

SÉCURI-SPORT EXPRESS

Un outil d'information... Pour vous renseigner sur certaines mesures préventives, *Sécuri-sport express* est conçu à votre intention, que vous soyez organisateur, personne-ressource ou participant.

Le *hockey sur glace* est à l'honneur dans le présent numéro de *Sécuri-sport express*.

Sécuri-sport express s'inscrit dans un effort de vulgarisation et de diffusion d'un ensemble de règles élémentaires de sécurité. Il contient :

- ◆ des renseignements quant aux responsabilités des personnes qui assurent l'*encadrement* d'une activité;
- ◆ des renseignements quant à l'*environnement* physique d'une activité;
- ◆ des précisions sur l'*équipement* indispensable;
- ◆ des indications de *comportements* et d'*attitudes* favorisant la sécurité du participant et celle de ses partenaires;
- ◆ des *statistiques* éloquentes sur la nécessité de prévenir les traumatismes;
- ◆ des *points de référence* pratiques et accessibles.

Tout cela dans la série *Sécuri-sport express* : un aide-mémoire gratuit et de consultation rapide, qui traite les éléments stratégiques d'une pratique sportive préventive.

Sécuri-sport express comprend les numéros suivants : conditionnement physique, gymnase, hockey, activités nautiques, plein air ainsi que ski alpin et surf des neiges. Un numéro spécial de statistiques sur l'ensemble des traumatismes d'origine récréative et sportive est à venir.

LA SÉCURITÉ... UNE PRÉOCCUPATION! LA PRÉVENTION... UNE ACTION!

Note : L'utilisation des textes et la reproduction du présent document sont encouragées pour autant que la source soit mentionnée.
Dans le présent document, le masculin est utilisé sans discrimination et uniquement dans le but d'alléger la lecture.

Sécuri-sport express (2000-03)

Secrétariat
au loisir et au sport
Québec 

Direction de la sécurité
100, rue Laviolette, bureau 306
Trois-Rivières (Québec) G9A 5S9
Téléphone : (819) 371-6033, 1 800 567-7902
Télécopieur : (819) 371-6992

LA SÉCURITÉ DANS LES SPORTS AU QUÉBEC

Un peu d'histoire

Bien que la pratique régulière d'activités physiques, sportives et de loisirs entraîne une amélioration de l'état de santé, elle comporte également des risques non négligeables de traumatismes et de décès.

Chaque année en effet, on dénombre au Québec près de 200 décès, 5 500 hospitalisations et 250 000 consultations médicales liées à des traumatismes survenus à l'occasion de la pratique d'une activité de loisir ou d'un sport. L'incidence socioéconomique de ces traumatismes est de l'ordre de 250 millions de dollars en coûts directs et en perte de productivité.

L'ampleur du phénomène conduit le gouvernement du Québec à adopter, en 1979, la Loi sur la sécurité dans les sports, le ministre responsable de son application ayant le mandat de veiller à ce que la sécurité et l'intégrité des personnes dans les sports soient assurées.

En février 1997, à la suite d'une consultation du milieu, le ministre des Affaires municipales dévoile un nouveau cadre d'intervention gouvernementale en matière de loisir et de sport. On y confirme, entre autres, les responsabilités du gouvernement en ce qui concerne la sécurité dans la pratique d'activités sportives et récréatives, et on y propose une nouvelle façon de faire : responsabiliser davantage les organismes nationaux de loisir et de sport, les propriétaires d'équipements et les pourvoyeurs de services.

Le dossier de la sécurité dans les sports est donc rapatrié au ministère des Affaires municipales et en avril 1998, la Régie de la sécurité dans les sports du Québec est abolie. Le ministre s'assure que tout soit mis en œuvre afin de respecter, d'une part, ses engagements quant à la sécurité dans la pratique d'activités sportives et récréatives et pour donner suite, d'autre part, aux recommandations émanant des consultations.


En décembre 1998, la responsabilité des loisirs et des sports, assumée jusque-là par le ministre des Affaires municipales, est transférée au ministre de l'Éducation.

Puis, en novembre 1999, M. Gilles Baril, ministre délégué à la Santé, aux Services sociaux et à la Protection de la Jeunesse est nommé responsable du Loisir, du Sport et du Plein Air.

