

bpa actuel

4

***Personnes âgées:
être mobiles et le rester***

10

***Volley-ball:
bien s'entraîner,
mieux prévenir***

12

***Champignons:
contrôler avant de
savourer***



Etre mobile et le rester

Depuis quelque temps, pas moyen d'enclencher son poste TV sans tomber sur la énième émission consacrée au lifting, aux pilules rajeunissantes et autres remèdes miracles censés défier les affres de l'âge. Dans notre société, la vieillesse effraie et tout est mis en œuvre pour tenter de la maîtriser. En prolongeant la vie toujours davantage, la médecine fait aussi miroiter son lot de promesses. Ainsi, le quatrième âge a-t-il succédé au troisième, marquant un cap de plus franchi par un nombre toujours croissant d'individus.



Malgré les avancées techniques et médicales, les dieux de la jeunesse éternelle n'ont (heureusement!) pas encore livré tous leurs secrets. Envers et contre tout, la vieillesse reste liée à une diminution des facultés mentales et physiques, survenant à des moments et à des degrés différents selon les personnes. Alors se posent des questions, qu'on pourrait croire anodines, mais qui sont lourdes de sens et de conséquences: «Dois-je vraiment me forcer à marcher tous les jours?», «Des

protège-hanches, est-ce bien utile?», «Faut-il que je renonce à conduire?», et tant d'autres encore en étroit rapport avec la mobilité.

La lecture de ce numéro vous informera sur le travail effectué par le bpa pour les personnes âgées dans les trois domaines de sa compétence. L'une des priorités actuelles est la promotion des protège-hanches – depuis peu estampillés d'un label de sécurité bpa – grâce auxquels le nombre de fractures du fémur a nettement diminué. Une arme redoutable contre les nombreuses blessures – trop souvent mortelles – conséquentes aux chutes, qui restent le danger numéro un chez les aînés.

Magali Dubois, chargée d'information

2 éditorial
sommaire

3 actuel
dialogue
impressum

4 dossier
Prévention des chutes en EMS
S'entraîner pour diminuer
le risque
La peur de tomber

8 circulation routière
Conduire au 3^e âge: quel risque?
Animaux sauvages sur la route

10 sport
Bien s'entraîner, mieux prévenir

12 habitat et loisirs
Champignons:
contrôler avant de savourer

14 entreprises
La sécurité est l'affaire du chef

15 délégués à la sécurité
Un partenariat hors du commun

16 vu pour vous
services

Photo de couverture: Corbis/RDB



Colloque sur la sécurité au travail

Une journée de formation sera organisée par la Société Suisse de Sécurité au travail SSST le 4 novembre 2004 à Lausanne. Informations et inscriptions sous www.sgas.ch.

dialogue

Le football, un sport sain?

bpa actuel 2004/3, pages 4/5

Il y a quelque chose qui ne tourne pas rond! Telle était ma pensée en lisant l'interview de Köbi Kuhn dans bpa actuel 3/2004. Il conseille aux joueuses et joueurs juniors de porter des protège-tibias afin d'éviter les blessures pendant l'entraînement et les matches. Mais comment justifie-t-il le fait que nos joueurs nationaux n'en portent pas lorsqu'ils s'entraînent sous sa conduite? Il y a là un problème de crédibilité. L'exemple le plus récent est la blessure grave qu'a subi Marco Streller pendant l'entraînement pour l'EURO. Je suis convaincu que les protège-tibias auraient empêché cette blessure! Je vous prie très sincèrement de mettre vos conseils en pratique. Enjoignez à vos joueurs de porter toujours des protège-tibias et expliquez-leur qu'ils doivent être un exemple pour les autres.

Andreas Herrmann

Téléphone portable au volant?

Beaucoup de gens ne sortent plus de chez eux sans leur téléphone portable. Etre atteignable partout et à tout moment, telle est la devise! Il n'en est pas moins vrai que la sonnerie du portable et les conversations posent problème, voire sont dangereuses dans beaucoup de situations, par exemple au volant d'une voiture.

Et que dit la loi à ce propos? Selon l'Ordonnance sur les règles de la circulation routière, «Le conducteur vouera son attention à la route et à la circulation. Il évitera toute occupation qui rendrait plus difficile la conduite d'un véhicule. Il veillera en outre à ce que son attention ne soit distraite ni par la radio ni par tout autre appareil reproducteur de son». En d'autres termes, un conducteur qui téléphone avec son portable (sauf avec un kit mains libres) encourt une amende de 100 francs.

Le bpa recommande de s'arrêter dans un endroit sûr pour téléphoner et souligne que le risque d'accident ne découle pas du seul fait de manier l'appareil. Le chemin de réaction d'une personne qui téléphone au volant augmente de 50%. Cela vaut aussi pour les kits mains libres, car le problème relève moins de la manipulation du portable que du manque de concentration pendant la conversation.

Informations détaillées: notice bpa Fb 0414 **Téléphoner au volant**, disponible en format PDF sous <http://shop.bfu.ch>.

La ceinture de sécurité à l'honneur du 6^e Forum du bpa

Cette année, le Forum du bpa est consacré au thème **Ceinture de sécurité – un potentiel sécuritaire à exploiter**. Il se déroulera le 25 novembre à Berne. Le professeur Klaus Langwieder, ancien directeur de l'Institut de la sécurité automobile de l'organisation faîtière des assureurs allemands, tiendra un exposé sur les moyens techniques, communicationnels et juridiques susceptibles d'augmenter le taux de port de la ceinture de sécurité. La conférence sera suivie d'une table ronde. Le forum s'adresse aux spécialistes, aux journalistes et à d'autres milieux intéressés. Invitation détaillée: Jeannette Schläfli, bpa (j.schlaefli@bfu.ch). Le nombre de places est limité. Les inscriptions sont retenues dans l'ordre d'arrivée.

impresum

bpa actuel 2004

Paraît en février, mai, août, octobre et décembre en français, allemand et italien. Abonnement annuel, édition papier: Fr. 20.– Edition Internet: www.bpaactuel.ch

Editeur:

Bureau suisse de prévention des accidents bpa
Laupenstrasse 11, 3008 Berne
Téléphone 031 390 22 22, Fax 031 390 22 30
info@bfu.ch, www.bpa.ch

Rédaction:

Atalantic Sàrl, Public Relations
by Ursula Marti, Zähringerstr. 33, 3012 Berne
Téléphone 031 305 55 66, Fax 031 305 55 60
ursula.marti@atalantic.com

Traduction:

Monique Cahannes
Silvie Weber

Images:

bpa (sauf autre indication)

Abonnements, layout, impression, expédition:

Imprimerie Schüler SA
10, rue du Jura, 2501 Bienne
Téléphone 032 329 27 27, Fax 032 329 27 37
bpaactuel@schueler-printing.ch
Changements d'adresse avec la mention «bpa actuel». Merci.



Prévention des chutes en EMS

Les personnes âgées courent un risque de chute et de blessure élevé. Aperçu des mesures préventives mises en pratique au «Domicil Baumgarten».

