SÉCURITÉ SOCIALE
l'Assurance Maladie

RISQUES PROFESSIONNELS
Carsat Alsace-Moselle

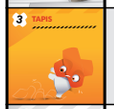
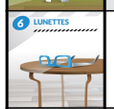
Prévention et Gestion
des Risques Professionnels
Carsat Alsace-Moselle
14 rue A. Seyboth
CS 10392 - 67010 Strasbourg cedex
www.carsat-alsacemoselle.fr

A215.07/14

Les chutes de plein pied sont la première cause d'accident à domicile et d'accidents du travail. De plus, après 65 ans, les chutes auront des conséquences sociales importantes pour les séniors et sont à l'origine de placement en centre médicalisés voire de décès.
Ce jeu, conçu par la Carsat Alsace Moselle, vous apporte quelques points de réflexion sur ce type d'accidents, autant du point de vue du particulier que du salarié intervenant à son domicile.
Il vous suffira d'un dé ... et d'un petit quart d'heure pour passer un moment convivial et instructif.

Régles du jeu

Pour jouer il faut 2 joueurs au minimum. Il peut y en avoir plus, dans la limite du nombre de figurines disponibles. Chaque joueur choisit sa figurine, un particulier (homme ou femme) ou un intervenant à domicile (infirmière, aide ménagère, dépanneur).
A l'aide d'un dé, le particulier joue en premier et avance du nombre de points lancés. arrivé sur une case, il faut un volontaire pour lire à haute voix le scénario et les conséquences pour le particulier concernant cette case, puis les mesures de prévention se rapportant à la situation.
Puis ce sera un des intervenants à domicile qui jette le dé avec les mêmes enchainements de message, en lisant cette fois ci les conséquences touchant le salarié.
Sur les cases accidents et bonnes pratiques, le joueur se conforme aux consignes du jeu (il passe son tour, recule ou rejoue). Le message de prévention sera également lu avant que le joueur suivant rejoue.
Le jeu se termine lorsque le premier aura atteint la case «arrivée».

