



**Guide actions  
Prévention  
Solaire FNMF &  
Écouter Voir**

**A destination des équipes de la  
filière Petite Enfance et Handicap  
de la Mutualité Française**

.....

FÉVRIER 2025



# Sommaire

Ce guide comprend des préconisations et recense des bonnes pratiques pour vous accompagner dans la distribution des kits prévention solaires Écouter Voir et dans vos actions de sensibilisation à destination des parents et des professionnels.

1/ Opération prévention solaire : rappel de notre ambition.....	p.3
2/ Les « kits prévention solaire Écouter Voir ».....	p.3
3/ Agenda et organisation de votre action.....	p.3
4/ Les messages clés de prévention lors d'actions au sein de vos établissements.....	p.6
5/ L'enseigne Écouter Voir.....	p.10
<b>ANNEXES</b> .....	<b>p.11</b>



# Guide

## Actions de prévention solaire FNMF & Écouter Voir

### 1/ Opération prévention solaire : rappel de notre ambition



- Sensibiliser les familles et le personnel encadrant des établissements du réseau mutualiste Petite Enfance et des établissements et services accompagnant des enfants et des jeunes adultes en situation de handicap du réseau mutualiste médico-social au sein de la Mutualité Française, aux enjeux de la prévention solaire.



- Habituer les enfants au port de lunettes de soleil dès le plus jeune âge, au même titre que la casquette, la crème solaire et la recherche de l'ombre.



- Créer des synergies au sein de notre écosystème mutualiste et favoriser le partage d'expertise entre les métiers.

---

### 2/ Les « kits prévention solaire Écouter Voir »

Les kits prévention solaire Écouter Voir, offerts par la Fondation Écouter Voir, sont composés de :

- une paire de lunettes de soleil adaptée et de son étui
- un dépliant prévention optique solaire enfants Écouter Voir
- un flyer de présentation de la Fondation Écouter Voir



### 3/ Agenda et organisation de votre action



Il vous est proposé un agenda et une organisation type de votre action que vous pouvez adapter en fonction de vos besoins et de vos spécificités.

#### Février - idéalement 4 mois avant l'action

- ✓ Programmer votre action « prévention solaire » - le plus en amont possible.
- ✓ Si vous n'avez pas été contacté par un opticien Écouter Voir, prenez contact avec le magasin Écouter Voir le plus proche de vous. La liste est disponible sur le site internet Écouter Voir : [ecoutervoir.fr/trouver-un-magasin](http://ecoutervoir.fr/trouver-un-magasin)
- ✓ Valider les objectifs et cibles de l'évènement
  - ✓ Élaborer le programme prévisionnel de l'évènement : horaires, déroulé, activités
  - ✓ Identifier les dates potentielles avec l'opticien Écouter Voir pour s'assurer de sa disponibilité
  - ✓ Lister les sujets logistiques à traiter, les planifier et répartir les tâches
  - ✓ Convenir des moyens de communication à déployer pour avoir un maximum de participants

En cas de difficultés pour entrer en contact avec un opticien, n'hésitez pas à vous rapprocher de votre groupement, de la FNMV ou de l'équipe Visaudio : [laurie.brezac@visaudio.fr](mailto:laurie.brezac@visaudio.fr)

#### Deux mois avant l'évènement



- ✓ Valider la date, le format et le programme de l'action
  - ✓ Commencer à communiquer sur l'action via vos canaux de communications habituels :  
affichage dans l'établissement, mot dans les carnets de liaison des enfants, mail...
- Nous pouvons vous proposer ce type d'affiche. N'hésitez pas à en parler avec l'opticien qui intervient lors de votre action de prévention, il peut faire le lien avec l'équipe communication de Visaudio.

#### Un mois avant l'évènement

- ✓ Penser à confirmer l'évènement et à relancer la communication auprès des familles
- ✓ Vérifiez que les sujets logistiques sont traités, que les outils à remettre aux participants sont prêts (ou en cours de livraison)
- ✓ Préparer les supports visuels éventuels en lien avec l'opticien : diaporama, kakemono, flyers, expos...