Le «Domicil Baumgarten» se trouve à proximité du centre de l'ancien village de Bümpliz. Entouré d'arbres vénérables, l'endroit est idéal pour y couler des jours tranquilles. Le «Domicil Baumgarten» est un des 14 EMS du groupe «Domicil» bernois. La plupart des résidents organisent eux-mêmes leur emploi du temps et vivent soit dans la résidence, soit au home. Un service médicalisé peut accueillir 24 personnes.

La direction attache une grande importance à la prévention des accidents, qui fait du reste partie de la gestion de la qualité. Elle applique un des systèmes d'assurance qualité usuels de la branche. En même temps, elle met au point un système encore plus perfectionné, adapté aux besoins précis de l'EMS. Celui-ci englobe aussi bien la sécurité du personnel que celle des rési-

dents. Le directeur de l'institution, Kurt Wegmüller, explique: «Pour nous, il est important de faire régulièrement appel à un expert externe pour le contrôle des mesures de sécurité appliquées. Pour combattre notamment «l'effet d'accoutumance». Un tel contrôle s'est déroulé il y a deux ans sous la conduite du bpa.»

Des mesures simples pour plus de sécurité

La direction et Martin Hugi, chef du service Habitat et loisirs du bpa, ont passé le home au crible: tous les aspects sécuritaires importants ont été discutés à l'aide d'une check-list. Puis un rapport énumérant les défauts constatés et les améliorations possibles a été adressé à la direction du home.

Les responsables ont ensuite établi un programme contenant les mesures, les délais et les responsabilités. Entre-temps, tous les travaux ont été réalisés. En voici quelques exemples: plusieurs seuils et marches ont été marqués en jaune pour signaler le risque de chute, et de nombreux bords tranchants ont été recouverts. Les systèmes d'alarme, p. ex. dans les ascenseurs, ont été vérifiés et les défauts ont été immédiatement éliminés. L'éclairage de la cave a été complété par plusieurs luminaires et interrupteurs lumineux; les luminaires ont été raccordés à un commutateur.

Des tables de bistrot rondes ont été placées dans les coins des couloirs menant aux chambres. Comme elles ont quatre pieds, elles ne basculent pas si l'on s'y appuie. Les tapis d'ornement et les paillasons recèlent un risque de glissade. Ils ont été pourvus de bandes autocollantes.

La prévention est payante

Au «Domicil Baumgarten», comme ailleurs, les chutes sont les accidents les plus fréquents selon les dires de Renate Gruber, directrice de la Gastronomie/Hôtellerie. «Heureusement, les accidents ne sont pas trop fréquents et leurs suites sont plutôt bénignes. Le mérite en revient surtout à

notre programme interne de prévention des chutes, introduit en 2003, qui prévoit l'établissement d'un PV pour chaque accident, avec ses causes et ses conséquences.» Dernièrement encore, un accident a donné lieu à des mesures de prévention. Il arrive que de nombreuses personnes attendent l'ascenseur et parfois, elles doivent reculer pour laisser passer les gens qui sortent. C'est ainsi qu'une femme, en reculant vers l'escalier, est tombée et a dégringolé plusieurs marches. Par chance, elle n'était que légèrement blessée. Ce palier est maintenant assuré par une barrière.

Le programme de prévention des chutes comprend aussi la promotion des protecteurs de hanches. Le médecin et le personnel soignant les recommandent aux résidents menacés de chutes et, dans certains cas, les mettent à disposition. Cette protection, il est vrai, n'empêche pas les chutes, mais réduit notablement leurs séquelles, et surtout les fractures du col du fémur lourdes de conséquences. La plupart des résidents en comprennent l'utilité et l'adoptent volontiers.

L'engagement pour la sécurité est toujours payant. Selon Renate Gruber, toutes ces mesures conjuguées ont fait reculer le nombre de chutes au «Domicil Baumgarten».


Ursula Marti

Protection efficace contre les fractures

Le bpa s'engage depuis de nombreuses années en faveur du protecteur de hanche, et pour de bonnes raisons: chaque année, plus de 8000 personnes âgées subissent une fracture de la hanche consécutive à une chute; les conséquences sont souvent gravissimes. Les femmes sont les principales concernées. Toutes les chutes n'étant pas évitables, il est important d'en amoindrir les séquelles. Les protecteurs de hanches – coque ou matériau souple, intégrés ou fixés au sous-vêtement – remplissent parfaitement cet office.

Les protecteurs sont efficaces. Ils préviennent la quasi-totalité des fractures de la hanche liées à une chute. La pratique montre cependant que le groupe cible n'est pas encore prêt à les accepter. Si les protecteurs étaient adoptés par toutes les personnes à risque, l'on pourrait abaisser considérablement les coûts de santé. En effet, le rapport coût/utilité est de 1:4; en d'autres termes, l'effet de la protection est quatre fois supérieur à la somme investie.

Le bpa a présenté les avantages du protège-hanches lors d'une série de colloques destinés au personnel des EMS. La phase suivante consistera à sensibiliser les institutions offrant des services ambulatoires aux seniors. L'étape finale sera consacrée à une étude nationale en vue d'atteindre les personnes âgées vivant chez elles.

Label de sécurité du bpa 

Afin de démontrer les avantages des divers modèles de protège-hanches, le bpa décerne son label de sécurité à ceux qui répondent à des critères préétablis. Les fabricants ou vendeurs qui souhaitent obtenir la distinction doivent faire tester leurs produits à l'aide de la toute nouvelle méthode mise au point par l'EMPA St-Gall. A noter que ce test – qui repose sur un modèle de hanche mécanique, calqué sur la nature – est une nouveauté mondiale!

Trois produits ont jusqu'ici répondu aux exigences et obtenu le label du bpa:

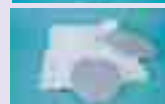
PD Care

PD Care GmbH, tél. 01 481 15 11, www.pdcare.ch



AHF-Hose (Art. 1012, avec protecteurs art. 1011 et 1017)

Theo Frey AG, tél. 031 996 85 85, www.theo-frey.ch



Safety Pants^(HP) „, modèle 100

Salzmann Medico, tél. 071 282 12 12, www.salzmann-group.ch



Un étrier de protection empêche les chutes en arrière



Seuil marqué

Informations complémentaires

- Ib 0111 Point de chute
- Ib 9331 La sécurité à bon marché
- Mb 0119 Prévention des fractures de la hanche chez les aînés (informations à l'usage des administrations et des EMS)

Commande des notices sous <http://shop.bfu.ch> ou moyennant la réponse-fax.

Liste des fournisseurs suisses de protège-hanches sous www.bpa.ch (produits de sécurité).

S'entraîner, pour diminuer le risque

Une pratique sportive équilibrée augmente le bien-être l'âge venu. Et permet aussi de bouger avec assurance chez soi et hors de la maison, de rester actif et mobile. Il suffit de suivre le mini-programme ci-dessous pour fortifier la musculature de la jambe et pour réduire le risque de chute.

Exercice 1:

mouvements simultanés des bras et des jambes
(lever, abaisser, fléchir et tendre les bras en faisant des pas sur place)
améliore la coordination.



Exercice 2:

se tenir sur une jambe

améliore l'équilibre, renforce la stabilité des articulations du genou et du pied.



Exercice 3:

tendre les jambes

renforce la musculature des cuisses et des fessiers.



