



# Sports d'hiver en toute sécurité

Assurez-vous que vos enfants sont en sécurité lorsqu'ils glissent et patinent.

Les enfants peuvent s'étouffer avec des cordes ou des foulards.

Utilisez un cache-cou plutôt qu'un foulard.

**Enlevez les cordes et les cordons de leurs vêtements.**

## Conseils de sécurité

- Habillez vos enfants chaudement avec plusieurs couches de vêtements. Assurez-vous qu'ils portent un chapeau et un cache-cou. Surveillez les engelures!
- Lorsque les journées sont ensoleillées, mettez de la crème solaire sur leur peau.
- Assurez-vous que l'équipement de votre enfant est de la bonne grandeur et en bonne condition.



### Lorsque vous allez glisser :

- Assurez-vous que vos enfants portent un casque protecteur.
- Choisissez une pente qui est loin des routes et des stationnements. Il ne devrait pas y avoir de roches, d'arbres, de clôtures ou autres dangers sur la pente.
- Enseignez à vos enfants à glisser au milieu de la pente, à remonter sur les côtés et à surveiller la pente en remontant.
- Apprenez-leur à s'éloigner rapidement du milieu de la pente lorsqu'ils arrivent en bas.

### Lorsque vous allez patiner :

- Les enfants devraient porter un casque protecteur.
- Si vous patinez sur des lacs ou des rivières assurez-vous que la glace est lisse et épaisse, au moins 10 centimètres ou 4 pouces. Ne patinez jamais près d'une zone d'eau qui n'est pas recouverte de glace.
- Les enfants doivent patiner dans la même direction et à la même vitesse que la foule.
- Les patineurs qui ne peuvent pas suivre la foule devraient se ranger sur le côté.
- Lorsqu'ils jouent au hockey, les enfants doivent porter des casques protecteurs qui ont été certifiés par la CSA. Remplacez les casques de hockey au moins tous les cinq ans.

## Pour plus d'information communiquez avec la Sécurité des produits de Santé Canada :

Vancouver, Colombie-Britannique (604) 666-5003	Hamilton, Ontario (905) 572-2845	Québec, Québec (418) 648-4327
Edmonton, Alberta (780) 495-2626	Toronto, Ontario (416) 973-4705	Moncton, Nouveau-Brunswick (506) 851-6638
Calgary, Alberta (403) 292-4677	Ottawa, Ontario (613) 952-1014	Halifax, Nouvelle-Écosse (902) 426-8300
Saskatoon, Saskatchewan (306) 975-4502	Montréal, Québec (514) 283-5488	St. John's, Terre-Neuve (709) 772-4050
Winnipeg, Manitoba (204) 983-5490	Longueuil, Québec (450) 646-1353	