## Quelques jours avant l'évènement

- ✓ Rendez visible l'évènement à travers un affichage dans vos crèches et Relais Petite Enfance/établissements.
- ✓ Mobiliser votre équipe pour rappeler cette action de prévention aux familles lors des transmissions individuelles du matin ou du soir.

## Le jour-J

- ✓ Préparer le lieu de l'action et vous assurer que les kits et outils supports de l'action sont sur place - voir le détail des actions dans la partie suivante du guide
- ✓ Si vous communiquez sur l'évènement, identifier la personne chargée de photographier et communiquer.
- ✓ Assurez-vous du consentement des invités. Les photographies de groupe sont, sinon, à privilégier. Pour les enfants, ne pas publier leur visage, sauf autorisation signée des parents. Prévoir, dans ce cas, de faire signer des autorisations de droit à l'image.

N'hésitez pas à remonter ces informations à vos groupements qui pourront les partager avec les équipes Écouter Voir / Visaudio.

## Après l'évènement

Nous vous invitons à remplir ce questionnaire d'évaluation, via le QR Code ci-contre :



Les informations que nous pouvons recueillir à travers ces questionnaires sont précieuses pour évaluer votre satisfaction, mesurer l'impact de cette action, et identifier les points d'amélioration. Vos retours nous permettront pour les prochaines éditions, d'ajuster la démarche et les outils proposés, dans le but de garantir l'impact le plus significatif auprès du public visé.

---

## 4/ Les messages clés de prévention lors d'actions au sein de vos établissements

### Les messages clés



Vous pouvez retrouver les informations clés sur la santé visuelle des plus jeunes au sein des dépliants prévention optique solaire enfants Écouter Voir.

#### 1. Faire porter des lunettes de soleil aux enfants.

Le soleil est un ami à condition de savoir s'en protéger. Pour jouer dehors toute l'année, il faut être bien équipé. Habituer les enfants à porter des lunettes de soleil dès leur plus jeune âge, c'est préserver le capital soleil de leurs yeux. Les lunettes de soleil protègent les yeux du soleil comme la crème solaire protège la peau !

#### 2. Opter pour des verres de protection 3-4, norme CE

Jusqu'à 12 ans, le cristallin qui protège la rétine laisse passer 7 fois plus de rayon UV que celui des adultes. La protection solaire doit être adaptée.

#### 3. Prendre soin de la vue des enfants et des plus jeunes

Le pédiatre contrôle la vue aux rendez-vous des 2, 4, 9 et 24 mois. Il est recommandé aux parents de consulter un ophtalmologiste si l'enfant présente des troubles visuels (ne réagit pas ou peu aux stimuli visuels, ne fixe pas le regard après 1 mois, n'a pas le réflexe de poursuite oculaire, a des difficultés à lire le tableau, les sous-titres d'un film...) ou certains signes pouvant être associés à un trouble visuel (chutes nombreuses, maux de tête fréquents, fatigue, difficultés de concentration...) Les familles ne doivent pas hésiter à en parler à leur pédiatre ou médecin qui pourra les conseiller, ou à leur opticien.

## Actions auprès des enfants

### 1. Lecture du livre Mikalou sous le soleil



Version PDF :

[occitanie.mutualite.fr/outils-et-documents/theme/livrets-mikalou](http://occitanie.mutualite.fr/outils-et-documents/theme/livrets-mikalou)

Votre opticien Écouter Voir a la possibilité de commander des livres en version imprimée, n'hésitez pas à lui demander.

### 2. Jeu « S'équiper pour le soleil »



Demander aux enfants d'équiper un personnage avec les accessoires indispensables pour se protéger du soleil (chapeau, lunettes, crème solaire...) et profiter de l'extérieur en toute sécurité.

Le jeu est à imprimer, voir page en annexe de ce document.

### 3. Comptine

Adapter la comptine « Promenons-nous dans les bois » à notre campagne de prévention solaire : en musique et en cœur, les enfants chantent de vive voix :



« Loup y es-tu ? M'entends-tu ? Que fais-tu ?

