

« Apprendre par le jeu à se protéger des accidents de la vie courante »



Fiche réalisée en collaboration avec le ministère du Travail, de la Santé, des Solidarités et des familles

Les éléments évoqués ci-après à titre de ressources pédagogiques ne sont ni limitatifs, ni exhaustifs et doivent être adaptés au contexte local et aux possibilités techniques des centres.

<p>Objectifs</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Ce document est une fiche pédagogique à destination des équipes des centres SNU et/ou des intervenants pouvant participer à l'animation de l'activité intitulée « Apprendre par le jeu à se protéger des accidents de la vie courante ». • L'atelier a pour triple objectif d'informer les jeunes sur les risques d'accident de la vie courante, d'analyser leurs représentations sur ces risques, de leur apprendre, par des outils ludiques, les gestes de prévention.
<p>Compétences travaillées avec les jeunes volontaires</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • S'informer sur les risques d'accident dans la vie courante, notamment les plus graves et touchant les 15-24 ans, et prendre conscience que ces risques sont majoritairement évitables. • Développer en particulier la perception du risque de noyades, d'intoxications et de chutes et apprendre les gestes de prévention et des réflexes de sécurisation de l'environnement pour éviter ces accidents. • Modifier les comportements face aux risques d'accidents par l'apprentissage en immersion virtuelle (« serious game »). • Renforcer la capacité d'agir et d'entraide des jeunes volontaires en situation de danger dans la vie quotidienne.
<p>Éléments techniques (public, lieu, durée, matériel nécessaire, ressources humaines mobilisables)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Durée conseillée de la séquence : 1 heure 30 minutes • Un ou plusieurs intervenants. Un petit groupe constitué de volontaires de chaque maisonnée peut être formé en amont et se voir confier l'animation des ateliers, sous la supervision des encadrants. • En petit groupe ou par maisonnée au maximum. Pour le « serious game », les jeunes peuvent se mettre par équipes pour viser une émulation collective et leur permettre de comparer leurs réactions face aux différentes situations. • Éléments matériels à rassembler en amont : une ou plusieurs salles, du matériel informatique pour projeter les supports pédagogiques dont les outils « quizz » et « serious game ». À noter que les outils proposés sont disponibles/téléchargeables gratuitement sur internet.
<p>Recommandations / Écueils à éviter</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Veiller à rendre cette intervention le plus vivant et interactif possible, en évitant en particulier la simple succession de situations dangereuses. • Axer sur le dialogue et l'échange argumenté avec les jeunes volontaires. • S'appuyer possiblement sur des cas réels concernant des jeunes (qu'ils soient victimes et/ou sauveteurs) pour permettre l'identification. • Penser la complémentarité avec d'autres activités du tronc commun ou de la coloration (ex : nettoyage de la maisonnée/risques produits chimiques). • Choisir les cas réels évoqués en fonction de l'actualité et/ou de la saison (ex : noyades en été, incendies domestiques en hiver) et/ou en référence à des situations passées. • Veiller à un choix de supports adaptés au jeune âge des volontaires en anticipant les réactions que pourraient susciter l'évocation de ces risques au sein des groupes.

<p><i>Proposition de mise en œuvre</i></p>	<p>→ Voir, ci-après, une proposition de déroulé pédagogique de l'atelier à destination du (ou des) animateur(s).</p>
<p><i>Liens / partenariats</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Ministère du Travail, de la Santé, des Solidarités et des Familles • Les coordonnateurs académiques « Risques majeurs », • Les réserves communales de Sécurité civile, • Le service départemental d'incendie et de secours à proximité du centre SNU (SDIS), etc.

« Apprendre par le jeu à se protéger des accidents de la vie courante »

→ Proposition de kit pédagogique pour l'animateur

Les éléments ci-après décrivant un déroulé pour l'atelier consacré aux « accidents de la vie courante » constituent une proposition. Ces éléments doivent être adaptés au contexte local et aux possibilités techniques des centres.

D'une durée d'environ 1 heure 30 minutes, cet atelier se déroule en plusieurs étapes :

1. INTRODUCTION (10 minutes)

- Proposer un **quiz généraliste** sur les accidents de la vie courante :
Lien : <https://occitanie.mutualite.fr/actualites/les-accidents-de-la-vie-courante-testez-vos-reflexes/>
- **Exposer les risques d'accident de la vie courante les plus graves** concernant les jeunes de 15-24 ans, avec des informations clés¹ :
 - Entre 300 et 400 décès par accident de la vie courante par an, touchant majoritairement les garçons/hommes (environ 80% des décès) ;
 - Principales causes de décès par accident de la vie courante classées par ordre décroissant : **noyades > intoxications > chutes.**
- Rappeler qu'une **bonne hygiène de vie au quotidien** (propreté et rangement de son logement) participe de la prévention des accidents domestiques.