Le Secrétariat au loisir et au sport, par l'entremise de sa Direction de la sécurité, est responsable de l'application de la Loi sur la sécurité dans les sports.

Sécuri-sport express (2000-03)

Secrétariat
au loisir et au sport

Québec 

Direction de la sécurité

100, rue Laviolette, bureau 306

Trois-Rivières (Québec) G9A 5S9

Téléphone : (819) 371-6033, 1 800 567-7902

Télécopieur : (819) 371-6992

Un encadrement de qualité permet de diminuer les risques de blessures liées à la pratique du hockey sur glace. Pour offrir un tel encadrement, les personnes-ressources doivent :

- ◆ connaître les principes de sécurité applicables au hockey;
- ◆ les transmettre à leurs collègues et aux participants;
- ◆ les mettre elles-mêmes en application.

Les éléments qui influent sur la qualité de l'encadrement donné aux participants comprennent notamment : les règles du jeu, la qualification et les responsabilités des personnes-ressources (entraîneur, officiel et organisateur) ainsi que les services offerts.

Les règles du jeu

Les règles du jeu habituellement utilisées au hockey sur glace sont celles de l'Association canadienne de hockey. Cependant, il n'est pas rare de voir des organisations, surtout en matière de hockey adulte, adapter ces règles selon le climat recherché à l'occasion de la pratique du hockey. Les plus courantes sont :

- ◆ l'interdiction de la mise en échec;
- ◆ l'interdiction d'effectuer des lancers frappés;
- ◆ l'échange de joueurs si une équipe est trop avantagée.

Il existe donc un continuum entre les règles rigides et l'encadrement rigoureux exigés par le hockey de compétition de même que les règles et l'animation souples qui doivent caractériser le hockey récréatif. Il revient aux responsables d'adapter les programmes en fonction des capacités, des champs d'intérêt et des besoins des joueurs.

Sur le plan de la sécurité, certaines règles sont incontournables, qu'il s'agisse de hockey compétitif ou récréatif. Notons en particulier les règles suivantes :

- ◆ un responsable doit être présent pour superviser le déroulement de toute activité regroupant des joueurs âgés de 17 ans et moins (un responsable par 25 participants);
- ◆ un minimum de 5 minutes doit être alloué pour l'échauffement sur la patinoire avant un entraînement ou un match;
- ◆ un joueur âgé de moins de 17 ans ne doit pas participer à plus de deux matchs dans une même journée. Pour les adultes, le nombre maximal de matchs par jour pour un même joueur est de trois. Un minimum de trois heures doit séparer la fin du premier match du début du suivant;
- ◆ la mise en échec corporelle doit être interdite dans les matchs regroupant des joueurs de 13 ans et moins;
- ◆ tout joueur qui se bat doit être immédiatement exclu de la patinoire.

Les personnes-ressources

Chaque personne-ressource doit, de façon générale, s'assurer que l'activité qu'elle organise ou supervise se déroule en toute sécurité. Compte tenu de son rôle, elle doit en toutes circonstances assumer les responsabilités suivantes.

Les responsabilités de l'entraîneur

L'entraîneur doit :

- ◆ signaler à la personne responsable des installations tout bris ou mauvais fonctionnement apparent de l'équipement et des installations;
- ◆ éviter d'utiliser de l'équipement ou des installations qui n'offrent pas la sécurité à laquelle on est en droit de s'attendre;
- ◆ connaître, suivre et respecter le code d'éthique applicable à sa fonction;
- ◆ respecter et promouvoir la Charte de l'esprit sportif du hockey sur glace;
- ◆ rappeler aux joueurs de porter l'équipement protecteur nécessaire;
- ◆ renseigner les participants sur les caractéristiques d'un bon équipement, y compris sur l'entretien et l'ajustement appropriés des différentes pièces d'équipement;
- ◆ avoir à sa disposition les numéros de téléphone d'urgence (services d'incendie et de police, hôpital et ambulance);
- ◆ avoir en tout temps les numéros de téléphone des parents ou des titulaires de l'autorité parentale de chacun des joueurs;
- ◆ demander aux joueurs de l'aviser des problèmes relatifs à leur santé;
- ◆ avoir accès en tout temps à une trousse de premiers soins;
- ◆ en cas de blessure, s'assurer qu'un joueur peut recevoir les premiers soins;
- ◆ refuser l'entraînement ou la participation à tout joueur qui consomme ou est manifestement sous l'effet de l'alcool, de la drogue ou d'une substance dopante;
- ◆ éviter de consommer ou d'être sous l'effet de l'alcool, ou de la drogue au cours de l'exercice de ses fonctions.