Exercice 4:

faire travailler les mollets

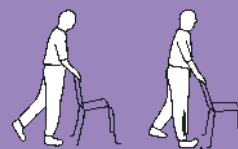
fortifie la musculature des mollets.



Exercice 5:

faire travailler les pointes des pieds

renforce la musculature du pied.



Suivant l'âge et la forme physique, on peut simplifier ou développer les exercices. Important: respecter l'ordre indiqué ci-dessus. Les deux premiers exercices servent de mise en train. Durée recommandée: une à deux minutes. Les suivants sont des exercices ciblés sur l'entraînement de la force, qui seront répétés 10 à 20 fois. Ils seront exécutés lentement, en contrôlant bien les mouvements, côté droit et côté gauche. Pour intensifier l'entraînement, on peut exécuter les exercices 3, 4 et 5 et répéter la série une à deux fois.

Source «Sécurité et prévention des accidents dans le sport des aînés»,
bpa, OFSPO et Swiss Olympic, 2001

Informations détaillées

Les exercices ci-dessus constituent un programme minimal. Il y a, bien sûr, de nombreux autres sports convenant aux personnes âgées. Ce qui est important, c'est de respecter les règles de sécurité. La notice du bpa lb 0105 A 50 ans et plus, toujours en forme les énumère. La brochure R 0113 Sécurité et prévention des accidents dans le sport des aînés est à la disposition des monitrices et moniteurs sous <http://shop.bfu.ch> ou peut être commandée moyennant la réponse-fax.

Que ce soit à domicile ou en institution, la mobilité des personnes âgées est fréquemment entravée par la peur de tomber. Cette anxiété peut être lourde de conséquences, tant physiques que mentales. Entretien avec une spécialiste de la question: Chantal Piot-Ziegler.

Chantal Piot-Ziegler, la peur de tomber est-elle fréquente chez les aînés?

Elle est non seulement fréquente, mais elle devient souvent handicapante: en règle générale, la personne âgée qui a peur de chuter bouge moins volontiers et devient plus dépendante de son entourage. Elle perd confiance en elle. Du coup, elle se coupe de certaines activités, au risque de s'enfermer dans la solitude. Dans bien des cas, on assiste donc à une lente dégradation, pas uniquement physique, mais aussi psychique.

La première chute est-elle une sorte d'élément déclencheur?

A n'en pas douter, les personnes ayant déjà été victimes d'une chute sont d'autant plus sensibilisées et vulnérables. Les chiffres parlent d'eux-mêmes: on estime que chaque année, un tiers des personnes de plus de 65 ans vivant à domicile sont victimes d'une chute. Et la moitié d'entre elles environ subira une deuxième ou une troisième chute la même année. Beaucoup ne retrouvent pas leur mobilité antérieure et parfois, l'institutionnalisation dans un foyer s'avère être l'unique solution.



Photo: Nicolas Genoud

Chantal Piot-Ziegler est maître d'enseignement et de recherche à l'Institut de psychologie de l'Université de Lausanne. Elle est spécialisée dans le domaine de la psychologie de la santé et fait partie d'un groupe de travail mandaté par le bpa pour évaluer l'utilisation des protecteurs de hanche chez les aînés.

La peur de tomber

Le foyer permet-il de regagner la confiance?

Parfois oui, car c'est un milieu plus sécuritaire que le domicile. Disons que la peur de tomber ne disparaît pas complètement, mais qu'elle est relativisée grâce à l'environnement, plus adapté, au soutien du personnel soignant et à la présence d'autres pensionnaires qui connaissent des problèmes analogues. Ce qui va alors être déterminant face à la peur de tomber, c'est l'attitude de la personne âgée et des professionnels autour d'elle: pour certaines personnes, la perspective d'une chute est dramatique, alors que d'autres font preuve d'humour et arrivent à en rire.

Est-ce que ces émotions sont verbalisées?

Dans le cadre d'un projet de recherche à l'Université, mon assistante et moi avons effectué une cinquantaine d'interviews sur la peur de tomber. Je me suis alors rendu compte à quel point le sujet est délicat. Les aînés n'en parlent pas volontiers, de crainte de donner une image négative d'eux-mêmes, parce qu'ils ont trop peur des conséquences d'une chute, ou encore parce qu'ils ne parviennent pas à mettre des mots sur leurs émotions. Dans les établissements spécialisés (centres de traitement et de réadaptation), l'encadrement permet au moins d'aborder la question, ou lors de la participation à des groupes d'exercices physiques

adaptés comme les «ateliers équilibre» proposés par Pro Senectute, par exemple, où on apprend aux personnes âgées à se relever après une chute.

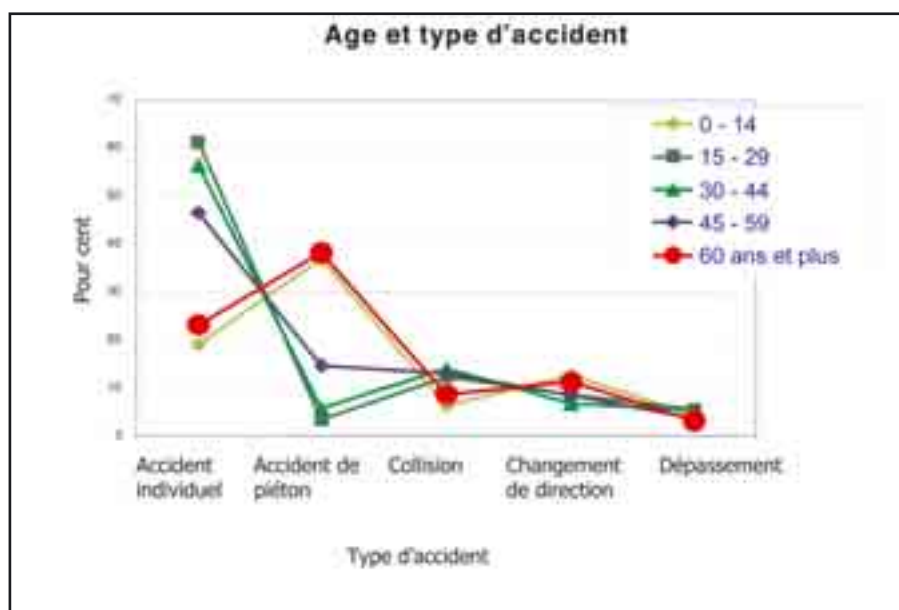
Quelles améliorations le protège-hanches, dont le bpa fait la promotion, apporte-t-il?

Il répond de manière efficace aux problèmes de prévention de la fracture du col du fémur, à l'origine de souffrances durables chez les personnes âgées. Mais il est encore trop peu utilisé! Notre étude à ce sujet a démontré que pour être bien accepté par les personnes âgées, le protège-hanches doit d'abord convaincre le personnel. Un travail d'équipe est nécessaire, avec des personnes relais au sein de l'institution, souvent incarnées par les ergothérapeutes. Ces spécialistes peuvent petit à petit faire valoir le protège-hanches comme un moyen de prévention nécessaire et requis plutôt qu'une charge de travail supplémentaire. Par ailleurs, le coût des protège-hanches n'est pour l'instant pas pris en charge par les assurances, et les modèles doivent encore être améliorés pour mieux répondre à des soucis d'incontinence par exemple, de confort ou d'esthétique. Il est donc nécessaire de considérer l'ensemble de ces questions et d'y apporter des solutions pour que le protège-hanches soit accepté et diffusé largement dans les institutions.