2. FOCUS SUR LES RISQUES DE NOYADES : « SE Baigner sans danger » (10 minutes)

- **Expliquer le risque :**

« C'est bientôt l'été, la saison des vacances et de l'insouciance, le soleil brille et les températures augmentent... rien de tel qu'une baignade pour se rafraîchir ! Pour que ce moment de plaisir ne soit pas gâché, il est important de connaître les bons réflexes qui permettent d'éviter les noyades. Bord de mer, cours d'eau, lac ou piscine, **le risque de noyade est partout** : la vigilance doit toujours être de rigueur ! Jeunes et moins jeunes, **tout le monde est concerné** par ce risque d'accident. **Apprendre à nager le plus tôt possible et adopter les bons comportements** sont les éléments clés de la prévention des noyades. »



¹ [Source BEH mortalité par accidents de la vie courante](#) (SpF/2021)

- **Adopter les gestes de prévention :**

Sensibiliser aux gestes de prévention à partir d'une vidéo du ministère de la Santé : <https://www.facebook.com/Sante.Gouv/videos/pr%C3%A9vention-des-noyades/755976532674708/>



- **Accompagner les questions et/ou les idées reçues :**

Paroles de jeunes	Messages à diffuser
<p>« Boire un verre avant d'aller piquer une tête, ce n'est pas risqué ».</p> 	<p>→ Boire ou se baigner, il faut trancher !</p> <p>Sous alcool, une personne est moins prudente : elle peut aller nager au-delà de ses capacités ou dans des zones dont elle sous-estime la dangerosité. L'équilibre et les réflexes sont également diminués par l'alcool : sur une embarcation, le risque de passer par-dessus bord est plus important lorsqu'on est alcoolisé. Enfin, lorsqu'il fait chaud, la personne alcoolisée est plus sensible aux chocs thermiques qui peuvent conduire à l'arrêt cardiaque.</p>
<p>« Je sais bien nager : je ne risque donc pas de me noyer ».</p> 	<p>→ Savoir nager ne permet pas d'écarter tous les risques de noyade.</p> <p>Il est par ailleurs important de s'assurer de son niveau réel de pratique, par exemple en faisant reconnaître par un maître-nageur sauveteur sa capacité à évoluer dans l'eau en toute sécurité.</p>

- **Ressources pour l'animateur :**

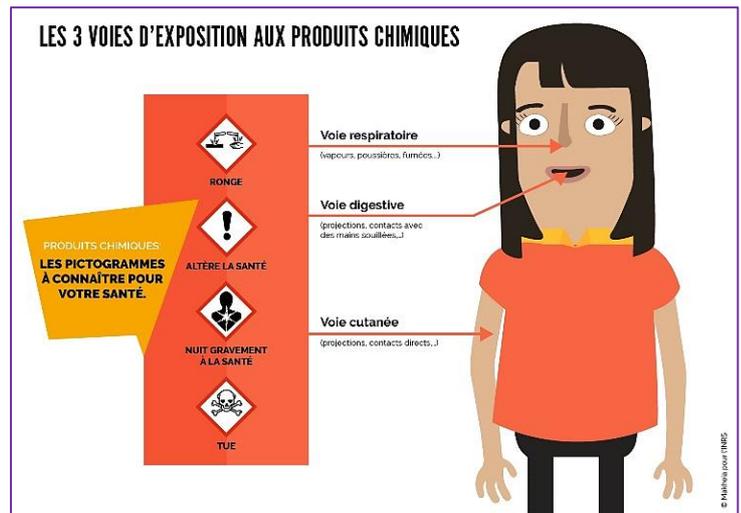
- **Santé publique France :** <https://www.santepubliquefrance.fr/maladies-et-traumatismes/traumatismes/noyade/outils/#tabs>
- **Ministère de l'Environnement :**
Guide sur les loisirs nautiques en mer : https://www.mer.gouv.fr/sites/default/files/2021-02/13058_Guide-loisirs-nautiques-en-MER_web_planches.pdf
Guide sur les loisirs nautiques en eau douce : https://www.ecologie.gouv.fr/sites/default/files/13058_Guide-loisirs-nautiques-en-EAU-DOUCE_web_planches.pdf
- **Ministère de l'Éducation nationale et de la Jeunesse :** <https://www.education.gouv.fr/pour-une-strategie-globale-de-lutte-contre-les-noyades-9800>