Case	Situation	Scenario	Conséquence salarié	Conséquence particulier	Message prévention
	Balai et pelle	Le balai et la pelle se trouvent dans le couloir sur votre chemin. En passant vous trébuchez et vous vous rattrapez au mur.	Vous vous en sortez avec un simple tour de reins, une chute aurait pu être plus grave. Pensez à signaler l'événement à votre employeur.	Vous êtes passé à deux doigts de la chute. Si vous vous en sortez avec un simple tour de reins, une chute aurait pu avoir des conséquences graves.	Les ustensiles doivent être rangés dans un endroit approprié. Si une personne intervient au domicile, ces emplacements doivent être convenus ensemble, cela fera gagner du temps et réduira le risque d'accident.
	Animal domestique	Le chat dort au pied de votre fauteuil, en vous levant vous lui marchez sur la queue, évitant de peu la chute.	Une chute avec heurt de la tête sur un meuble aurait pu être grave. Pensez à signaler l'événement à votre employeur.	Plus de peur que de mal, surtout pour le chat. Une chute avec heurt de la tête sur un meuble aurait pu être grave.	Il ne faut pas sous estimer les risques que provoquent la présence d'animaux domestiques. Prenez des mesures surtout lors de l'intervention d'une aide à domicile (animal dans une autre pièce, litière hors des passages ...)
	Tapis	En allant vers la salle de bain, vous glissez sur le tapis de sol, et chutez lourdement au sol.	**Suspicion de fracture = hôpital = prévenir votre employeur qui devra déclarer votre AT = passer votre tour**	**Suspicion de fracture = hôpital = passer votre tour**	Les tapis sont parmi les premières causes de chute au domicile. Il vaut mieux les supprimer, ou s'assurer qu'ils ne présentent pas de déformations et les fixer au sol.
	Câbles électriques	Les câbles électriques du téléviseur passent au milieu de votre chemin, vous évitez de justesse la chute.	Ouf cela aurait pu finir par une chute … prévenez votre employeur, un électricien devra réparer la prise arrachée.	Ouf cela aurait pu finir par une chute aux conséquences plus graves.. pas de télévision ce soir, vous avez arraché la prise !	Lors de la mise en place d'équipements électriques, il faut faire passer les câbles hors des zones de circulation et en respectant les règles (pas de triplettes multiples, câbles collés sur les plinthes …)
	Parquet vitrifié	Un sol fraichement vitrifié c'est joli, facile d'entretien et c'est bien plus sûr qu'un parquet ciré.	**C'est un risque de chute réduit par rapport à un sol ciré = vous pouvez rejouer**	**C'est un risque de chute réduit par rapport à un sol ciré = vous pouvez rejouer**	Il ne faut pas négliger les risques qu'apporte un parquet ciré. Préférez lui un sol moderne à faible glissance. Si vous souhaitez vraiment garder un sol ciré, portez des chaussures et pantoufles à semelles anti dérapantes.
	Lunettes	Vous vous déplacez dans l'appartement sans vos lunettes, et trébuchez sur le seuil de porte que vous n'avez pas vu.	Heureusement vous vous êtes rattrapé, la chance ne sera pas toujours avec vous.	Heureusement vous vous êtes rattrapé, la chance ne sera pas toujours avec vous.	Il faut s'assurer que votre environnement est adapté à vos déplacements (sols sans obstacles, objets rangés …) mais aussi que vous êtes dans les meilleures conditions pour vous déplacer (port des lunettes, les mains libres ...).
	Médicament	Vous êtes malade, vous prennez des médicaments, mais ils provoquent votre somnolence, la chute n'est pas loin.	La somnolence diminue vos réflexes et facilite la perte d'équilibre, attention aux conséquences. Et surtout prenez garde si vous prenez la route pour aller au travail.	En plus de faciliter la perte d'équilibre, la somnolence diminue vos réflexes, attention aux conséquences.	Le risque de chute se concrétise par des éléments physiques (obstacles, état du sol …) organisationnels (précipitation, déplacement les bras chargés …) et individuels (fatigue, effet de substances psycho actives, aptitudes physiques ...) apprenez à connaitre vos limites.
	Tabouret	Pour accéder au haut de l'armoire vous montez sur un tabouret qui bascule …	**Dos bloqué = hôpital = prévenir votre employeur qui devra déclarer votre AT = retournez en case 4**	**Dos bloqué = hôpital = retournez en case 4**	Stocker les choses lourdes ou dont vous avez souvent besoin à hauteur d'homme. Ne grimpez jamais sur un dispositif improvisé. Pour travailler en hauteur, il faut que votre employeur vous fournisse un équipement adapté.
	Ampoule et détecteur	Un couloir sombre et un sac posé au sol, la chute n'est pas loin. Mais un détecteur de présence est installé et la lumière s'allume à votre arrivée..	**C'est un risque de chute réduit par rapport à un couloir trop sombre = vous pouvez rejouer**	**C'est un risque de chute réduit par rapport à un couloir trop sombre = vous pouvez rejouer**	Ne pas voir clair expose à un risque de chute. Repérez l'emplacement des interrupteurs et veillez au bon fonctionnement des éclairages. Dans des lieux de passage fréquent on peut mettre en place un détecteur, c'est pratique lorsqu'on a les mains pleines.
	Jouet	Le petit a laissé trainer son jouet au sol, vous marchez dessus, il manquait de peu et ce sont les pompiers qu'il aurait fallu appeler.	Vous vous en sortez avec une douleur musculaire. Une chute aurait pu avoir des conséquences graves. Signalez l'incident à votre employeur.	Ce coup ci vous vous en sortez avec une douleur musculaire. Une chute aurait pu avoir des conséquences bien plus graves.	Si un enfant ne joue plus avec son camion de pompier, il faut lui apprendre à le laisser sur son tapis de jeu ou à le ranger dans son coffre à jouet. Pour donner le bon exemple vous allez devoir ranger vos chaussures qui trainent.
	Escalier	En descendant l'escalier les bras chargés, vous ratez une marche.	**Point de suture à l'arcade = hôpital = prévenir votre employeur qui devra déclarer votre AT = passer votre tour**	**Point de suture à l'arcade = hôpital = passer votre tour**	Organisez votre espace de vie et de travail pour être le plus souvent possible de plain pied. Dans vos déplacements dans les escaliers, ne vous chargez pas de trop et gardez toujours une main sur la rampe.
	Flaque d'eau	Dans la salle de bain, de l'eau se retrouve au sol … zip ... heureusement vous vous rattrapez au lavabo.	Il n'est pas rare de chuter dans une salle de bain. Évoquez le mode opératoire du nettoyage de la salle de bain avec votre employeur.	Ce ne serait pas la première fois que quelqu'un se casse les dents dans sa chute sur un élément de salle de bain, sans parler d'une chute plus grave.	Après un nettoyage du sol, séchez-le ou interdisez l'accès à la pièce. En cas de renversement, épongez sans attendre. Signalez toute fuite et coupez l'eau si possible.

Le jeu est accessible à tout joueur quel que soit son âge et son activité. Il peut être proposé dans une relation d'aide à la personne pour accompgner un message de prévention de façon ludique et peu prescriptive. Une utilisation inter générationnelle permettra d'imaginer d'aborder avec le sourire un sujet qui fâche : le tapis dont mamie ne veut pas se séparer ...