Les responsabilités de l'officiel

L'officiel doit :

- ◆ connaître les règles du jeu et de l'esprit sportif et condamner et pénaliser tout acte contraire à ces règles;
- ◆ connaître, suivre et respecter le code d'éthique applicable à sa fonction;
- ◆ signaler à la personne responsable des installations tout bris ou mauvais fonctionnement apparent de l'équipement ou des installations et juger, dans ce cas, si la reprise du jeu est possible;
- ◆ prendre les mesures nécessaires lorsqu'il constate que l'équipement des joueurs n'est pas conforme;
- ◆ réparer, remplacer, faire réparer ou faire remplacer les pièces d'équipement jugées non sécuritaires;
- ◆ exclure tout joueur qui consomme ou est manifestement sous l'effet de l'alcool, de la drogue ou d'une substance dopante.

Les responsabilités de l'organisateur

L'organisateur doit *avant la compétition* :

- ◆ s'assurer de la présence d'officiels qualifiés nécessaire à la tenue de la compétition;
- ◆ s'assurer que tous les joueurs évoluent dans une classe et une division qui leur sont permises.

L'organisateur doit *pendant la compétition* :

- ◆ s'assurer que les règles concernant le jeu et la sécurité adoptées par Hockey Québec sont respectées;

Sécuri-sport express (2000-03)

L'organisateur doit *pendant la compétition* : (suite)

- ♦ s'assurer qu'un joueur ne participe pas à un match avant qu'il ait terminé une suspension en cours;
- ♦ s'assurer qu'aucune boisson alcoolique, ni drogue ni substance dopante ne circule dans les aires de jeu réservées aux joueurs et aux officiels;
- ♦ sensibiliser les joueurs et les personnes-ressources à la Charte de l'esprit sportif du hockey sur glace;
- ♦ connaître, suivre et respecter le code d'éthique applicable à sa fonction.

À l'occasion d'un tournoi ou d'un championnat, l'organisateur doit être titulaire d'une police d'assurance pour la responsabilité qu'il peut engager en raison d'une faute commise dans l'exercice de ses fonctions pendant toute la durée de la compétition.

Les services d'encadrement offerts

Le service de premiers soins

Au cours d'un tournoi ou d'un championnat, une personne agréée pour donner les premiers soins par un des organismes suivants :

- ♦ l'Association québécoise des thérapeutes du sport;
- ♦ l'Ambulance Saint-Jean;
- ♦ la Société canadienne de la Croix-Rouge;

ou titulaire d'un diplôme d'études médicales ou paramédicales doit être présente pendant la durée de l'événement.

De plus, un centre hospitalier doit être informé et prêt à accueillir les cas d'urgence. Dans les villes où l'on offre un service du type « Urgence-santé », ce dernier doit être informé de la tenue du tournoi ou du championnat.

Le service de sécurité

Au cours d'un tournoi ou d'un championnat, un responsable de la sécurité doit être désigné. Ce dernier devra planifier, organiser et coordonner les services de sécurité nécessaires à la tenue de l'événement. Parmi les principaux services à offrir, notons :

- ♦ le contrôle de la foule et le maintien de l'ordre par la présence d'au moins un préposé à la sécurité par 200 spectateurs;
- ♦ l'établissement d'un système de transport d'urgence;
- ♦ l'établissement d'un système de communication et d'identification du personnel;
- ♦ l'établissement d'un système de communication externe en vue d'être en liaison avec le service de la sécurité publique pour une intervention rapide au besoin.

Sécuri-sport express (2000-03)

Page 3

Des installations appropriées et bien entretenues contribuent à la diminution des risques de blessures liées à la pratique du hockey sur glace. La qualité des installations relève avant tout du gestionnaire, mais en utilisant les installations d'une manière appropriée, les personnes-ressources et les participants jouent un rôle actif sur le plan de la sécurité.