Interview: Magali Dubois

Conduire au 3^e âge: quel risque?

C'est le cours normal des choses: lorsqu'on vieillit, l'acuité visuelle, les capacités de réaction et la souplesse diminuent. Et que se passe-t-il au volant d'une voiture? Les automobilistes âgés font-ils courir des risques aux autres usagers?



Marc S. de L. va bientôt fêter ses 79 ans. Le moment est de nouveau venu de consulter son médecin afin de vérifier s'il est toujours en état de conduire. Il a l'impression que cela se passe encore assez bien, mais se fait néanmoins quelques soucis...

A vrai dire, il n'a pas besoin de voiture, car il conduit très peu: même pas 4000 km l'année dernière. Le couple habite près du centre et effectue la plupart des achats à pied. Le départ en vacances se fait en avion ou en train. L'auto sert uniquement pendant les vacances d'hiver – à cause des bagages.

Comme le veut son âge, Marc S. souffre de quelques troubles mineurs. Sa mémoire a baissé. Son genou droit accuse des signes d'usure qu'il ressent parfois lors de ses pro-

menades. La cataracte grise aux deux yeux a été opérée. Il souffre aussi de raideurs du cou, raison pour laquelle il a, lors de l'achat de sa dernière voiture, opté pour de bons rétroviseurs éliminant l'angle mort.

Son dernier accident remonte à plus de 20 ans: du verglas sur une route de montagne, dérapage. C'est un arbre au bord de la route qui l'a «sauvé» de justesse. Par chance, il s'en est sorti sain et sauf, à part quelques dégâts de carrosserie. Et maintenant? Rendre le permis? Même si la conduite le tente encore? Même si elle reste la plupart du temps au garage, la voiture est gage d'une liberté appréciable, il suffit de se décider et de partir...

Vieillesse et démence sénile

A cause d'accidents tragiques, les automobilistes seniors ont, ces derniers temps, souvent fait la une des journaux. Et l'on s'est posé la question de savoir s'ils sont encore en mesure d'assumer les exigences de la circulation routière actuelle.

Pour déterminer la capacité de conduire d'une personne âgée, il faut d'abord distinguer entre le vieillissement normal et les états pathologiques. Les déficits de l'acuité visuelle et de la cognition – particulièrement importantes au volant – font partie du vieillissement. L'acuité visuelle commence à diminuer à partir de 40 ans environ. L'effet est surtout ressenti lors de trajets nocturnes. Les déficits cognitifs entraînent un ralentissement de la mémorisation. Il est dès lors normal que les conducteurs âgés soient plus lents que les jeunes. Ils mettent simplement plus de temps à mémoriser les informations qui affluent dans la circulation routière. Pour cette raison, des situations complexes du trafic, telles qu'elles se présentent dans les carrefours, peuvent poser problème. Les giratoires, en revanche, facilitent de beaucoup les tâches de conduite. La typologie des accidents des seniors ressemble plutôt à celle des enfants qu'à celle des jeunes adultes (voir graphique «Type d'accident et âge»).

Les démences séniles, se manifestant par une détérioration des cellules cérébrales, sont à distinguer des déficits cognitifs liés à l'âge. La maladie d'Alzheimer en est la plus courante. Celles et ceux qui souffrent de telles maladies ne peuvent plus prendre le volant. Les démences sont difficilement dé-



Rien n'empêche les personnes âgées en bonne santé de prendre le volant.

celables au stade précoce – même pour les médecins. On peut cependant supposer que la part des conducteurs âgés atteints de démence est minime. Selon des estimations scientifiques, elle est nettement inférieure à 5%.

Que révèle la statistique?

La statistique des accidents montre que 24% des tués dans la circulation routière ont plus de 65 ans, près de la moitié étant des piétons. Elle ne permet pas, cependant, de se faire une idée des personnes fautives. Des études étrangères révèlent que la part des personnes âgées responsables d'un accident est supérieure à la moyenne.

Les automobilistes âgés sont-ils donc un danger pour les autres usagers, ou, autrement dit, qui décède des suites d'un accident dans lequel un conducteur âgé est impliqué? Dans 60% des cas, c'est le conducteur lui-même. 8% des tués sont d'autres seniors, p. ex., des occupants de voitures. «Seuls» 22% des tués sont plus jeunes. On peut toutefois dire que les seniors courent plus de risques qu'ils n'en font courir aux autres. Cela du fait surtout qu'avec l'âge, l'être humain est de plus en plus vulnérable. Un accident de même gravité peut avoir une issue mortelle pour une personne âgée, alors qu'une jeune personne ne sera que légèrement blessée.

Il y a quelque temps, les médias ont lancé le débat sur une des conclusions d'un rapport établi par l'Office statistique du Canton de Zurich. Selon ce dernier, le risque – par rapport au temps d'exposition – des automobilistes d'avoir un accident avec

dommages corporels est nettement plus élevé chez les 75 ans et plus que chez les plus jeunes, sauf chez les jeunes conducteurs. Cette conclusion, dont fait état le rapport, est exacte. Si les seniors passaient autant de temps au volant de leur voiture, ils auraient plus d'accidents que les plus jeunes. Mais comme ils circulent beaucoup moins, ils apparaissent aussi plus rarement dans la statistique des accidents.

Marco S. aimerait continuer à conduire encore deux ans au moins. Et, par chance, son médecin n'y voit pas d'objection, car il est en pleine forme. Qu'en sera-t-il dans deux ans?

Uwe Ewert

Informations complémentaires

Notice bpa lb 0121 A 50 ans et plus, toujours en forme, disponible sous <http://shop.bfu.ch> ou à commander par la réponse-fax.

Animaux sauvages sur la route

En automne, le risque de collision avec des animaux sauvages est plus élevé. Les journées raccourcissent et les animaux se font plus présents au bord de la route. En Suisse, plus de 1500 collisions entre voitures et animaux sauvages se produisent chaque année, faisant près de 120 blessés ou tués. Pour les animaux, les pertes se comptent par milliers, les renards et les chevreuils étant les plus touchés. Le risque de collision est particulièrement grand au crépuscule et de nuit.

Que peuvent faire les automobilistes?

- Respecter le signal «Passage de gibier» réduire sa vitesse, être prêt à freiner, être attentif à ce qui se passe au bord de la route.
- Un animal traverse inopinément: lever le pied et – si la circulation le permet – freiner.
- Un animal reste paralysé dans la lumière des phares: enclencher les feux de croisement pour lui permettre de s'enfuir.
- Après une collision: alerter la police ou le garde-chasse. Ne pas toucher des animaux blessés, ni emmener des bêtes mortes.

