

# Page des parents

## Bientôt l'été...

### *Des jeux et des jouets !*

#### ***Un tapis pour les petits***

Les tapis d'activités sont très intéressants pour stimuler la curiosité des bébés. Composés de tissus, on y retrouve différents éléments: petits animaux, personnages doux au toucher qui émettent différents sons lorsqu'on les manipule. Choisissez des couleurs vives et des textures variées pour maintenir l'intérêt du bébé. Certains sont munis d'une fermeture éclair ce qui en facilite le transport; on peut les fermer et y placer les jouets préférés de bébé en plus des activités déjà offertes.

#### ***Les mains pleines de sable***

Les jouets pour le carré de sable sont incontournables. Optez pour un assortiment varié (seau, pelles, moules, arrosoir, pompe à eau), facile à ranger et à transporter. Les ensembles de jardinage (brouette, fourche, râteau, seau, arrosoir, etc.) sont une belle alternative car ils peuvent être utilisés aussi bien dans le jardin que dans le sable. Ils permettent également de pouvoir imiter papa ou maman. À vos plates-bandes!

#### ***Quand je serai grand***



La nature est pleine de surprises. Les petits s'émerveillent devant une coccinelle et poussent de grands cris à la vue d'une araignée! Une petite boîte en plastique spécialement conçue pour accueillir des insectes comblera leur curiosité. Il en existe différentes tailles sur le marché.

Dès 3 ans, vous pouvez leur offrir une paire de jumelles en plastique; ils vont pouvoir découvrir le monde qui les entoure, vous inclus ! Vérifiez qu'elles s'ajustent aux yeux de votre enfant et qu'elles grossissent assez pour qu'il remarque la différence. C'est l'instrument idéal pour les pique-niques ou les promenades. Il est préférable de choisir des jumelles munies d'une courroie qui se détache lorsqu'on tire dessus, cela évite les risques d'étranglement.

Les aventuriers en herbe apprécieront l'ensemble du parfait explorateur qui inclut différents éléments tels que boussole, loupe, filet pour papillons, etc. La présentation varie de la simple mallette au sac à dos transparent souvent plus attirant.

Enfin, si vous avez un jardin, une tondeuse en plastique suscitera la fierté de votre petit dernier !

#### ***Des rires et de l'eau***

Les enfants raffolent des jeux d'eau! On trouve l'arroseur qui se fixe au boyau d'arrosage. L'eau gicle à travers de petits trous et déclenche le rire des petits dès 18 mois. Sa forme la plus courante reste la borne d'incendie.

Les plus vieux apprécient les fusils à eau munis de gros réservoirs. Si l'idée du fusil vous dérange, vous pouvez choisir le modèle du pompier qui donne une image moins négative à ces poursuites infernales. Dans tous les cas, soyez bien clairs avec les enfants sur le respect des consignes.

## ***Je saute, tu sautes, il saute***

Un peu d'exercice n'a jamais fait de mal à personne! Proposez une partie de ballon sauteur à votre enfant lorsque vous sentez qu'il a besoin de se dépenser. C'est un ballon sur lequel votre enfant s'assoit et rebondit en s'accrochant à la poignée. Il peut être utilisé de différentes manières: circuits, courses, etc. Très amusant à plusieurs. À partir de 3 ans.

## ***Tu tires ou tu pointes ?***

La journée achève et vous avez envie de faire un jeu en famille? Essayez donc la pétanque! La version pour les enfants se compose de 8 boules en plastique et d'une boule plus petite qui sert de cochonnet. Les règles sont simples et réunissent agréablement petits et grands. Facile à transporter, c'est parfait pour le camping, le jardin ou le parc et si tout le quartier veut se joindre à vous, faites donc des équipes! À partir de 5 ans.