Les dimensions

Les patinoires de 61 m de longueur et de 26 m de largeur constituent généralement la norme. Si une patinoire a moins de 56 m de longueur, il est préférable d'adapter le jeu en diminuant, par exemple, le nombre de joueurs évoluant simultanément sur la glace.

Les accès

Les joueurs et les officiels doivent avoir accès à la patinoire par l'un ou l'autre des côtés de la patinoire à l'avant des lignes de but. Les nombreux lancers effectués durant la période d'échauffement rendent très dangereux les accès situés derrière les lignes de but.

Toutes les portes donnant accès à la patinoire doivent ouvrir du côté opposé à la surface de jeu. Au cours de toute activité sur la glace, les portes doivent être fermées à l'aide d'un loquet fonctionnel et sécuritaire. Une fois les portes fermées, leur surface et celle de la bande doivent être bien alignées. Les portes qui donnent accès à la surface doivent être fermées avant que les joueurs s'engagent sur la patinoire.

Les bandes

Il ne doit pas y avoir d'ouvertures dans lesquelles un bout de palette de bâton ou de lame de patin pourrait se coincer. Le côté de la bande faisant face à la glace doit absolument être lisse et libre de tout objet pouvant accrocher les joueurs et leur causer des blessures.

Les baies vitrées

Sur les côtés de la patinoire, la hauteur minimale de l'ensemble bande-baie vitrée devrait être de 178 cm. Aux extrémités, l'ensemble doit atteindre 224 cm de hauteur. Les baies vitrées doivent pouvoir résister à la force d'impact d'une rondelle atteignant une vitesse de 160 km/h.

Lorsqu'il n'y a pas de baies vitrées sur une portion de la bande, l'arête d'une baie vitrée ou son support forme une saillie potentiellement dangereuse. Ainsi, à chaque extrémité d'une série de baies vitrées, le support doit être entièrement recouvert d'un matériau absorbant, généralement un coussin protecteur.

Le filet de protection

Si la zone située à l'arrière des buts est dépourvue de gradins ou d'aires de circulation surélevées, la présence d'un filet de protection n'est pas nécessaire.

Pour les autres cas, il convient de se référer au *Guide de sécurité et de prévention dans les arénas* (chapitre 3) pour déterminer si la configuration des lieux exige l'installation d'un filet de protection. Si c'est le cas, ce dernier doit pouvoir arrêter une rondelle filant à 160 km/h et ses mailles ne doivent pas excéder 45 mm. De plus, le filet doit être ignifugé.

À défaut de procéder à l'installation d'un tel filet ou en attendant sa mise en place, les responsables de l'aréna doivent demander aux spectateurs d'éviter de s'asseoir dans les sections des gradins jugées dangereuses.

Les buts

Certains facteurs peuvent faire en sorte que le but adhère à la glace et devienne ainsi très dangereux pour les participants. Il faut donc s'assurer régulièrement de la « liberté de mouvement » du but.

Le filet du but doit être tendu de façon qu'il ne touche pas à la glace.

L'ancien modèle de but, dont la base est pourvue d'une pointe centrale lui conférant la forme d'un « 3 », ne doit pas être utilisé. Cette pointe peut se révéler dangereuse si le but bascule sur le gardien de but ou sur un joueur.

Les ancrages de but

La résistance du but au déplacement peut également varier selon le système d'ancrage utilisé. On distingue principalement quatre types d'ancrage, soit :

- ◆ les tiges dans les poteaux; ◆ les tiges au sol;
- ◆ les tiges avec pics; ◆ le *Megg-Net*.

Dans le cas des ancrages « dans les poteaux » ou « au sol », la longueur des tiges ne doit pas excéder 5 cm. L'utilisation de tiges de caoutchouc doit être privilégiée dans le cas des systèmes « tiges au sol ». Il est à noter que, pour le système « avec pics », ces derniers doivent être amovibles pour les activités à effectuer sans que les buts soient ancrés.

En effet, lorsque cela est possible, *les buts ne doivent pas être fixés*. Au cours de tout entraînement de hockey sur glace, ainsi qu'à l'occasion des parties de hockey où patinent des joueurs de catégorie Novice ou Atome, l'option la plus sécuritaire est d'éviter d'ancrer les buts. À l'occasion des entraînements, le non-ancrage des buts permet de plus à l'instructeur de les déplacer en fonction de l'exercice qu'il dirige.