Précautions

Il y a plusieurs possibilités, plus ou moins efficaces, pour éviter des collisions avec des animaux sauvages:

- Clôtures le long de la route: elles augmentent la sécurité, mais isolent les animaux; les bêtes de petite taille passent sous la clôture ou par des ouvertures.
- Signaux de danger: utiles sur des tronçons limités dans la mesure où ils sont associés à un détecteur à infrarouge. A l'approche d'un animal, un signal lumineux se déclenche, imposant une vitesse limitée. Le signal simple figurant un animal sauvage n'est guère efficace.
- Avertissement des animaux: les bandes réfléchissantes en bordure de forêt, les substances olfactives ou les appareils à ultrasons ont donné des résultats mitigés.
- Passages à faune: ils doivent être adaptés à la situation et à l'espèce. Les passages supérieurs sont mieux acceptés que les tunnels.
- Construction de routes: déterminer le tracé en tenant compte des animaux, à savoir ne pas morceler l'espace vital, respecter les voies de migration. Pour certaines espèces, l'on peut aménager des surfaces de pâturage loin du réseau routier.

Informations détaillées: norme SN 640 694 de l'Association suisse des professionnels de la route et des transports VSS, tél. 01 269 40 20; DETEC

www.uvek.admin.ch/umwelt/index.html

Photos: Olivier Zeiler



Champions League:
Zeiler Köniz
contre Novara.

Le volley-ball est un sport fascinant – mais parfois aussi dangereux pour les articulations. Une mise en train adéquate permet d'éviter la plupart des blessures typiques de ce sport.

Bien s'entraîner, mieux prévenir

A la plage ou en salle, les adeptes s'élancent à la rencontre du ballon, évaluent sa trajectoire en une fraction de seconde, l'attrapent et le renvoient à un endroit précis. Le volley-ball est un sport fascinant, sans contact avec l'adversaire. Malgré cela, il occasionne chaque année près de 8000 blessés, que ce soit à l'entraînement ou pendant les matches. Déchirure ligamentaire externe de la cheville, déchirure des ligaments extenseurs des phalanges, foulure, claquage, sont les blessures les plus fréquentes de ces sportifs. Plus des trois quarts concernent les articulations.

S'échauffer, s'entraîner à sauter

Celles et ceux qui s'échauffent de manière adéquate réduisent le risque de claquages musculaires, de blessures ligamentaires aux doigts, aux pieds et aux genoux ou de lésions tendineuses aux doigts et au niveau de l'épaule. Chaque séance d'entraînement devrait débuter par des exercices d'échauffement intensifs et se conclure par un retour au calme et des exercices d'étirement.

La plupart des accidents à l'entraînement et aux matches surviennent lors de sauts au filet: les joueurs, en attaquant, dépassent la ligne

centrale et atterrissent sur les pieds de l'adversaire, ou perdent l'équilibre.

De tels mouvements incontrôlés se produisent si les sportifs ne sont pas entraînés, fatigués ou distraits. Pour répondre aux hautes exigences de ce sport et se prémunir contre les blessures, il faut, en plus des mouvements typiques, entraîner aussi la force, l'endurance, la rapidité et la souplesse.

L'entraînement régulier aux sauts a aussi son importance: il favorise les capacités spécifiques et prévient les blessures – fréquentes – de l'articulation tibio-tarsienne.

Que faire si quelque chose arrive malgré tout?

Les contusions, foulures et claquages entraînent des lésions vasculaires. Le sang s'accumule alors dans la zone touchée et forme un hématome. Plus il est grand, plus la guérison sera douloureuse et longue. Les bons gestes pour réduire l'enflure et l'hématome à un minimum:

- **Pause:** s'arrêter immédiatement de jouer.
- **Glace:** refroidir le tissu touché avec de la glace pour empêcher le sang de s'y accumuler.
- **Compression:** mettre un bandage compressif ou, mieux, fixer un coussin refroidissant à l'aide d'une bande élastique.
- **Surélévation** de la partie blessée.

L'attention est importante

«De nombreuses blessures sont liées à l'inattention», précise Bertrand Théraulaz, moniteur de volley-ball J+S. Dans le feu de l'action, le ballon atteint souvent des vitesses considérables sur une surface restreinte. Les joueuses et joueurs doivent alors réagir sur-le-champ; il s'ensuit un affaiblissement.

Informations détaillées:

- Attention les articulations.

Volley-ball; manuel de l'entraîneur

- Attention les articulations.

Jeux d'échauffement pour le volley-ball
Brochures gratuites disponibles auprès de la Suva, tél. 0848 830 830 ou www.suva.ch.

- **Safety Tool Jeux de ballon**, feuilles didactiques visant la promotion de la sécurité à l'école (enseignants et moniteurs). Disponible gratuitement sous <http://shop.bfu.ch> ou moyennant la réponse-fax.

sement de la perception visuelle chez les joueurs peu entraînés. Pour cette raison, l'entraînement des stratégies visuelles doit aussi faire partie du programme. Un joueur possédant une bonne technique visuelle peut anticiper les séquences de mouvements; il a donc plus de temps pour préparer son action.

Les ballons qui traînent recèlent un important risque de blessure pendant les séances d'entraînement. Il faut les ranger immédiatement. On désignera un responsable des ballons. Un chariot à ballons doit toujours être à proximité. Les gouttes de sueur et d'eau sur le sol seront immédiatement épongées. D'éventuels tendeurs de filet seront assurés et signalés. Tout objet pouvant provoquer des blessures (bijoux, pins, bracelets) doit être enlevé.

Et qu'en est-il des protections personnelles? Elles ne sont pas prescrites pour le

volley-ball, mais néanmoins vivement recommandées:

- Chaussures de salle avec semelles anti-dérapantes et amorti avant, sans tige montante.
- Genouillères protégeant des chocs avant et latéraux.

Il vaut mieux, en revanche, renoncer aux protège-chevilles ou au taping qui, à long terme, affaiblissent les articulations. On les adoptera uniquement sur conseil du médecin après une blessure.

Sport scolaire

La statistique montre que les accidents de volley-ball sont particulièrement fréquents dans le sport scolaire. Une blessure sur quatre au moins concerne un enfant ou un adolescent jusqu'à 16 ans. Même résultat pour une étude allemande: le volley-ball fait partie – avec le football et le basket-ball – des sports scolaires les plus dangereux.

Les causes les plus fréquentes de ces blessures sont: absence des capacités motrices fondamentales, manque de sensation du ballon ou fous. Selon l'avis de l'orthopédiste sportif Frank Ahlheim, l'étude démontre qu'en général, les sports axés sur le combat sont introduits trop tôt. Il est plus important que les élèves développent d'abord leurs capacités physiques.

Esther Diener-Morscher

Une équipe de pros

Zeiler Köniz a été le premier club suisse de volley-ball à jouer, cette année, dans le cadre de la Champions League, la classe royale du volley européen. L'équipe féminine suisse, quoique perdante, a, en contrepartie, conquis le titre de champion suisse pour la 5^e fois consécutive. Son entraîneur, Marc Gerson, explique pourquoi ses joueuses ne se blessent pour ainsi dire jamais



Marc Gerson

bpa actuel: selon la statistique des accidents, près de 8000 sportifs par an subissent un accident. Qu'en est-il des joueuses de Köniz?

Marc Gerson: depuis que j'entraîne l'équipe Zeiler Köniz, donc depuis 5 ans, il n'est pas arrivé et n'arrivera pas – touchons du bois – qu'une joueuse doive s'absenter longtemps à cause d'une blessure. La plupart des accidents concernent des sportives peu préparées et entraînées.