## ***Les jeux de voyage: Papa, maman... quand est-ce qu'on arrive ?***

Quel est le plus grand plaisir de votre bébé? Jeter ses jouets le plus loin et le plus souvent possible pour voir où ça tombe! Cette activité n'est pas toujours appréciée dans la voiture. Vous allez donc être séduit par la nouvelle gamme de jouets que l'on peut accrocher au siège d'auto ou à la poussette. Ils sont fixés sur une courroie et permettent à votre enfant d'explorer d'autres possibilités que le lancer de nounours! L'intensité des sons doit être raisonnable car les oreilles des bébés sont fragiles. Vérifiez également si les jouets en tissu sont détachables afin d'être lavés sinon les petits doigts collants risquent de limiter leur durée de vie. À partir de 4 mois.

Dès 6 mois, les jouets électroniques occupent bien les longs trajets. Les petits aiment appuyer souvent sur les touches alors éviter les sons bruyants ou trop répétitifs car vos nerfs risquent de craquer assez rapidement! Les mini-ordinateurs sont très appréciés par les plus grands. Ils offrent un grand nombre d'activités, parfois pédagogiques, telles que l'apprentissage du français, de l'anglais ou des mathématiques, et le son est réglable.

Pour les enfants âgés de 6 ans et plus, il existe une gamme de jeux classiques qui sont repris en version de voyage (jeu de mémoire, jeu du pendu, puissance 4, qui-suis-je?, etc.). Ils ont l'avantage d'être compacts, facile à transporter et d'un prix très abordable. En cas de pluie, ils sont d'un grand secours pour occuper les impatientes.

L'été vous appartient! À vous de jouer!

## ***Les petits bobos de l'été***

Qui dit vacances dit aussi bobos, piqûres, coups de soleil, etc. Pour parer aux mauvaises surprises et aux petits désagréments, voici un guide, provenant du magazine Le Lundi, qui permettra à vos enfants - et à vous aussi ! - de profiter en toute quiétude de la belle saison.

## ***Les piqûres d'insecte***

L'été, rares sont les enfants qui y échappent, qu'il s'agisse de simples piqûres de maringouins ou de celles, plus douloureuses, de mouches noires, de guêpes, d'abeilles, de brûlots et d'autres bestioles de ce genre. Heureusement, ces piqûres sont le plus souvent bénignes et il est possible de limiter les dégâts en prenant quelques précautions.



- Faites porter à votre enfant des manches longues et un pantalon lorsqu'il va dans des endroits infestés d'insectes piqueurs.
- Privilégiez les vêtements confectionnés dans une étoffe épaisse ou tissée serrée; ils protègent mieux. Choisissez-les de couleur pâle, car les moustiques sont attirés par les teintes foncées.
- Utilisez un chasse-moustiques ne contenant pas plus de 30% de DEET. Comme la peau des enfants est beaucoup plus sensible que celle des adultes, optez pour les produits les moins concentrés, et répétez plutôt l'application. Mettez-en uniquement sur la peau exposée et sur les vêtements. N'en appliquez jamais sur le visage ni sur les mains, car votre enfant pourrait en avaler ou s'en mettre dans les yeux. Les répulsifs ne devraient jamais être utilisés sur des enfants de moins de deux ans.

### ***Pour soulager les piqûres...***

- Posez des compresses d'eau fraîche.
- Appliquez de la calamine en lotion.
- Faites-lui prendre un bain de flocons d'avoine.
- Dans le cas de piqûres de guêpes, d'abeilles et de frelons, retirez le dard avec une pince à épiler ou une aiguille passée à la flamme, puis désinfectez. Toutefois, certains enfants sont allergiques au venin de ces insectes; ces piqûres peuvent alors être dangereuses, voire mortelles. N'hésitez pas à appeler le médecin ou à vous rendre à l'hôpital si vous constatez chez votre enfant des réactions anormales (rougeur surélevée et très étendue, gonflement du visage et troubles respiratoires). Si votre enfant est effectivement allergique à ce type de piqûres, il devra dorénavant garder sur lui une dose d'épinéphrine. Ce médicament permet de stopper une réaction allergique grave.