La qualité de l'air

À quelques reprises, des sportifs, jeunes et moins jeunes, ont eu des problèmes de santé après avoir fréquenté les arénas. Dans la majorité des cas, ils avaient été intoxiqués par des gaz émis par la surfaceuse : l'oxyde de carbone et le dioxyde d'azote. Ces gaz se répandent dans l'air de l'aréna et peuvent être dangereux pour la santé s'ils sont présents en trop grande quantité.

Précisons que les sportifs sont plus exposés aux gaz que les spectateurs et les travailleurs de l'aréna. L'effort physique d'un sportif entraîne une augmentation importante de son rythme respiratoire, ce qui lui fait inspirer une plus grande quantité de gaz toxiques. Si l'air contient une trop forte concentration de gaz, la personne peut alors être intoxiquée et ressentir certains malaises.

Les contaminants

Le monoxyde de carbone est un gaz incolore, inodore et sans goût. Lorsqu'il est respiré en grande quantité, il peut entraîner les symptômes suivants :

- ◆ des maux de tête;
- ◆ des nausées et des vomissements;
- ◆ des étourdissements;
- ◆ de l'essoufflement;
- ◆ des vertiges;
- ◆ de la confusion;
- ◆ des troubles visuels;
- ◆ de la difficulté à respirer et même une perte de conscience pouvant aller jusqu'à la mort.

Les contaminants (suite)

Quant à une trop forte exposition au dioxyde d'azote, elle peut entraîner :

- ♦ une irritation des yeux et de la gorge;
- ♦ une toux légère;
- ♦ un essoufflement;
- ♦ des douleurs à la poitrine ainsi que des crachats parfois teintés de sang.

Attention ! Une intoxication par le dioxyde d'azote peut entraîner des effets graves dont les symptômes peuvent apparaître jusqu'à 36 heures après la fréquentation de l'aréna ou la pratique d'un sport dans celui-ci.

Les façons d'éviter l'intoxication

Dans la majorité des cas, la contamination provient de la surfaceuse, qu'elle soit alimentée au propane, à l'essence ou au diesel.

Pour éviter une intoxication, il est indispensable de maintenir les concentrations de monoxyde de carbone et de bioxyde d'azote à des niveaux minimaux.

Pour y arriver, les responsables de l'aréna ont plusieurs moyens à leur disposition :

- ♦ l'entretien de la surfaceuse par un mécanicien compétent après chaque période de 50 heures d'utilisation;
- ♦ la ventilation de l'aréna pour permettre une bonne évacuation de l'air vicié vers l'extérieur et favoriser l'entrée d'air frais pendant les périodes de surfaçage;
- ♦ la prise de mesures d'oxyde de carbone et de dioxyde d'azote dans l'air ambiant, au moins une fois par semaine, au moment où l'aréna est le plus fréquenté et lors d'activités spéciales (par exemple : tournois, spectacles).

Ces mesures devraient assurer une bonne qualité de l'air aux personnes qui pratiquent un sport dans les arénas.

Les actions à accomplir

Si une personne ressent un ou plusieurs symptômes après avoir pratiqué un sport dans un aréna, elle doit :

- ♦ demander à ses coéquipiers s'ils ont eu des malaises du même genre. Si c'est le cas, il faut :
 - aviser les responsables de l'aréna afin qu'ils prennent les mesures nécessaires;
 - appeler le Centre anti-poison du Québec (CAPQ) au numéro suivant : 1 800 463-5060.

Si ses malaises sont graves, la personne doit quitter l'aréna et consulter un médecin.

Les premiers soins

L'objectif majeur de l'administration des premiers soins est d'aider une personne en difficulté jusqu'à ce qu'un professionnel de la santé prenne la relève. Il s'agit donc d'offrir un maximum de sécurité aux joueurs, aux personnes-ressources et aux spectateurs avec les moyens disponibles.

La salle

Idéalement, une salle doit être réservée de façon exclusive à l'administration des premiers soins. Cependant, dans plusieurs arénas, la salle de premiers soins est aussi le lieu de repos des préposés à l'entretien ou encore un vestiaire pour les officiels. Lorsque la salle est partagée, elle doit être disponible et propre en tout temps, et il doit être entendu qu'un cas de blessure aura priorité sur toute autre situation.