3. FOCUS SUR LES INTOXICATIONS DOMESTIQUES « À LA MAISON, UN RÉFLEXE EN PLUS, C'EST UN RISQUE EN MOINS ! » (15 minutes)

a) Risques liés aux produits chimiques

- **Expliquer le risque :** « Les produits d'entretien et les produits ménagers contiennent des **substances chimiques** qui peuvent présenter des risques pour la **santé** : intoxication par ingestion/inhalation, brûlures, démangeaisons, gêne respiratoire, allergies, etc. ».
- **Proposer un quizz sur l'étiquetage des produits chimiques :**

Institut national de la recherche et de la sécurité (INRS) : <https://www.9pictos.com/>



- **Adopter les gestes de prévention :**
 - **Respecter rigoureusement les conditions d'usage des produits** et des solutions à fabriquer soi-même (« Do It Yourself »),
 - **Ne pas mélanger des produits entre eux**, notamment eau de Javel et détartrant,
 - **Ne pas transvaser les produits dans un autre récipient**, surtout alimentaire,
 - **Tenir tous les produits ménagers hors de portée des enfants** et les stocker dans de bonnes conditions,
 - **Aérer votre logement tous les jours**, au moins deux fois par jour pendant 10 minutes.
- **En cas d'intoxication :**
 - **Appeler le centre antipoison** de votre région et conserver l'emballage.
Lien : <https://centres-antipoison.net/>
- **Ressources pour l'animateur :**
 - **Plaquettes de prévention** sur les précaution d'usage des produits ménagers et en cas d'activités de bricolage.
 - **Ministère de la Santé** : https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/produits_menagers.pdf
<https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/bricol-2.pdf>



b) Incendies domestiques et intoxications au monoxyde de carbone

- **Expliquer les risques :** « Les risques d'incendie domestique et d'intoxication au monoxyde de carbone ont souvent des causes similaires. À l'approche de l'hiver ou lors des vagues de froid, **ces risques surviennent souvent suite à des négligences (de mise en conformité, d'entretien) et sont souvent causés par des installations (électriques, chauffages) défectueuses.** Ces deux types d'accidents domestiques ont les mêmes conséquences : intoxication, asphyxie, voire le décès ».
- **Gestes de prévention et/ou ressources pour l'animateur :**
 - **Incendies domestiques**
Ministère de l'Intérieur et des Outre-mer : <https://www.interieur.gouv.fr/Archives/Archives-de-la-rubrique-Ma-securite/Reagir-face-a-un-incendie/L-incendie-chez-vous.-Comment-l-eviter-Que-faire-s-il-survient>
 - **Intoxications au monoxyde de carbone :**
Ministère de la Santé : <https://sante.gouv.fr/sante-et-environnement/batiments/article/intoxications-au-monoxyde-de-carbone>

4. FOCUS SUR LES CHUTES/CHOC : PRATIQUER EN SÉCURITÉ LES ACTIVITÉS SPORTIVES ET DE LOISIRS (10 minutes)

- **Expliquer le risque :**

« La pratique d'une activité physique est bénéfique pour la santé et contribue à réduire l'apparition de nombreuses maladies. Pour les jeunes de 12 à 17 ans, il est recommandé de faire au moins une heure par jour d'activités physiques dynamiques. Néanmoins, le sport peut également être à l'origine d'accidents qui peuvent parfois s'avérer très graves voire mortels. Chez les 10-24 ans, **sur dix accidents de sport, six sont liés à une chute, quatre à un choc**, le plus souvent



contre une personne. Les accidents mortels liés au sport surviennent plus souvent en été pour l'ensemble des sports, et en été et en hiver pour les sports de montagne ».

