

À la bibliothèque municipale

Premier thème : la sécurité

C'est Bertille Lefebvre, présidente, qui accueillait le public ce samedi. Elle était toute fière de nous faire découvrir les investissements réalisés par la municipalité. "Dorénavant, nous appellerons la bibliothèque, la médiathèque "nous confiait-elle le sourire aux lèvres.

La reprise des journées à thème s'est faite avec un sujet très important et vaste : la sécurité. Le sujet était pour toutes les générations : parents, enfants et grands-parents. Il faut savoir que les personnes les plus concernées sont les enfants de moins de 15 ans et les personnes âgées de plus de 65 ans. Les blessures sont souvent localisées à l'œil, aux mains, aux genoux, à la tête avec des entorses, des brûlures et des traumatismes crâniens. Le danger est partout ! C'est Elisabeth Leclercq qui ouvrait le débat : "Plus de 48 692 cas d'accidents sur une année ! Ce sont les enfants de moins de 15 ans qui sont plus fréquemment touchés car ils représentent à eux seuls 48 % des accidents et ce sont principalement les garçons (60 %). La tête est la partie du corps la plus souvent touchée, surtout chez l'enfant de moins d'un an. Après 10 ans ce sont les membres qui sont les plus atteints. Les jeux et les loisirs sont les activités prépondérantes (49 %), il faut noter un taux élevé d'accidents à l'école surtout entre 5 et 14 ans (15 %)."

La plupart des accidents pourraient être évités... La prévention pour qu'elle soit efficace doit être double : la prévention passive d'une part en ayant le réflexe sécuritaire lors de l'achat de matériel pour enfant en allant de la puériculture jusqu'aux jouets. Il convient d'aménager sa maison ou son appartement à l'arrivée de jeunes enfants et de les habituer au port d'un



Les participants ont pu revoir des règles essentielles pour éviter les pièges et accidents de la vie quotidienne.

casque lors de la pratique de certains sports. Ensuite, la prévention active en apprenant le risque aux enfants. Cet apprentissage progressif et bien compris est le garant d'une bonne prévention. La sensibilisation et l'éducation des parents sont indispensables. Certes l'achat d'un matériel conforme aux normes de sécurité et adapté à l'âge de l'enfant est primordial, mettre hors de portée les médicaments est nécessaire, mais la vigilance et la surveillance parentales semblent, à elles seules, diminuer bon nombre d'accidents.

Les personnes âgées sont aussi concernées. Elles voient moins claires, elles sont moins sensibles au toucher, à l'odorat, leurs pas sont hésitants... "Environ 4000 accidents chez nos aînés par an, c'est énorme ! 77 % sont spécifiques à la chute et touchent particulièrement les femmes. Ces chutes sont

souvent dues à des objets usuels dans la maison (fils électriques traînant par terre, tapis, mobilier). Le taux d'hospitalisation est élevé (35 %) et augmente avec l'âge et le temps d'hospitalisation est souvent supérieur à 10 jours. Ces chutes chez nos aînés peuvent avoir une répercussion physique allant de la simple contusion jusqu'à la fracture de la hanche mais aussi un retentissement psychologique avec une perte de confiance en soi, une diminution de la mobilité et un accroissement de la dépendance "continuait Elisabeth. Pour éviter ces chutes, il faut les conseiller ! Elles ne doivent pas mettre des vêtements trop amples et trop longs. Il faut contrôler les prises et associations médicamenteuses, encourager l'activité physique, dépister régulièrement leurs déficiences, améliorer l'éclairage de leur habitat. Il semble bon de

disposer des mains courantes dans les sanitaires et les escaliers, d'équiper les salles de bains de revêtement de sol antidérapant, de poser des systèmes d'alarmes électroniques au domicile et de susciter l'appui social pour la surveillance régulière des personnes isolées. Toutes ces interventions permettraient de minimiser le risque de chutes et leurs conséquences. Les personnes âgées garderaient leur autonomie et leur qualité de vie.

Chaque année, un français sur quinze se retrouve aux urgences suite à un accident de la vie courante et environ 20 000 perdent la vie. Il faut changer les choses et réagir ! Les incendies provoquent 460 décès par an. L'intoxication par la fumée est la première cause de décès chez les victimes d'incendie alors qu'il est possible d'installer des détecteurs de fumée ! La température d'une pièce en feu at-

teint 600°C en 3 minutes et un incendie domestique a lieu toutes les 2 minutes. Il peut être judicieux de s'équiper d'un extincteur pour essayer d'éteindre ce début d'incendie.

Un incendie sur 4 est dû à une installation électrique défectueuse, il faut essayer de faire contrôler régulièrement ces installations. 600 cas d'intoxications par an dans la région par le monoxyde de carbone : il faut effectuer la révision des chaudières, des tuyaux de gaz, ne pas boucher les aérations et ouvrir les fenêtres tous les jours. Pour les intoxications aux produits ménagers ou aux médicaments : les portes des meubles sous évier peuvent être équipées d'un système de fermeture à l'épreuve des enfants, l'achat des produits d'entretien avec un bouchon "de sécurité" (c'est à dire à l'épreuve des enfants) doit être privilégié. L'utilisation d'une bouteille à usage alimentaire pour contenir un autre produit par exemple de l'eau de javel est déconseillée, les produits dangereux et les médicaments sont à ranger dans un meuble inaccessible aux enfants. Pour éviter les brûlures par liquides chauds, il faut régler la température des robinets soit par un réglage central de toute l'installation d'eau chaude sanitaire ou en intégrant des mitigeurs réglés à 50°C. Côté cuisine, la queue de la casserole est tournée vers l'intérieur de la plaque de cuisson, la température des aliments est vérifiée avant ingestion, avec des précautions nécessaires dans le chauffage des biberons et petits pots pour enfants... C'est difficile de penser à tout, mais un réflexe en plus c'est un risque en moins !

Le prochain thème sera tout aussi intéressant. Il aura lieu courant novembre : "Les remèdes de nos grands-mères".