Que font les joueuses d'une équipe de pros, comme Zeiler Köniz, pour se protéger contre les blessures?

Elles accomplissent une mise en train conséquente. Vu que le volley sollicite les articulations et les ligaments, elles préviennent les blessures en effectuant des exercices fortifiants. L'entraînement régulier de la force prépare les muscles aux efforts fournis pendant les épreuves. Pour finir, les massages et exercices d'étirement après l'entraînement et les matches préviennent également les blessures.

Quelles sont les précautions indispensables avant chaque match?

Avant chaque match et chaque entraînement, les joueuses exécutent des exercices d'assouplissement. Moyennant des mouvements rotatifs ou circulaires simples, elles stimulent le liquide des articulations.

Etre clair dans l'obscurité!



Celles et ceux qui ont l'habitude de marcher ou de courir de nuit ou par mauvaise visibilité seraient bien avisés de signaler leur présence sur la route. Le mieux, c'est de se munir d'un article réfléchissant comme, par exemple, du nouveau «snap-band» 3M qui vient de recevoir le label de sécurité du bpa. Ce ruban métallique large de 3 cm et long de 31 cm, d'un jaune lumineux, s'enroule autour du bras ou de la jambe si on le touche légèrement du doigt. Pour être visible partout, il faut s'en équiper côté gauche et côté droit. Le bpa recommande aux cyclistes et aux skaters de porter ces accessoires en plus de l'éclairage prescrit – blanc devant, rouge derrière. La paire coûte Fr. 18.– et s'obtient sous www.espress-sicherheit.ch ou chez esPRes Verkehrssicherheit, tél. 031 996 93 83.

Sécurité et manifestations sportives



Dans le cadre de l'application du concept de politique sportive du Conseil fédéral et de la Charte éthique, Swiss Olympic vient de publier de nouvelles directives de sécurité. Elles contiennent des standards obligatoires et généralement valables, visant à augmenter la sécurité pendant les manifestations sportives. Elles s'adressent aux organisateurs de manifestations, telles qu'associations et fédérations, et à d'autres organisateurs.

Les directives précisent les principes à observer lors de l'établissement d'un concept de sécurité, par exemple:

- Désignation des responsables
- Cahiers des charges détaillés
- Nomination et formation d'un comité d'urgence comprenant des représentants des autorités locales et d'autres institutions (police, sapeurs-pompiers, secouristes, etc.)
- Contrôles d'accès
- Concept secouriste
- Protection contre les incendies

Les directives détaillent en outre la formation des responsables de la sécurité à tous les niveaux et le travail pédagogique à faire auprès des supporters.

Les directives de sécurité s'obtiennent auprès de Olympic Association, case postale 606, 3000 Berne 22, tél. 031 359 71 11, fax 031 352 33 80, info@swissolympic.ch, www.swissolympic.ch.



La très dangereuse amanite vireuse ...



... se confond facilement avec le champignon blanc



Amanite phalloïde: poison mortel!

Bilder: foto-net/FredWaldvogel

Contrôler avant de savourer

Se promener en forêt, cueillir des champignons et préparer un délicieux repas, à déguster en bonne compagnie, quoi de mieux en automne? Encore faut-il que les champignons aient été contrôlés.

Le monde des champignons est vaste: plus de 200 000 espèces de champignons inférieurs et supérieurs ont été répertoriées sur notre planète – bon nombre étant si minuscules qu'il faut les regarder à la loupe. Près de 6000 espèces de grands champignons poussent dans les forêts et prés européens; 200 environ sont comestibles et autant sont vénéneux.

Mortelle confusion

Tous les champignons ne sont pas aussi faciles à identifier que le fameux tue-mouches, bien au contraire. Souvent, ils ressemblent à s'y méprendre à des espèces comestibles. Les amanites – souvent confondues avec le champignon blanc, la rusule verdoyante ou le tricholome prétentieux – sont un exemple tristement célèbre. Selon Hans-Peter Neukom, expert en champignons au laboratoire cantonal de Zurich, les amanites sont, aujourd'hui encore, à l'origine de la plupart des décès – malgré

les progrès de la médecine. Elles contiennent des amatoxines néfastes pour les cellules. Un champignon de 50 grammes représente la dose létale pour un adulte: une hépatite toxique mortelle survient en moyenne 3 à 8 jours après l'ingestion. Les malades qui survivent souffrent souvent de lésions du foie irréparables; dans des cas graves, une transplantation est la seule issue.

Par chance, les intoxications mortelles sont aujourd'hui rares, mais des cas isolés continuent à se produire, comme il y a deux ans, en Suisse romande: deux personnes avaient eu l'idée d'enrichir une pizza précuisinée de champignons qu'elles venaient de ramasser. L'analyse consécutive a révélé qu'il s'agissait d'amanites toxiques! Malgré les soins prodigués par les médecins, l'absorption a eu une issue létale pour l'une d'elles.

Toutefois, il est heureux de constater que la plupart des intoxications ne portent pas à conséquence. Le Centre suisse d'information toxicologique (Tox) totalise quelque 400 appels concernant des troubles consé-

cutifs à la consommation de champignons. La plupart des intoxications annoncées provoquent des vomissements, nausées ou diarrhées, qui se manifestent surtout suite à l'ingestion de champignons avariés ou de plats de champignons non contrôlés. Selon le directeur du Tox, Hugo Kupferschmidt, il est décisif de pouvoir exclure d'emblée un empoisonnement aux amatoxines ou, du moins, de le dépister à un stade précoce. Raison pour laquelle il faut, pour le cas où, toujours garder les épiluchures.

Contrôles indispensables

Règle essentielle prônée par les spécialistes: ne jamais cuisiner de champignons inconnus qui n'ont pas été contrôlés! Tous les champignons ramassés doivent être soumis à une instance de contrôle officielle. Les spécialistes de l'Association suisse des organes officiels de contrôle des champignons (VAPKO) sont à même d'identifier toutes les espèces et d'éliminer celles qui

sont inestimables, avariées ou vénéneuses. Hans-Peter Neukom, qui siège également au comité de la VAPKO, souligne que ces contrôles sont nécessaires et qu'ils contribuent à prévenir des intoxications, car «5 à 10 pour cent en moyenne des champignons cueillis sont impropres à la consommation et doivent être éliminés par le contrôleur».

Depuis une année et demie, les offices de contrôle des champignons ne dépendent plus de l'Ordonnance sur les denrées alimentaires. La plupart des cantons ont cependant créé leur base légale propre, de sorte que les contrôleurs des communes continuent à offrir leurs services aux particuliers qui ramassent des champignons. La VAPKO tient la liste de ces instances, qui mentionne aussi les heures d'ouverture. Elle s'obtient sous www.vapko.ch.

Préparation et conservation

La préparation des champignons a aussi son importance. Les champignons crus sont en général impropres à la consommation. Cela vaut aussi pour les champignons de culture, qui peuvent causer une indigestion à des personnes sensibles. Même les bolets, figurant de temps à autre au menu des restaurants sous forme de «carpaccio de bolets», sont souvent à l'origine de troubles gastriques importants. Des champignons comestibles très appréciés, tels que morilles, armillaires ou bolets bays (*Xerocomus badius*) peuvent, consommés crus, provoquer des intoxications graves. Seules

la guépinie rousse ou oreille de veau, la trémelle gélatineuse et les truffes très appréciées des gourmets, peuvent être consommées crues en petite quantité.