### ***La piscine***

Un enfant peut se noyer dans 20 cm (8 po) d'eau. Par conséquent, ne laissez jamais votre petit seul dans la barboteuse, car il pourrait glisser et s'y noyer. De même, il ne doit jamais rester seul près de la piscine avant de savoir nager. Ne vous fiez pas aux flotteurs ou aux ballons qu'on attache au dos des enfants; ils n'empêcheront pas le vôtre de se noyer. Voici d'autres conseils de sécurité pour la piscine :

- Lorsque personne ne se baigne, soulevez ou enlevez l'échelle qui donne accès à la piscine.
- Si vous avez une piscine creusée, faites poser une clôture la ceinturant afin d'en protéger l'accès. Votre enfant pourra donc s'amuser dans la cour en toute sécurité.
- Installez le système de filtration à au moins 2 m (6 pi 7 po) de la piscine pour éviter que votre enfant n'y grimpe.
- Enlevez toujours la toile solaire lorsque votre enfant se baigne, car il pourrait rester pris dessous et se noyer.
- Achetez un téléphone sans fil pour ne jamais avoir à vous absenter lorsque vous surveillez les enfants qui se baignent. N'oubliez pas que quelques secondes d'inattention suffisent pour qu'un drame se produise...



## Les terrains de jeu

Les terrains de jeu sont très populaires l'été, car les enfants en raffolent. Lorsque vous y emmenez votre jeune, n'oubliez pas d'appliquer les précautions qui suivent afin que ce moment de plaisir ne se transforme pas en catastrophe.

- Retirez ou nouez toujours les cordons de ses vêtements, car ils pourraient se coincer dans l'appareil de jeu et l'étouffer.
- Gardez toujours un œil sur lui, surtout s'il est d'âge préscolaire, et veillez à ce qu'il utilise le matériel correctement.
- Vérifiez si une surface qui absorbe les chocs (sable, gravillon ou copeaux) existe sous les jeux situés à plus de 45 cm (18 po) de hauteur. L'enfant peut se blesser gravement en tombant sur une surface dure, comme le ciment, par exemple.
- Assurez-vous que la surface des jeux n'est pas trop chaude avant l'utilisation (les glissades, par exemple).

## Bicyclette et patins à roues alignées

- Assurez-vous que votre enfant a un casque lorsqu'il roule à bicyclette et, surtout, qu'il le porte correctement.



- Le casque doit être placé droit sur la tête, sans laisser de jeu sur le côté, et la courroie doit être attachée.
- Faites en sorte que votre enfant ne chausse jamais ses patins à roues alignées sans avoir mis un équipement protecteur complet, composé d'un casque, de genouillères, de protège-coudes et de protège-poignets.

- Apprenez à votre enfant à arrêter aux intersections et à regarder des deux côtés pour s'assurer que la voie est libre avant de traverser la rue.

## La chaleur

Les canicules de l'été sont particulièrement pénibles pour les bébés et les enfants. Voici comment aider votre petit à lutter contre la chaleur.

- Soulagez-le en lui donnant des bains d'eau tiède ou fraîche plusieurs fois par jour. Si votre bébé a plus de six mois, placez-le dans la barboteuse, où il s'amusera tout en se rafraîchissant, sous votre surveillance; vous pouvez aussi l'emmener dans la piscine avec vous pour des périodes de 10 minutes à la fois. Il n'y a rien comme une baignade pour se rafraîchir!
- Habillez-le de vêtements légers et amples, de préférence en coton ou en lin. Ne le couvrez pas trop ! Dites-vous que ce qui est confortable pour vous le sera aussi pour lui.
- Couvrez-le mieux si la température ambiante change brusquement, par exemple lorsque vous passez de la chaleur extérieure à un endroit climatisé.
- Assurez-vous que la poussette ou le siège d'auto ne soit pas brûlant avant d'y déposer votre enfant.
- Faites en sorte que votre enfant s'amuse dans les endroits ombragés - surtout lorsque le soleil est à son plus fort, soit entre 11 h et 16 h.
- Donnez-lui plus de liquide que d'habitude pour éviter la déshydratation, de l'eau et des jus de fruits non sucrés feront parfaitement l'affaire. Diluez toutefois les jus de fruits avec de l'eau si votre bébé a moins d'un an.

