

# une once de prévention...

Débutez la nouvelle année dans la joie, la santé et... sans traumatisme !

**Debbie Friedman**  
Directrice administrative,  
Programme de traumatologie et de prévention des blessures

Les fêtes devraient se vivre dans la joie, en famille et entre amis. Malheureusement, elles sont trop souvent le cadre de blessures, pourtant évitables. Le Programme de traumatologie et de prévention des blessures du Children met en lumière les risques potentiels, et incite les gens à suivre les consignes de sécurité et à faire des choix judicieux. À cet effet, voici quelques conseils pour des fêtes en toute sécurité.

- Tomber de haut ou dans un escalier est une cause fréquente de blessures chez les enfants de 5 ans et moins. Assurez-vous que vos jeunes enfants soient correctement attachés dans une poussette, une chaise haute ou un siège de bébé. Évitez de laisser un enfant sans surveillance sur un comptoir, une table ou sur le dessus d'un coffre de voiture, ne serait-ce qu'une fraction de seconde. Il pourrait facilement glisser ou tomber.
- Pendant les fêtes, les chandelles décoratives ou le transport de boissons chaudes causent souvent des brûlures; elles surviennent aussi lorsque le parent ou un autre intervenant cuisine avec un enfant dans les bras. Pensez-y!
- Si vous optez pour un sapin naturel, arrosez-le fréquemment sans quoi il deviendra un risque d'incendie. Assurez-vous du bon fonctionnement de vos lumières de Noël, rappelez-vous de les éteindre avant de quitter la maison et prenez soin de ne pas surcharger les prises ou les rallonges électriques. Tenez les chandelles décoratives ou la menora loin des enfants et de toute matière inflammable. Encadrez vos enfants au moment d'allumer les chandelles.
- L'ingestion de petites pièces provenant de jouets inappropriés à l'âge de l'enfant, ou de décorations de Noël, de piles ou encore de parcelles d'arbres peut menacer la vie des petits. Lorsque vous décorez votre arbre de Noël, prenez soin de placer les décorations fragiles ou comportant de petites pièces hors de la portée de vos jeunes enfants. Si un jouet exige la supervision des parents, soyez présent lorsque l'enfant l'utilise.



- On voit également des morsures de chien, particulièrement au visage, souvent causées par un jeune chiot offert en cadeau à l'enfant, pendant les fêtes. Les animaux domestiques ne sont pas des jouets et ils exigent une attention soutenue.
- L'ingestion de comprimés laissés à la maison par des proches qui n'ont pas l'habitude d'être entourés de jeunes enfants et qui n'ont pas sécurisé leur maison avant l'arrivée des petits constitue un autre risque que les parents doivent déceler. Il faut toujours avoir sous la main le numéro d'un centre antipoison.
- Avant de vous rendre en voiture chez des parents ou amis, assurez-vous que les sièges de bébé et les sièges rehausseurs satisfont les normes approuvées, qu'ils sont installés correctement et qu'ils conviennent à l'âge de l'enfant selon les recommandations en vigueur.
- Bien sûr, évitez le volant si vous avez consommé de l'alcool, renoncez au téléphone cellulaire en conduisant, portez votre ceinture, ne laissez pas rouler la voiture alors qu'enfants et animaux vous y attendent, respectez les limites de vitesse... et vous passerez de merveilleuses fêtes! Profitez-en bien! ■

**1. EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ, LA PRÉVENTION EST TOUJOURS DE RIGUEUR... MÊME ET SURTOUT PENDANT LA PÉRIODE DES FÊTES. LA PETITE FIONA DAVIS, 3 ANS, SE PRÉPARE POUR CETTE PÉRIODE DE RÉJOUISSANCES. PREVENTION AND SECURITY OFTEN GO HAND IN HAND, PARTICULARLY DURING THE HOLIDAY SEASON. THREE-YEAR-OLD FIONA DAVIS IS GETTING READY FOR THIS MAGICAL TIME OF THE YEAR.**

# ...a pound of cure

Start the New Year off happy,  
healthy... and trauma free!

**Debbie Friedman**  
Administrative Director,  
Trauma Care & Injury Prevention Program

The Holidays is a time to enjoy family, friends, and have fun. Unfortunately, too many preventable injuries occur during this time of the year. The Trauma Care and Injury Prevention Program at The Children's urges everyone to be aware of the potential risks, follow safety recommendations, and make smart choices. Here are some tips so you can safely enjoy the Holiday Season.

- Falling from a height or down stairs is a common cause of injury in the under 5 age group. Make sure your young children are properly restrained in strollers, high chairs or car seats. Do not leave children unattended on countertops, tables or car trunks even for a split second. They can easily slip or tumble off.
- Burns during the Holiday Season can often result from candles used for decoration, hot beverages being carried around, and young children being held while parents or caregivers are cooking. Think about it!



- If you have a natural Christmas tree, water it frequently or it will become a fire hazard. Make sure all of your electric lights are in good working order, remember to turn them off when you leave your house, and be careful not to overload sockets or extension cords. If using decorative candles or a menorah, keep them well out of the reach of children and away from flammable materials. Supervise your children while lighting them.
- Ingestion of small pieces from toys that are not age appropriate, tree ornaments, batteries, decorations or pieces of trees can result in life threatening situations. When you decorate your Christmas tree, keep ornaments that are fragile or contain small parts out of the reach of your young children. If a toy requires parental supervision, please make sure you are on hand when your child plays with it.
- Dog bites, particularly to the face, are also seen and often result from new puppies that children receive as a gift for the Holiday Season. Pets are not toys and close supervision is required.
- Ingestion of pills left out at the homes of relatives (who are not used to having young children around and have not baby proofed their homes) represent another risk that parents must identify. Always have the Poison Control Centre number close by.
- When driving to visit friends and relatives ensure that car seats and boosters meet approved standards, are properly installed and used as per age recommendations.
- Never drink and drive, stay off cell phones, wear seatbelts, never leave children or pets in an idling care, obey speed limits... and you will have a wonderful Holiday Season. Enjoy! ■