Les champignons sont lourds à digérer; il vaut donc mieux ne pas les consommer en plat principal. Ils peuvent en revanche accompagner des mets ou être servis en sauce. Les plats aux champignons peuvent être réchauffés (à feu vif) dans les deux jours consécutifs à la cuisson, à condition d'avoir été refroidis rapidement après leur préparation et conservés au réfrigérateur.

Pour la cueillette des champignons, il faut préférer des paniers en osier ou des sacs en tissu (jamais de sacs en plastique) et les disposer de façon à ce que l'air circule. S'ils sont exposés à la chaleur, ils se décomposent très rapidement et moisissent ou sont infestés de bactéries. Une «fausse» intoxication aux champignons (intoxication alimentaire) en est la conséquence. La même chose vaut pour les champignons secs, conservés dans un local humide ou emballés de manière inadéquate. Il faut aussi éviter de les congeler et de les décongeler plusieurs fois de suite. Le mieux est de cueillir à chaque fois la quantité nécessaire au plat prévu.

Les champignons sauvages sont très prisés pour leur saveur particulière; ils permettent d'enrichir et de varier les plats. Contrôlés par un spécialiste et préparés de manière adéquate, ils se dégusteront avec d'autant plus de plaisir.

Ursula Marti

Intoxication aux champignons?

La VAPKO recommande les mesures d'urgence suivantes:

1. Si des troubles se manifestent après la consommation d'un plat de champignons, appeler immédiatement le médecin. Renseignements: Tox (n° 145, en service 24 heures sur 24).
2. Lorsque les secours médicaux ne peuvent joindre le malade en temps utile, le faire vomir en lui administrant trois cuillerées à café de sel de cuisine prises avec un verre d'eau chaude (sauf aux enfants de moins de 8 ans, danger d'intoxication au sel).
3. Faire analyser les restes de champignons crus ou cuits, les épluchures, les voissures et, éventuellement, les selles.
4. Le médecin décide s'il y a lieu ou non d'hospitaliser le patient.
5. Avertir tous les convives qui ont partagé le repas.

Une foule d'informations sur le thème des champignons se trouve sous www.vapko.ch. Une liste des contrôleurs de champignons y figure également.

Câble adapté aux enfants



Les jeunes enfants sont fascinés par les fils, prises et fiches électriques, et toujours partants pour les intégrer à leurs jeux: introduire des objets conducteurs de courant tels qu'aiguilles ou agrafes dans la prise, par exemple. Pour éviter des accidents lourds de conséquences, le bpa recommande d'utiliser des fiches et prises avec sécurité enfants. Plusieurs produits proposés sur le marché bénéficient du label du bpa; ils figurent sous www.bpa.ch (produits de sécurité). La rallonge K13-1 en fait maintenant partie. Un dispositif de sécurité empêche d'introduire des objets pointus dans la fiche. Le déverrouillage ne fonctionne que si l'on exerce une pression constante sur les deux ouvertures. La rallonge s'obtient au prix de Fr. 7.50 env. dans le commerce spécialisé et les magasins Coop. Informations: www.maxhauri.ch.

Portes tournante sûres

Après le tragique accident causé par une porte tournante à l'aéroport de Cologne Bonn, qui s'est soldé par le décès d'un jeune garçon, il y a lieu de s'interroger sur la sécurité des portes tournantes dans notre pays. S'agissant d'un cas isolé, il n'y a aucune raison de paniquer. Cependant, un certain risque d'être coincé subsiste, en particulier pour les jeunes enfants. Pour cette raison, il est indispensable de les surveiller et de ne jamais les laisser passer seuls par une porte automatique.

Les règles suivantes valent pour les exploitants:

- Assurer la maintenance et le contrôle par un spécialiste selon les instructions de service. Gestes indispensables: mesurer les forces motrices statiques et vérifier les zones de coincement.
- Remplacer immédiatement les parties défectueuses et éliminer les défauts.
- Condamner les portes dont les sécurités sont hors service.
- Contrôler régulièrement les sécurités dans la zone dangereuse. Tenir compte du fait que les enfants (aussi ceux qui se déplacent en rampant) sont particulièrement menacés à cause de leur poids et de leur taille.
- Signaler les surfaces vitrées transparentes.

La sécurité dépend du revêtement

Un revêtement inadéquat peut causer des chutes et des blessures. De nos jours, des revêtements adaptés à tout endroit et à toute utilisation – protégeant contre le risque de glisser et de trébucher – sont proposés sur le marché. Quel revêtement pour quel endroit? La liste du bpa **Revêtements de sol** R 9811 répond à cette question. La version actualisée indique aussi les revêtements à poser en plein air. Commandes: <http://shop.bfu.ch> ou par la réponse-fax.

La sécurité est l'affaire du chef

Photo: ImagePoint



Rester en contact avec les collaborateurs qui ont subi un accident

Si la directrice ou le directeur est convaincu du rôle de la sécurité, cette dernière fera aussi partie de la politique d'entreprise. Ce sera alors le point de départ d'une véritable culture de la sécurité.

Les entreprises ont la possibilité d'influencer la conscience de la sécurité du personnel afin d'éviter les accidents du travail et pendant les loisirs. Pour y parvenir, la direction doit se prononcer clairement en faveur d'une culture globale de la sécurité, dont les principes feront partie de l'idée directrice de l'entreprise. Ils seront définis, appliqués et contrôlés dans tous les domaines et à tous les niveaux. Il va de soi que les cadres auront une fonction d'exemple et seront les premiers à faire preuve de comportements sûrs. La culture de la sécurité en entreprise peut aussi s'appliquer pendant les loisirs. Important: la prévention reste à l'ordre du jour, moyennant, par exemple, des campagnes de sensibilisation régulières (avec le concours

du bpa). Affiches, expositions, protections offertes à des prix avantageux, conseils dans le journal de l'entreprise ou dans l'Intranet, ne sont que quelques-unes des nombreuses possibilités. Dans le cas idéal, le personnel participe à la mise sur pied et la réalisation des programmes de sécurité.

Une entreprise qui se mobilise pour la promotion de la santé – et la prévention des accidents – prouve l'estime qu'elle porte à son personnel. Cette considération sera payante en termes de motivation et de loyauté qui contribueront à un climat favorable dans l'entreprise et à sa bonne image de marque. Une ambiance qui profite autant au personnel qu'à l'employeur qui aura moins d'absences (coûteuses) à prendre en charge.

Gestion des absences et systèmes incitatifs

Markus Hubacher, chef du service Formation du bpa, recommande aux entreprises de tenir une statistique détaillée des absences, contenant les rubriques maladies, accidents professionnels et non professionnels. Cette statistique fait ressortir les priorités à prendre en compte dans les objectifs préventifs. Elle ne représente cependant qu'une partie de la gestion des absences, l'autre consistant à rester en contact avec la personne accidentée ou malade, de discuter la reprise du travail et d'organiser la réintégration dans l'entreprise.