- Je mets mon chapeau...

- Je mets ma crème solaire...

- Je mets mes lunettes de soleil... ».

### 4. Jeu de piste

Pour les plus grands : le jeu de piste dans le parc de la commune ou le jardin de la crèche.

Deux mascottes/peluches doivent retrouver les éléments nécessaires pour profiter du soleil en toute sécurité : chapeau, lunettes, tee-shirt, crème solaire et bouteille d'eau...

Ce jeu divertissant sollicite de nombreux sens : sens de l'orientation, observation, entraide, curiosité, logique...

## 5. Autres



Cocote prévention solaire, coloriage c'est l'été, jeu de memory, jeu des 7 différences, ...

Les jeux sont à imprimer et à découper, voir pages en annexe de ce document.

### - Actions auprès des familles

Distribution des « kits prévention solaire Écouter Voir », remise des flyers en rappelant les messages de prévention :

- ✓ Port des lunettes dès le plus jeune âge pour protéger les yeux des enfants et des plus jeunes
- ✓ Les types de montures à plébisciter
- ✓ Recommander le contrôle régulier de la vue des enfants et des plus jeunes
- ✓ Inviter les familles à répondre au questionnaire accessible via le QR code du dépliant prévention.

NB : pour donner tout son sens à ces actions, merci de veiller à ce que chaque monture solaire offerte soit remise aux familles, accompagnée du dépliant prévention optique solaire.



Quand cela est possible en matière d'organisation interne, proposer aux familles de glisser les lunettes solaires dans le sac journalier des enfants pour une utilisation à la crèche ou chez l'assistant(e) maternelle.

## - Actions avec la présence d'un opticien Écouter Voir

Les opticiens Écouter Voir représentent une valeur ajoutée aux actions que vous pouvez porter au sein de vos crèches, Relais Petite Enfance et de vos établissements ou services :

1. La valorisation de votre offre de services à destination des familles de vos crèches et établissements ou services.
2. Des professionnels experts qui sont formés pour intervenir sur ce type de journées d'information et de prévention. Ils peuvent répondre aux questions des parents en matière de protection solaire, et plus largement en matière de santé visuelle des plus jeunes.
3. Une présence qui donne de la légitimité aux conseils partagés et qui appuie la démarche prévention.
4. Des professionnels qui peuvent disposer de matériel pour la mise en place d'un stand, pour plus de visibilité et d'impact.
5. Pour vous, personnel des crèches, Relais Petite Enfance, établissements ou services accompagnant des enfants ou jeunes adultes en situation de handicap, l'opportunité d'échanges avec des experts et l'occasion de récupérer des informations utiles.
6. L'occasion de créer des synergies et des moments de convivialité avec des collègues mutualistes proches géographiquement.

---

## 5/ L'enseigne Écouter Voir



### **Le réseau Écouter Voir**

Partout en France, les 5 000 professionnels des 750 magasins d'optique et 450 centres d'audition sont à l'écoute de leurs clients afin de les conseiller et leur permettre d'accéder à un équipement de qualité.



### **Un réseau qui contribue à un écosystème de santé global**

Une partie des bénéfices est reversée à des établissements de soin et d'accompagnement mutualistes (crèches, EHPAD, centres dentaires), répartis sur tout le territoire.



### **L'humain au coeur de nos priorités**

Notre mission : permettre à tous de bien voir et bien entendre. Nos équipes expertes sont à l'écoute des clients afin de les guider vers la solution optique et auditive la plus adaptée.



### **Une offre transparente et accessible**

Nos prix sont justes, toute l'année, pour permettre à chacun d'accéder à un équipement de qualité au meilleur prix. Nos garanties et services sont affichés en magasins et valables dans tout le réseau, en toute transparence.



## ANNEXES

Ces supports ont été travaillés avec les équipes de la FNMF et avec l'appui de supports VYV3 Centre Val de Loire déjà existants.