La salle (*suite*)

Outre ce qui est prévu pour la trousse, la salle doit contenir uniquement le matériel destiné aux premiers soins que les personnes-ressources sont en mesure d'utiliser de façon appropriée. En effet, la présence d'un équipement spécialisé pourrait inciter des personnes non compétentes à en faire usage.

La trousse

Une trousse de premiers soins portative, toujours disponible et facilement accessible à toutes les personnes-ressources, est indispensable dans un aréna. Elle doit être constituée d'éléments que toute personne en mesure de donner les premiers soins est capable d'utiliser facilement. De plus, le matériel doit être disposé de telle sorte que l'on puisse le trouver aisément.

Les patinoires extérieures

Généralement, les conseils de sécurité mentionnés précédemment s'appliquent aux patinoires extérieures. De plus, certaines mesures particulières à ce type d'installation doivent être prises :

- ◆ spécifier par un horaire les périodes d'utilisation de la patinoire, le type d'activité permis, l'accès au chalet et aux services connexes;
- ◆ faire surveiller le site et le chalet par un préposé bien identifié;
- ◆ installer un grillage protecteur sur la bande aux extrémités de la patinoire; ce dernier devrait être en vinyle, préférablement au métal;
- ◆ situer les aires de repos à l'extérieur de la patinoire;
- ◆ déglacer le dessus des bandes;
- ◆ délimiter le nombre maximal d'utilisateurs pouvant évoluer en même temps sur la patinoire.

Surtout en fin de saison, la qualité de la glace peut être évaluée en surveillant les points suivants :

- ◆ vérifier la glace aux abords de la bande et aux endroits où des lignes ont été installées;
- ◆ vérifier la présence de fissures;
- ◆ vérifier si la neige qui se forme sur la patinoire a l'apparence de « gros sel ».

Une glace est utilisable lorsque son épaisseur minimale atteint 2,5 cm. Elle doit être déneigée aussitôt qu'il y a accumulation de plus de 2,5 cm de neige.

Les accès à la salle d'habillage doivent être déglacés, et le verglas ou les glaçons sur le toit enlevés. Du matériel de premiers soins doit être disponible ainsi qu'un téléphone accessible à l'intérieur ou près du vestiaire. Les numéros d'urgence doivent être affichés près du téléphone.

Les plans d'eau gelée

Mis à part les endroits spécialement aménagés pour la pratique des activités d'hiver, il est déconseillé de s'aventurer sur un plan d'eau gelée sans connaître la résistance de la glace.

Certaines caractéristiques du plan d'eau, du climat et de l'environnement peuvent donner des renseignements sur la résistance de la glace. Il faut bien observer et éviter particulièrement les endroits suivants :

- ◆ la sortie des émissaires amenant les eaux pluviales au plan d'eau;
- ◆ les côtés extérieurs des grandes courbes d'une rivière;

Sécuri-sport express (2000-03)

Les plans d'eau gelée (suite)

- ◆ les affluents ou les effluents;
- ◆ les points où se trouve un obstacle : rocher, tronc d'arbre, etc.;
- ◆ les points où la vitesse de l'eau est variable;
- ◆ les points où l'eau est réchauffée;
- ◆ les abords d'une chute ou d'une installation hydraulique;
- ◆ les abords d'un pont, d'un quai, d'une jetée ou d'autres obstacles imposants.

La présence de fissures dans la glace, surtout lorsqu'elles sont mouillées et parallèles à la rive, révèle une rupture complète du couvert de glace, donc un danger évident.

Par ailleurs, certains facteurs météorologiques influent sur la résistance de la glace et doivent inciter les sportifs à ne pas s'y aventurer. Parmi ceux-ci, mentionnons :

- ◆ les écarts de plus de 10 °C entre les températures diurnes moyennes de deux jours consécutifs;
- ◆ les hausses de température au-delà de -4 °C qui se maintiennent plus d'une journée;

- ◆ les fortes précipitations de neige qui surchargent la surface glacée.

Enfin, lorsque l'épaisseur de la glace est connue, il faut se rappeler que, si elle est inférieure à 10 cm, la circulation, même à pied, est déconseillée.