Le bpa propose en outre aux entreprises de créer des systèmes incitatifs qui, cependant, doivent être mûrement réfléchis et adaptés à la situation spécifique de chacune d'elles. Le principe est que les comportements adéquats sont récompensés et les comportements inadéquats sanctionnés, le tout étant transparent et compréhensible. L'ensemble du personnel doit avoir la chance d'être récompensé. Le système englobera aussi bien des incitations financières que sociales, sous forme de mention positive au sein de l'entreprise, par exemple.

Celles et ceux qui souhaitent en savoir plus sur la mise en œuvre d'une culture de sécurité dans l'entreprise peuvent consulter le service Formation du bpa ou s'inscrire à un des cours élaborés par ce service. Responsable pour la Suisse romande: Christian Wyssmüller, tél. 026 913 81 01, c.wyssmueller@bpa.ch.

Ursula Marti

Exercer la fonction de délégué à la sécurité dans deux communes différentes alors qu'on est mari et femme, c'est une situation plutôt inhabituelle. Mais très pratique pour échanger des expériences.



Photo: Beatrice Suter

Un partenariat hors du commun

Dans la petite commune de St. Gallenkappel qui compte quelque 1750 habitants, la fonction de délégué à la sécurité fait partie des tâches d'un employé communal au même titre que le secrétariat des bâtiments et des écoles et trois autres domaines. Lorsqu'en mars 2002, Gertrud Fässler a pris ce poste, elle est automatiquement devenue déléguée à la sécurité. C'est à peu près à la même époque que son époux, Armin Fässler, a pris ses fonctions de chef du service d'urbanisme d'Ebnat-Kappel. Peu après, le chef démissionnaire lui a proposé d'assumer en même temps la tâche de délégué à la sécurité. Après avoir donné son accord, il a été nommé par le Conseil municipal en octobre 2002.

Sensibiliser le public

Avec l'annonce dans la presse régionale de la nomination d'Armin Fässler, on a rappelé aux 4900 habitants d'Ebnat-Kappel le rôle, les tâches et les possibilités d'intervention du délégué à la sécurité. Des actions telles que la distribution des bons très prisés, à faire valoir lors de l'achat d'un casque, ou la vente de vestes de sécurité ont permis d'augmenter sa notoriété dans la commune. L'augmentation des demandes a

montré au couple que, pour la réussite de son travail, il est important que la population connaisse les personnes à contacter pour toute question de sécurité. En cas de problème particulier, ils peuvent recourir aux connaissances spécialisées du chef-délégué, Stefan Meile, ou des spécialistes du bpa à Berne.

Leur double fonction de responsable du service d'urbanisme et de délégué à la sécurité fait que Gertrud et Armin Fässler connaissent les projets de construction et de transformation dans leurs communes respectives. C'est l'idéal: ainsi ont-ils la possibilité d'entrer en contact au bon moment avec l'architecte ou le maître de l'ouvrage, de le conseiller et de signaler les normes de sécurité applicables, par. ex., sur les aires de jeux. Les balustrades sont un thème sans cesse d'actualité: dans nombre de bâtiments, il s'agit de concilier l'esthétique avec la sécurité, d'où l'utilité des conseils prodigués par les délégués.

Sécuriser le trafic des piétons

Comme dans de nombreuses communes, la sécurité des piétons est un thème d'actualité à Ebnat-Kappel et à St. Gallenkappel.

Depuis l'ouverture du nouveau tronçon de l'A53, le trafic de transit s'est sensiblement accru à St. Gallenkappel. La route principale fait aussi office de chemin de l'école pour les élèves des petites classes. Un passage piéton situé sur un dos d'âne est cause de souci pour Gertrud Fässler. Pour l'heure, les discussions et l'étude de diverses améliorations possibles n'ont pas encore abouti à une solution.

Armin Fässler a eu plus de succès: au printemps dernier, au terme de discussions qui ont duré des décennies, un passage dangereux situé lui aussi sur un dos d'âne, a été transformé et sécurisé à Ebnat-Kappel. Le projet pilote a consisté en un rétrécissement optique au moyen de quatre candélabres. Des seuils en granit ont aussi été intégrés à plusieurs endroits de la chaussée. Les premières observations montrent que ces mesures incitent bon nombre de conducteurs à réduire leur vitesse. Qui sait, l'expérience faite à Ebnat-Kappel servira peut-être à faire avancer les travaux à St. Gallenkappel!

Beatrice Suter

Australie

Les Australiens se plaisent à dire les choses crûment – et parfois, ils fournissent aussi du matériel de démonstration. L'objet visant à impressionner les voyageurs se trouve près du restoroute Kulgera au Stuart Highway, dans les Territoires du Nord. L'endroit est bien choisi, car la plupart des gens en route depuis Adelaide vers Alice Springs et Ayers Rock s'y arrêtent.

Les panneaux avec des conseils liés à l'alcool, aux véhicules 4x4 et à la fatigue ne représentent qu'une partie de la savante installation. Sur l'autre face de la carcasse, des panneaux recommandent d'attacher la ceinture, de prendre garde aux animaux et d'éviter les excès de vitesse.

Cette attraction touristique d'un autre genre a été découverte par notre collaboratrice Silvia Kienle.



services



Conducteurs: attention aux enfants!

Les enfants voient le monde différemment des adultes. Ils réagissent souvent, de façon imprévue. Ce comportement répond à leur stade de développement et est tout à fait normal. Cela signifie, dans la circulation routière, que les automobilistes doivent prêter une attention particulière aux enfants et ne pas les considérer comme de jeunes adultes. En présence d'enfants, il faut faire preuve d'égards, réduire sa vitesse et être prêt à freiner.

La nouvelle version du dépliant bpa lb 9515 **Conducteurs: attention enfants!** explique pourquoi les enfants ne sont pas encore capables de comportements adéquats et à quoi les automobilistes doivent faire attention en leur présence. Commandes: <http://shop.bfu.ch> ou par la réponse-fax.



La sécurité sur le chemin de l'école

Plusieurs conditions doivent être remplies pour permettre aux enfants d'aller à l'école en toute sécurité. Les parents choisissent le trajet le plus sûr, qui n'est pas forcément le plus court, et exercent le bon comportement avec eux. Les autorités compétentes, pour leur part, s'attachent à sécuriser les chemins de l'école par des aménagements techniques adéquats. La police, les commissions scolaires et les enseignants s'engagent également pour la sécurité des écoliers.

Le dépliant lb 9501 **Sécurité sur le chemin de l'école** informe en détail sur ces aspects. Il contient une check-list permettant aux parents d'évaluer les difficultés d'un trajet scolaire et un schéma de planification. Commandes: <http://shop.bfu.ch> ou par la réponse-fax.



Rapport annuel et statistique

Le rapport annuel du bpa contient une foule d'articles concernant la recherche, les conseils, l'éducation, la formation et les relations publiques. Il reflète la grande variété des activités préventives menées par le bpa dans les domaines de la circulation routière, du sport, de l'habitat et des loisirs. Il s'obtient au prix de 10 francs sous <http://shop.bfu.ch> ou moyennant la réponse-fax.

La nouvelle statistique est également disponible sous www.bpa.ch. Elle contient le détail des accidents non professionnels en Suisse.