7, 8-9	
	10-11, 14-15, 16-17	
<b>M</b>		
Malaise		
fiches	7, 11	
Monoxyde de carbone	14-15	
Morsure		
fiche	9	
<b>N</b>		
Noyade	6-7, 10-11	
fiche	10	
<b>P</b>		
Perte de connaissance	8-9, 10-11, 12-13	
fiches	1, 2, 5, 7, 8, 10, 11, 12	
Piqûre		
fiche	9	
<b>R</b>		
Réanimation	10-11	
fiches	1, 2, 5, 8, 10, 11, 12	
<b>S</b>		
Suffocation	8-9, 12-13	
<b>T</b>		
Traumatisme	4-5, 6-7, 8-9	
<b>V</b>		
Vomissement	6-7	
fiches	1, 10	

GEMA Prévention décline toute responsabilité en cas d'accidents, blessures ou maladies survenant pendant ou après des soins prodigués sur les conseils de la brochure "Dangers à la maison".

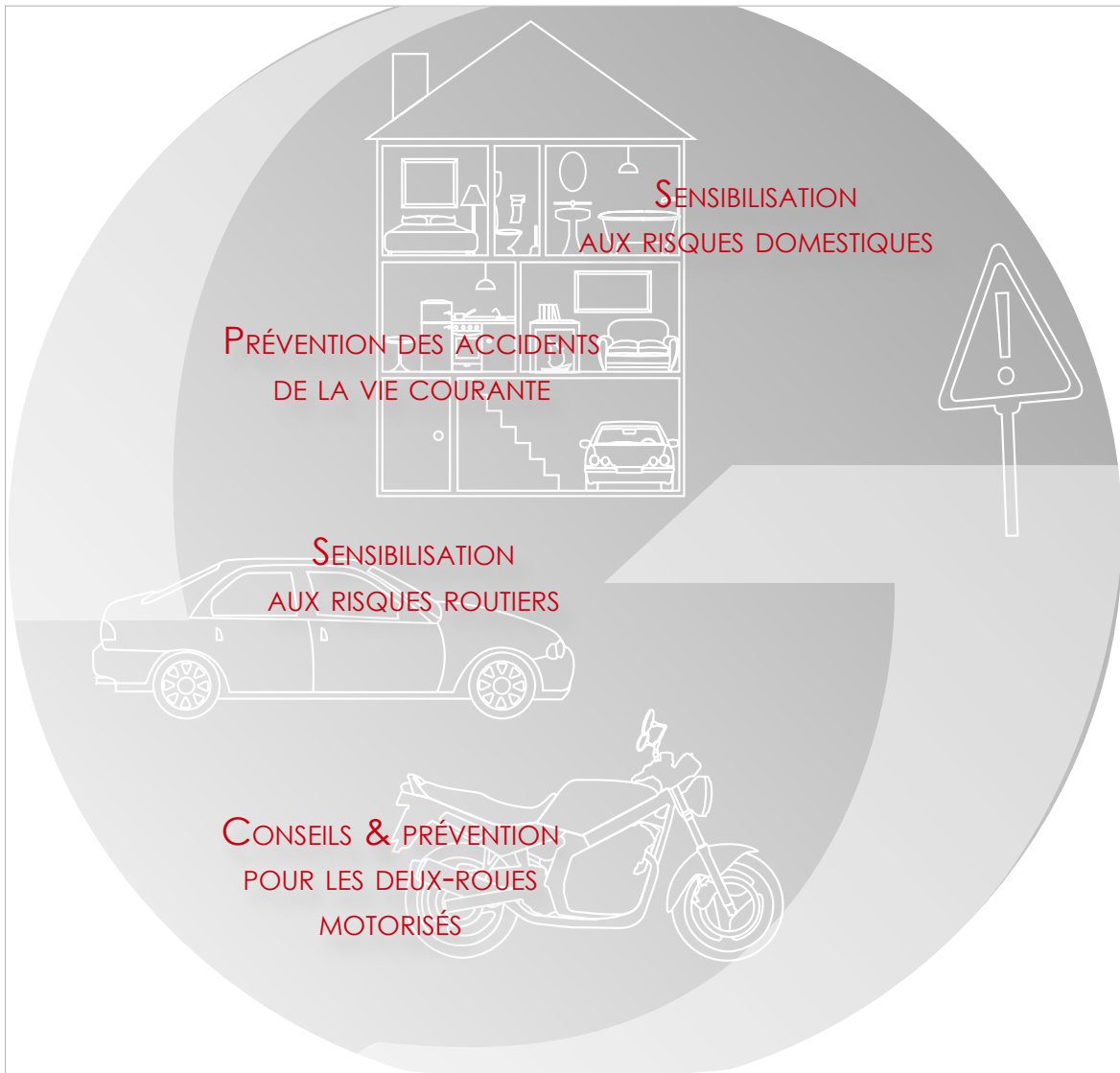
## Les gestes qui sauvent 12 conseils

- Surveiller les suites d'un coup à la tête
- Séparer une victime d'une source électrique
- Ne pas bouger une jambe ou un bras fracturé
- Laver et protéger un œil blessé
- En cas de suffocation, dégager les voies respiratoires
- Protéger une victime de convulsions
- Allonger une personne souffrant d'un malaise
- Conserver le membre sectionné
- Désinfecter une morsure ou une piqûre d'animal
- Sortir très vite de l'eau quelqu'un qui se noie
- Asseoir une victime présentant un malaise cardiaque
- Cinq techniques de base pour porter secours



## En cas d'urgence

- **le 15** : Le Samu
- **le 17** : Police-secours
- **le 18** : Les sapeurs-pompiers
- **le 112** : Le numéro unique d'urgence en Europe



SENSIBILISATION  
AUX RISQUES DOMESTIQUES

PRÉVENTION DES ACCIDENTS  
DE LA VIE COURANTE

SENSIBILISATION  
AUX RISQUES ROUTIERS

CONSEILS & PRÉVENTION  
POUR LES DEUX-ROUES  
MOTORISÉS

**GEMAP**Prévention  
ASSUREURS MUTUALISTES

**GEMA Prévention est une association créée par les assureurs mutualistes du GEMA.**

Syndicat professionnel, le GEMA représente 47 groupes et mutuelles qui assurent collectivement plus d'une voiture de particuliers sur deux et deux habitations sur trois :