Les lois, les règlements et les normes

Dans les arénas, quelques lois et règlements régissent des aspects de l'environnement où se déplacent les joueurs et les personnes-ressources. C'est le cas, par exemple, pour les moyens d'évacuation qui sont réglementés par la Régie du bâtiment.

Parmi les principaux textes de lois applicables, notons :

- ◆ la Loi sur la protection des non-fumeurs dans certains lieux publics;
- ◆ la Loi sur la sécurité dans les édifices publics;
- ◆ la Loi sur les permis d'alcool.

Sécuri-sport express (2000-03)

Page 5

Des pièces d'équipement de bonne qualité, adaptées et bien ajustées aux caractéristiques morphologiques du joueur et conformes, s'il y a lieu, aux normes existantes, constituent un élément primordial pour réduire le risque de blessures. Rappelons cependant que même le meilleur équipement ne peut protéger complètement le joueur contre les blessures qui peuvent survenir au cours de la pratique du hockey sur glace. Le sentiment d'invulnérabilité est le pire ennemi du joueur qui doit adopter en tout temps des comportements et des attitudes sécuritaires sur la patinoire.

Le règlement sur l'équipement protecteur requis pour la pratique du hockey sur glace

De façon générale, toute personne qui participe à une activité de hockey sur glace doit porter l'équipement protecteur suivant lorsque cette activité est exercée sur une aire de jeu ayant fait l'objet d'une réservation à cette fin :

- 1) un casque protecteur conforme aux normes publiées par l'Association canadienne de normalisation (ACNOR);
- 2) un protecteur facial *complet* conforme aux normes publiées par l'ACNOR;
- 3) un protège-cou conforme à la norme publiée par le Bureau de normalisation du Québec.

L'équipement protecteur du joueur

Le casque protecteur

Le casque protecteur doit bien couvrir le crâne, les tempes, la nuque et les oreilles. Bien ajustée, la partie avant recouvre le front jusqu'à un doigt de l'arcade sourcilière. Sans être serré, le casque ne doit pas se déplacer sur la tête. La sangle doit être attachée et ajustée de près sous le menton.

La surface du casque ne doit pas être fendillée. À l'intérieur, le matériau absorbant ne doit pas être endommagé ni comprimé. Le casque ne doit pas être modifié (il ne faut pas en retirer des éléments, y percer des trous, le découper, le chauffer, le plier, le déformer ni y appliquer des corps chimiques tels que des nettoyeurs, de la colle, de la peinture ou un autocollant).

Le protecteur facial complet

Il existe 4 types de protecteur et certifiés par l'ACNOR. Le protecteur facial complet du type 1 convient généralement aux joueurs âgés de 11 ans et plus, tandis que le type 2 est conçu pour les joueurs âgés de 10 ans et moins. Le protecteur facial ou l'ensemble casque-masque certifié du type 3 doit être utilisé par les gardiens de but.

L'utilisation par les joueurs de hockey de la visière du (type 4), même si elle est certifiée conforme par l'ACNOR, est interdite au Québec.

La certification des protecteurs faciaux par l'ACNOR n'est valable que s'ils sont portés avec les modèles de casque compatibles. Le protecteur facial, tout comme le casque, ne doit pas être modifié. De plus, il est contre-indiqué d'y appliquer des produits chimiques quelconques, à l'exception des nettoyeurs recommandés par le fabricant.

Les sangles du protecteur facial doivent être bien attachées au casque.

Le protège-cou

Le protège-cou doit couvrir toute la face antérieure du cou située entre sa base et l'extrémité supérieure de la pomme d'Adam. Il doit être fait d'un matériau empêchant une lame de patin de couper la partie protégée du cou. Bien attaché, le protège-cou ne doit pas se déplacer en cours de jeu.

Les protège-cou sont offerts en plusieurs dimensions. Il est important de le choisir en fonction des caractéristiques morphologiques du joueur.

Le protège-cou (*suite*)

Il importe de noter que le protège-cou n'est pas conçu pour protéger le cou contre l'impact d'une rondelle, d'un bâton ou de tout autre objet.