### 1. Jeu « S'équiper pour le soleil »





# ANNEXES

## 2. Cocote prévention solaire

**ÉCOUTERVOIR**  
OPTIQUE & AUDITION MUTUALISÉES

**Qu'est-ce que le soleil est bon pour ta santé ?**

OUI, Mais à petite dose, ses rayons sont en effet bons pour le moral et pour les os.

**Est-ce qu'un adulte est plus résistant aux UV qu'un enfant ?**

OUI, la peau et les yeux d'un enfant sont plus sensibles avant l'âge de 15 ans environ.

**Les bébés ont-ils le droit de rester au soleil ?**

NON, les rayons UV sont très dangereux pour les bébés et fortement déconseillés avant 3 ans.

**À quel heure le soleil est-il le plus intense ?**

Au midi solaire (14h l'été en France).

**Quand faut-il mettre de la crème solaire ?**

Au moins toutes les 2 heures, mais plus souvent si on se baigne, si on transpire...

**Quelles sont les 4 protections que tu dois prendre pour aller jouer dehors un jour de plein soleil ?**

Tee-shirt  
Lunettes de soleil  
chapeau  
craème solaire

**Pourquoi faut-il mettre des lunettes de soleil ?**

Pour les protéger d'un excès de lumière et surtout des rayons UV.

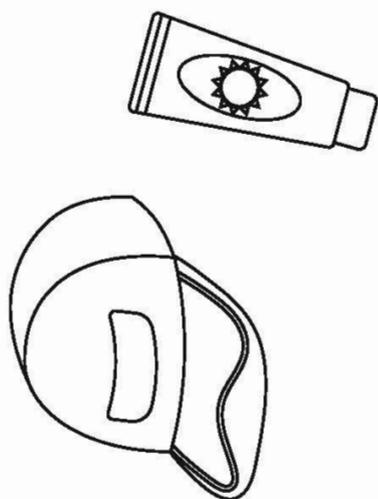
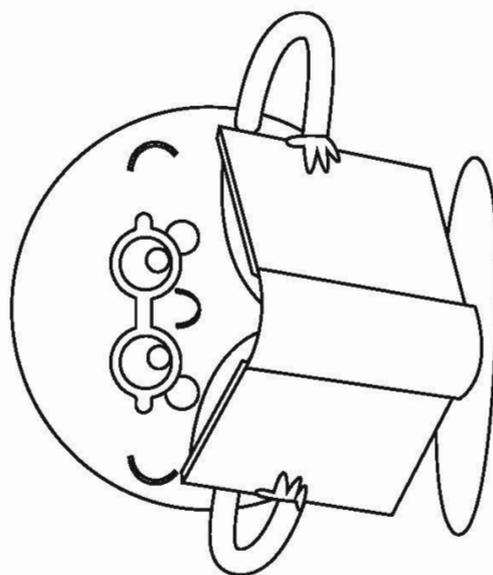
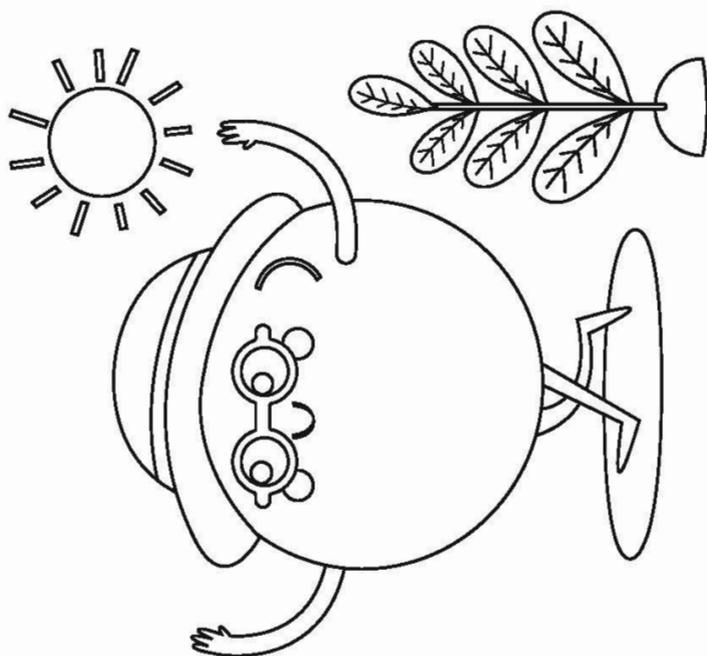
Tout de surte, tu risques un coup de soleil qui peut faire mal plus tard, tu peux développer une maladie des yeux (cataracte).

