

Prévention des accidents en hockey sur glace



Sécurité générale

Les monitrices et moniteurs J+S

- s'assurent que les règles sont respectées tant aux entraînements qu'en compétition;
- s'assurent que la sécurité est garantie dans les vestiaires (règles claires);
- incitent les participants, les fonctionnaires ainsi que les parents à faire face de manière contrôlée aux émotions et encouragent un comportement correct dans le hockey sur glace;
- connaissent la campagne sur le respect de Swiss Ice Hockey Federation qui a été élaborée en collaboration avec «cool and clean» et la fondation Pat Schafhauser (www.respect.sihf.ch/fr).

Sécurité personnelle

Les monitrices et moniteurs J+S

- veillent à ce que tous les participants portent, lors des entraînements et des matchs, un équipement complet et intact conformément aux directives de la SIHF;
- contrôlent le port correct du casque;
- portent un casque durant l'entraînement sur la glace;
- vérifient l'utilisation d'attelles pour les articulations, en particulier suite à des blessures aux genoux;
- sensibilisent les parents et les joueurs aux directives de la SIHF concernant le port correct de l'équipement contre les risques de coupures.

Mesures de prévention dans les activités sportives

Les monitrices et moniteurs J+S

- veillent à ce qu'aucun participant ne se trouve sur la glace en même temps que la surfaceuse;
- ferment toutes les portes des bandes de la patinoire avant le début de l'entraînement;
- introduisent progressivement le jeu physique et à la bande; attirent constamment l'attention des joueurs sur le fait que la tête doit être haute («head up») et que le jeu physique vise à gagner le puck;

- veillent à dispenser un entraînement ciblé pour les genoux, le tronc, la nuque et les épaules (Respect your fitness);
- prennent les blessures au sérieux en effectuant notamment immédiatement le «CHECK-UP en cas de charge» (SIHF) lors de blessures à la tête et en retirant, dans le doute, le joueur du match;
- veillent à un retour au jeu progressif suite à une blessure ou à une maladie – en particulier «Return to Play» (SIHF) après une commotion cérébrale;
- maîtrisent leurs émotions également dans les phases de jeu plus tendues ou vers la fin du match;
- veillent à une intensité d'entraînement et de compétition adaptée;
- ne tolèrent aucune conduite incorrecte, soutiennent les décisions de l'arbitre et apprennent aux joueurs à respecter la santé de l'adversaire;
- connaissent les numéros d'urgence, en particulier le 112 (une formation de premiers secours est recommandée).

Sport des enfants

Les monitrices et moniteurs J+S

- apprennent aux participants à avoir confiance en leur propre corps et à gérer l'agressivité de manière adéquate et introduisent assez tôt le jeu physique en tenant compte de l'âge des participants;
- transmettent une bonne technique de base qui permet aux participants de porter le plus tôt possible l'attention sur le jeu plutôt que sur le puck («head up»).