- Gare au coup de chaleur! Par temps chaud et humide, une surexposition au soleil peut provoquer un coup de chaleur. Cet état qui peut être très grave, présente les symptômes suivants : vertiges, nausées, maux de tête, peau moite et pâle, et respiration saccadée. Si le coup de chaleur est grave, il peut provoquer des vomissements et même un évanouissement. Si votre enfant en est victime, étendez-le dans un endroit frais et soulevez ses pieds à environ 30 cm (12 po) du sol. Faites-lui boire de l'eau salée : versez environ 1 ml (1/4 de c. à thé) de sel dans un demi-litre (2 tasses) d'eau. Consultez ensuite un médecin afin d'écartier tout risque de complications. Vous pouvez toutefois éviter cette situation en suivant les conseils précédents.

## **Le soleil**

### **Les moins de six mois**



Les enfants de moins de six mois ne devraient jamais être exposés directement aux rayons du soleil. De plus, on déconseille fortement, à cet âge, l'usage de la crème solaire, car les

substances chimiques qui y sont contenues peuvent irriter les jeunes peaux. Installez systématiquement votre enfant à l'ombre, et couvrez-le de vêtements légers. N'oubliez pas de lui mettre un chapeau à large bord.

### **De sept mois à deux ans**

Si votre petit a entre sept mois et deux ans, utilisez toujours un écran solaire à base d'oxyde de zinc ou de dioxyde de titane. Attention, toutefois ! N'appliquez jamais de lotion sur son visage ni sur ses mains afin d'éviter qu'elle n'entre en contact avec ses

yeux ou sa bouche. Faites-lui porter un chapeau à large bord et des vêtements confortables au tissage serré.

### **Deux ans et plus**

Si votre enfant est âgé de deux ans et plus, utilisez une crème dont le FPS est de 15 ou plus. Les crèmes solaires pour adultes conviennent aussi aux jeunes. Toutefois, si la peau de votre enfant est plutôt sensible, optez pour un produit hypoallergène ou conçu spécialement pour les enfants. Faites-lui porter un t-shirt et un chapeau (ou une casquette) en tout temps.

### **Autres conseils utiles**

- Appliquez la crème solaire de 15 à 30 minutes avant que l'enfant ne sorte à l'extérieur et remettez-en toutes les deux heures.
- N'oubliez pas d'en appliquer sur les endroits sensibles, comme les oreilles, le cou et le nez, de même que sur les pieds.
- Si votre enfant adore se baigner, renouvelez l'application toutes les heures ou après chaque baignade. Préférez les produits résistants à l'eau (dits hydrofuges).
- Placez toujours la barboteuse à l'ombre ou sous un parasol.
- En cas de coup de soleil, posez des compresses d'eau froide, pendant 15 minutes, plusieurs fois par jour. Utilisez ensuite une lotion hydratante.

### **La plage**

Vous ne devriez jamais laisser votre enfant sans surveillance près de l'eau, surtout s'il ne sait pas nager. Ne vous fiez pas aux sauveteurs - qui ont beaucoup de gens à surveiller - ni aux objets de flottaison. Redoublez de prudence si le courant est fort ou si les vagues sont grosses.

Le sable de la plage peut être pollué par des micro-organismes. Ne laissez pas votre enfant s'amuser nu dans le sable; les petites filles peuvent contracter des vulvites. Placez-le sur une serviette, sous un parasol, et munissez-le de chaussures légères qui laissent passer la transpiration.