Qu'est ce que tu risques à trop t'exposer au soleil ?

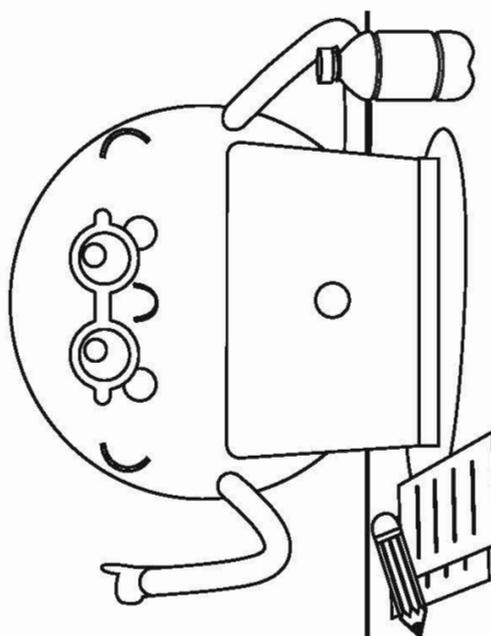
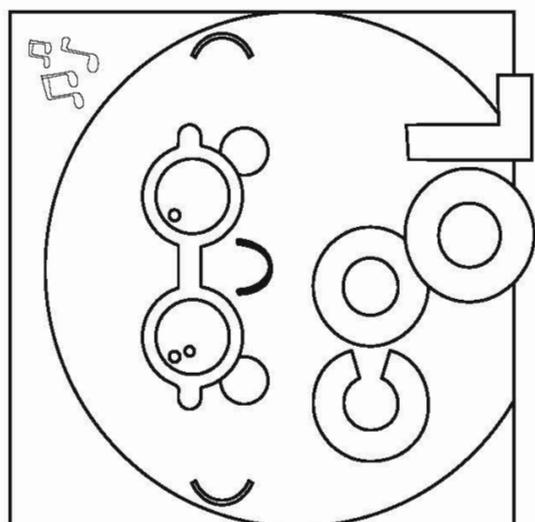
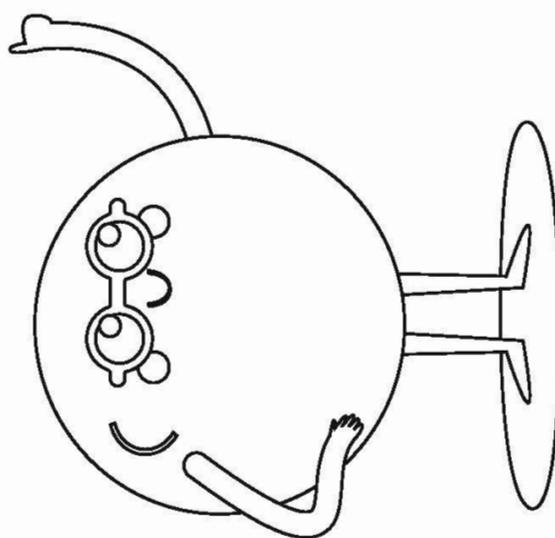


