



GUIDE RÉFLEXE IMPRIMABLE

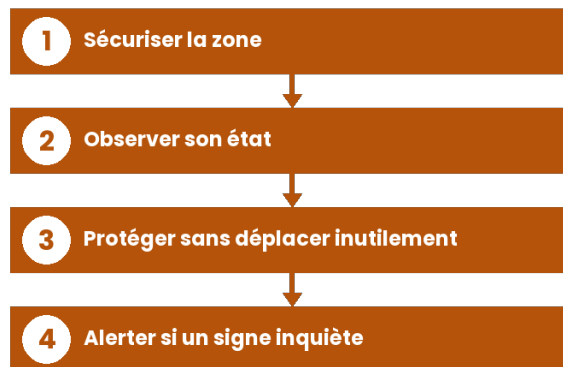
Chute sur la glace : la fiche réflexe pour protéger votre enfant

Après un accident de patinoire, chaque minute commence par les mêmes priorités : sécuriser, observer, protéger et alerter. Utilisez cette fiche pour garder votre calme et repérer les situations qui nécessitent une aide urgente.

Au sommaire

- 1 Les 4 réflexes à suivre
- 2 À vérifier sans attendre
- 3 Après un choc à la tête : restez attentif
- 4 À ne pas faire
- 5 Pour reprendre la situation en main

Les 4 réflexes à suivre



1 **Sécuriser la zone**

Arrêtez l'activité, éloignez les autres patineurs et demandez l'aide du personnel de la patinoire. Ne tirez pas l'enfant par les bras et ne le remettez pas immédiatement debout.

2 **Observer son état**

Parlez-lui et vérifiez s'il répond normalement. Observez sa respiration, sa vigilance, son comportement, ses douleurs et les éventuels saignements visibles.

3 **Protéger sans déplacer inutilement**

Rassurez l'enfant et limitez ses mouvements. Ne forcez jamais un membre douloureux et ne le relevez pas si la douleur est importante ou si le choc semble violent.

4 **Alerter si un signe inquiète**

Prévenez rapidement un professionnel. Appelez les secours dès qu'un signe d'urgence apparaît ou que l'état de l'enfant vous semble inhabituel.



ACCIDENT DE PATINOIRE CHEZ L'ENFANT



LES PREMIERS RÉFLEXES QUI PEUVENT TOUT CHANGER

Agir vite et dans le bon ordre peut protéger votre enfant en attendant les secours

1

SÉCURISER LA ZONE

- Éloignez les autres patineurs.
- Évitez tout risque de sur-accident.
- Assurez-vous que la zone est calme et dégagée.



2

OBSERVER LA RESPIRATION ET LA VIGILANCE

- Parlez-lui doucement et posez-lui des questions simples.
- Vérifiez s'il répond et s'il ouvre les yeux.
- Observez sa respiration : régulière, lente ou absente ?



3

PROTÉGER L'ENFANT EN LIMITANT SES MOUVEMENTS

- Ne déplacez pas l'enfant, sauf en cas de danger immédiat.
- Maintenez la tête dans l'axe du corps.
- Rassurez-le et restez à ses côtés.



4

ALERTER LES SECOURS SI UN SIGNE D'URGENCE APPARAÎT

- Respiration absente ou anormale.
- Perte de connaissance.
- Douleur intense, déformation, saignement important.
- Appelez immédiatement le 112 (numéro d'urgence européen).



Restez calme, agissez avec méthode et ne laissez jamais un enfant seul après un accident.



SCHÉMA Après une chute sur la glace : sécuriser, observer, protéger, puis alerter si nécessaire.

À vérifier sans attendre



L'enfant respire-t-il normalement ?

Toute difficulté à respirer est un signe d'alerte.



Répond-il aux paroles et reste-t-il suffisamment éveillé ?

Repérez une perte de connaissance, une grande somnolence ou une difficulté à le réveiller.



Son comportement est-il habituel ?

Confusion, trouble de la parole, faiblesse d'un côté ou difficulté à marcher doivent inquiéter.



Présente-t-il une douleur importante ou une impossibilité de bouger ?

Ne forcez pas le mouvement et ne tentez pas de remettre un membre en place.



Y a-t-il un saignement abondant, une déformation ou un choc à la tête ?

Ces situations nécessitent une évaluation rapide.

! Appelez les secours rapidement

Une perte de connaissance, des convulsions, une respiration anormale, une grande somnolence, une confusion, une faiblesse d'un côté du corps, une déformation, un saignement abondant ou une aggravation après un choc à la tête justifient un appel aux secours. En France, composez le 15, le 18 ou le 112 selon la situation et les consignes reçues.

Après un choc à la tête : restez attentif

Des vomissements répétés, un mal de tête qui s'aggrave ou un comportement inhabituel après le choc nécessitent un avis médical.

Les pleurs montrent que l'enfant réagit, mais ils n'excluent pas une fracture, un traumatisme crânien ou une autre blessure.

Un symptôme peut apparaître ou s'aggraver après la chute : surveillez l'évolution plutôt que de vous fier uniquement au fait que l'enfant pleure ou semble aller mieux.

En cas de doute, demandez rapidement un avis médical.

À ne pas faire



Ne pas remettre l'enfant sur la glace

L'activité reste interrompue jusqu'à ce que la situation soit évaluée.



Ne pas le relever ou le déplacer sans nécessité

Limitez les mouvements si la gravité de la chute n'est pas claire.



Ne pas forcer un mouvement

Une douleur importante ou une impossibilité de bouger doit être prise au sérieux.



Ne pas retirer un équipement de protection après un choc important

Attendez une consigne professionnelle.



Ne pas minimiser un changement d'état

Une douleur persistante, un comportement inhabituel ou un symptôme retardé justifie un avis médical.

Pour reprendre la situation en main

Restez auprès de l'enfant, transmettez au personnel et aux secours ce qui s'est passé, puis décrivez précisément les symptômes observés et leur évolution. Cette fiche aide à réagir face à un accident de patinoire chez l'enfant, mais elle ne permet pas de poser un diagnostic à distance.

Cette fiche ne remplace pas une évaluation médicale. En cas d'urgence ou de doute important, contactez les secours ou demandez un avis médical.