- **Adopter les gestes de prévention :**
 - **Memento *Pour que la montagne reste un plaisir***
Ministère chargé des Sports : https://www.sports.gouv.fr/sites/default/files/2023-07/memento-pr-vention-montagne-t-fr-6932_1.pdf

- Accompagner les questions et/ou les idées reçues :

Paroles de jeunes	Messages à diffuser
<p>« Je n'aime pas porter un casque lorsque je fais des activités (vélo, patins à roulettes, etc.) : ça me gêne et ça me gâche le plaisir d'en faire ».</p> 	<p>En cas d'accident à vélo, la tête est touchée plus d'une fois sur trois. Dans ce cas, les blessures peuvent être sévères : elles peuvent créer des handicaps et même tuer.</p> <p>Le port du casque permet de prévenir ces accidents graves.</p> <p>C'est pourquoi, même s'il n'est pas obligatoire lorsqu'on a plus de 12 ans, le port du casque est fortement recommandé.</p>

- **Ressources pour l'animateur :**
 - S'appuyer sur des campagnes officielles de prévention du ministère chargé des Sports
- **Ministère chargé des Sports :**
 - Pratiquer l'été : <https://www.sports.gouv.fr/pratiquer-l-ete-100>
 - Pratiquer l'hiver : <https://www.sports.gouv.fr/pratiquer-l-hiver-102>
 - Dix réflexes en or pour pratiquer en sécurité : <https://www.sports.gouv.fr/10-reflexes-en-or-pour-pratiquer-en-securite-700>

5. SÉANCE DE SERIOUS GAME : « ZÉRO ACCIDENT : UN JEU D'ENFANT ! » (40 minutes)

- **Consignes du jeu :** « Il vous arrive de garder votre petit frère ou petite sœur à la maison, ou de faire du baby-sitting ? Mais êtes-vous sûr(e) de bien connaître les risques d'accidents à la maison qui peuvent les toucher ? Jouez à « Zéro accident : un jeu d'enfant ! » et soyez le héros d'un jeu d'exploration pour mieux reconnaître et éviter les accidents des tout-petits : en jouant, déjouez les risques de chutes, d'intoxications, de suffocations, et de noyade ».
- **Séance collective de jeu, par équipes si possible :**
 - **Partie 1 « je cherche et je trouve » (20 min) :** le joueur doit trouver 19 risques d'accidents de la vie courante des moins de 5 ans dans un logement virtuel et en les découvrant, des recommandations de prévention lui sont fournies. Une partie alternative est possible grâce à la « perspective enfant » où le joueur adopte la hauteur de vue et la perception d'un enfant de moins de 5 ans.
 - **Partie 2 « je sécurise » (10 min) :** une fois la partie 1 terminée (condition nécessaire pour accéder à la partie 2), le joueur teste ses connaissances et ses pratiques de prévention/sécurisation avec un quizz ;

- **Partie 3 « je pratique » (10 min)** : une fois la partie 1 terminée (condition nécessaire pour accéder à la partie 3), le joueur part « en mission » pour appliquer ses connaissances dans le logement virtuel.

- **Liens vers le jeu :**

Sur ordinateur en ligne : [Zéro Accident : Un Jeu d'Enfant !](#)

Sur tablette et smartphone via [l'application 1000 premiers jours](#)

6. TEMPS CONCLUSIF – SYNTHÈSE RAPIDE DES ENSEIGNEMENTS À TIRER DE LA SÉQUENCE (5 minutes)

MESSAGES IMPORTANTS À DIFFUSER AUPRÈS DES INTERVENANTS

- Les **accidents de la vie courante** sont des **traumatismes non intentionnels** (noyades, intoxications, suffocations, chutes, incendies, etc...) pouvant survenir **à la maison ou à l'extérieur** ; ils incluent en particulier les accidents scolaires, les accidents de sport et les accidents de vacances et de loisirs (sont exclus les accidents de la circulation et du travail). Ils sont **responsables chaque année de près de 20 000 décès, soit cinq fois plus nombreux que les décès par accidents de la circulation**, et de plusieurs centaines de milliers d'hospitalisations. **De nombreux accidents domestiques pourraient être évités par de la prévention adaptée.**
- L'acculturation des jeunes aux risques de sécurité liés aux accidents de la vie courante est particulièrement utile car ils peuvent être, au quotidien (activités de baby-sitting, vie en fratrie) et auprès de leur entourage (grands-parents, nourrices, etc.) **des relais privilégiés dans la chaîne de vigilance face aux accidents qui touchent notamment les très jeunes enfants.**
- **Pour cet atelier, des liens peuvent être faits** avec les **activités sportives du séjour de cohésion** (pour aborder les risques de noyades et de chutes) et les **activités de nettoyage de la maisonnée** (pour aborder les risques liés aux produits chimiques/intoxications). Des liens peuvent être également faits avec les activités du tronc commun comme par exemple le **module Premiers secours citoyen (PSC).**