# ANNEXES

## 3. Coloriage



**ÉCOUTER VOIR**  
OPTIQUE & AUDITION MUTUALISTES





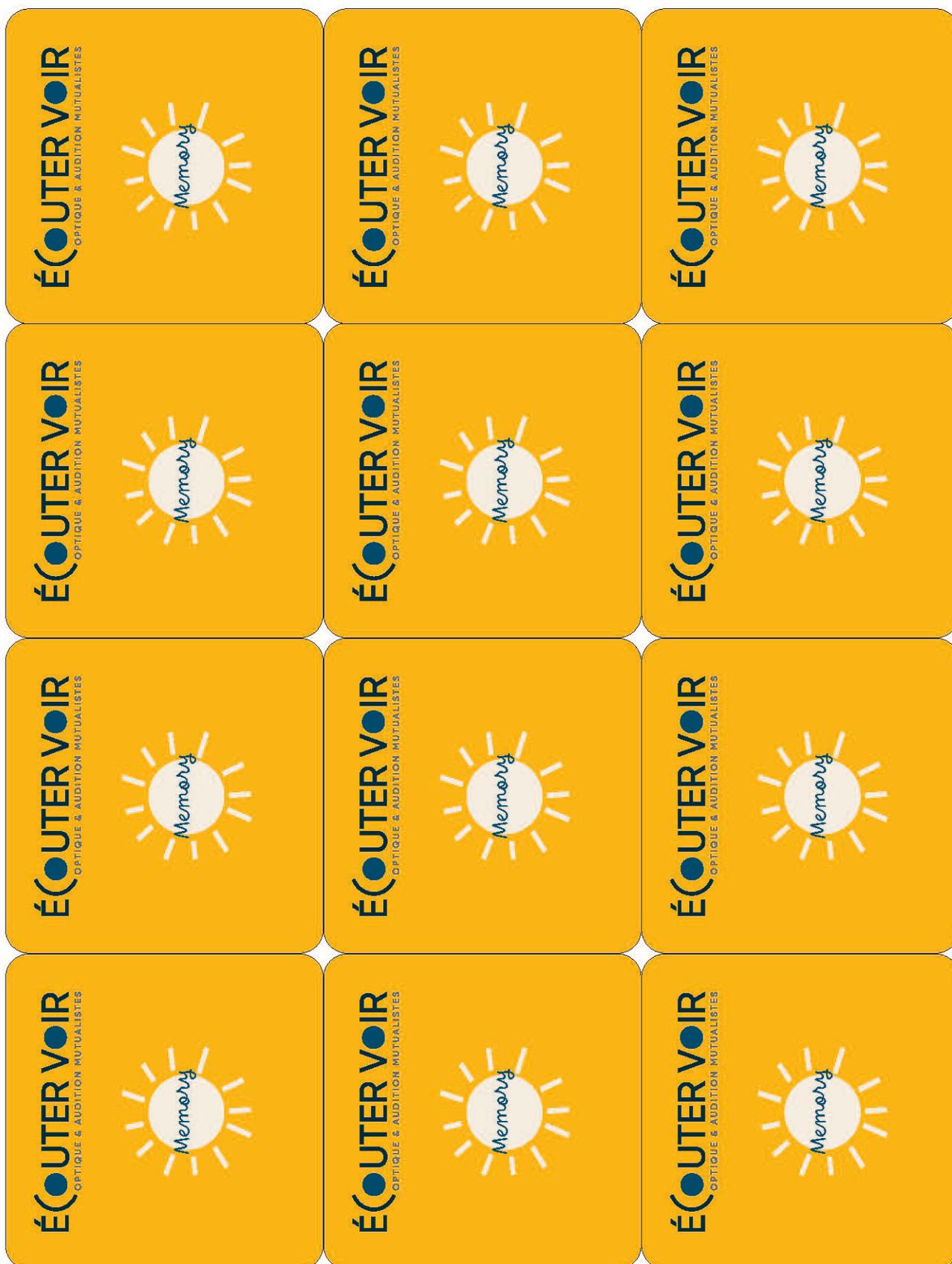
# ANNEXES

## 4. Jeu de memory



# ANNEXES

## 4. Jeu de memory



# ANNEXES

## 5 .Jeu des 7 différences

**ÉCOUTER VOIR**  
OPTIQUE & AUDITION MUTUALISTES

### LE JEU DES 7 ERREURS



© Freepik