### **Le bac à sable**

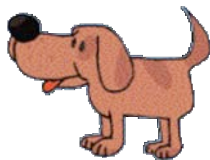
Si vous avez un carré de sable dans votre cour, il est très important de le recouvrir d'une toile de plastique lorsqu'il n'est pas utilisé. En effet, le sable peut être contaminé par des selles de chats ou de chiens. Celles-ci peuvent transmettre des maladies graves comme la toxocarose. Il s'agit d'une infestation causée par les larves d'un petit ver rond contenues dans les selles de chien. Votre enfant peut donc être contaminé en portant les mains à la bouche après avoir joué dans le bac à sable. Les œufs écloront alors dans son intestin et les larves migreront vers d'autres organes du corps en entraînant de graves conséquences, notamment des troubles de la vision, voire la cécité.

### **L'herbe à puce**

L'herbe à puce qui pousse dans les champs et les sous-bois, peut provoquer au contact de l'épiderme de votre enfant une inflammation douloureuse. Pour calmer les démangeaisons, lavez soigneusement la région touchée avec de l'eau et du savon ou encore avec de l'alcool à friction. Si l'infection est importante, n'hésitez pas à consulter un médecin.

### **Les morsures de chien**

La plupart des victimes de morsures de chien sont des jeunes et, le plus souvent, celles-ci se produisent hors du foyer. Comme la gueule de l'animal présente des bactéries et d'autres



micro-organismes qui peuvent provoquer des infections - le tétanos, entre autres -, toute morsure doit être prise au sérieux. On peut toutefois éviter ces incidents en enseignant à l'enfant ces quelques règles de base :

- Ne jamais toucher un chien inconnu, surtout s'il est seul.
- Toujours respecter les inscriptions telles que «Chien méchant», qui laissent supposer la présence d'un animal agressif.
- Ne jamais se précipiter sur un chien ou courir vers lui. Se laisser d'abord renifler par un chien pour que celui-ci puisse établir un premier contact.
- Ne jamais déranger un chien qui dort ou qui mange.
- Ne pas tenter de retirer à un chien l'objet avec lequel il s'amuse, même dans l'intention de jouer avec lui.
- Ne jamais approcher un chien qui grogne, montre les dents, baisse les oreilles vers l'arrière ou encore a la queue entre les pattes.

### **En cas de morsures**

- Nettoyer correctement la lésion en la lavant avec de l'eau tiède et du savon, puis rincer abondamment.
- Sécher la blessure à l'aide d'une gaze ou d'un linge propre.
- Appliquer un antiseptique sur la morsure. Couvrir la blessure de gazes stériles, maintenues par une bande.
- Consulter un médecin même dans le cas d'une morsure légère et apparemment bénigne, afin que votre enfant reçoive un traitement antibiotique et antitétanique si cela s'avère nécessaire. Les morsures de chien sont la cause la plus fréquente de la rage chez l'humain. La rage est une infection virale aiguë du système nerveux qui peut être mortelle si elle n'est pas traitée.

## ***La trousse de premiers soins***

Ayez toujours à portée de la main une trousse de premiers soins pour les petits bobos. Celle-ci devrait contenir des pansements adhésifs, des compresses stériles, un antiseptique topique, une pommade antibiotique, des petits ciseaux, un thermomètre, une pince à épiler, de l'acétaminophène et des médicaments antiallergiques. Pour soulager les petits bobos... nettoyez les plaies à l'eau et au savon, désinfectez, appliquez une pommade antibiotique et posez un pansement.

Bon été !!!



## BIBLIOGRAPHIE

- Prévention et sécurité • Prévention et sécurité • Article • Publié le 30 juillet 1998 • Volet : Parents et familles
- Catherine Goldschmidt, Loisir, sport • Activités et jeux • Article • Publié le 27 mai 1999 • Volet : Parents et familles.
- Lucie Turgeon, magazine Le Lundi, juillet 1998.

Certains dessins ont été tirés du site internet : [www.prescolaire.grandmonde.com](http://www.prescolaire.grandmonde.com)



Juin 2001