Les épaulières

Les épaulières sont pourvues de coquilles rigides qui protègent les articulations des épaules. Les épaulières préservent également la clavicule, la partie supérieure de la cage thoracique et de la colonne. Elles doivent couvrir les bras jusqu'aux protège-coudes, la poitrine jusqu'à la base du sternum et le dos jusqu'à la base des omoplates.

Pour les joueurs de défense, il existe des épaulières spéciales auxquelles un plastron a été ajouté pour protéger davantage le ventre. Des épaulières conçues expressément pour les femmes sont également offertes sur le marché.

Les protège-coudes

Les protège-coudes doivent couvrir la portion inférieure des bras, les coudes et au moins la moitié des avant-bras. Ils doivent être chevauchés, aux bras, par les épaulières et, aux avant-bras, par les gants.

Un coussinet doit soutenir le coude et une coquille rigide doit le protéger. Celle-ci doit être recouverte d'un matériau absorbant d'au moins 1,27 cm d'épaisseur. Les protège-coudes doivent être attachés de façon qu'ils ne se déplacent pas et que les coudes soient bien appuyés sur le coussinet.

Les gants

Les gants doivent chevaucher les protège-coudes. Ils sont pourvus de matériaux rigides permettant de protéger la face dorsale des mains et des doigts, les poignets et les avant-bras.

La culotte

La culotte doit couvrir la zone du corps comprise entre le bas de la cage thoracique et le haut des genoux. Des plaques rigides doivent protéger le côté et l'avant des cuisses, le côté des hanches, le dos à la hauteur des reins et le coccyx. Des matériaux absorbants couvrent les autres régions.

La grandeur d'une culotte de hockey est environ six points de plus que la taille du pantalon habituellement porté par le joueur.

Les jambières

Bien ajustées, les jambières doivent couvrir la jambe à partir du haut du genou jusqu'à la cheville. La face antérieure des jambières doit être faite d'un matériau rigide protégeant de façon appropriée les genoux et les tibias. Une doublure additionnelle protège généralement les genoux.

Les jambières sont construites en deux ou trois sections dans le but de permettre la flexion des genoux. Les interstices doivent être petits et bien rembourrés afin que les jambes soient bien protégées, et ce, même si elles sont pliées.

Les jambières doivent être portées de façon que leur base s'appuie sur les patins en recouvrant la languette de ces derniers. Cela évitera que la lame du patin d'un autre joueur se loge entre la base de la jambière et la languette du patin.

Le support athlétique et la coquille protectrice

La coquille doit couvrir complètement les organes génitaux. Elle doit être pourvue d'un matériau absorbant sur ses rebords. Il importe de choisir la bonne dimension puisqu'une coquille trop grande peut blesser le joueur aux cuisses.

Sécuri-sport express (2000-03)

Les patins

Les patins doivent être munis de bons renforts permettant de protéger de façon appropriée les orteils ainsi que les tendons d'Achille. Les bottines doivent être assez rigides pour offrir un bon soutien aux chevilles tout en permettant leur fléchissement, prévenant ainsi les blessures articulaires aux genoux. La languette des bottines doit être bien doublée pour protéger le dessus des pieds.

Bien qu'elles soient plus rares aujourd'hui, les lames de patin montées sur un support en acier tubulaire doivent être munies d'un embout protecteur à l'arrière.

L'équipement protecteur du gardien de but

L'ensemble casque-masque ou le masque moulé

Cette pièce d'équipement, tout comme le casque et le protecteur facial du joueur, doit être certifiée conforme aux deux normes suivantes publiées par l'ACNOR : la norme Casque de hockey CAN/CSA-Z262.1-M90 et la norme Protecteurs faciaux et visières pour joueurs de hockey sur glace CAN/CSA-Z262.2-M90 (type 3).

Le protège-gorge

Un gardien de but doit porter un protège-gorge rigide. Celui-ci peut être constitué d'une plaque pendante ou à charnière fixée au bas du masque. Il doit être ajouté au protecteur facial ou à l'ensemble casque-masque même si ce dernier est muni d'un menton profilé.

Les épaulières, les brassards et le plastron

Ces trois pièces doivent former un tout ne laissant aucune partie du torse, du ventre, des épaules ou des bras à découvert. Le bas du plastron doit rejoindre la culotte et les extrémités des brassards doivent s'insérer dans chacun des deux gants.

Les articulations des épaules et des coudes doivent être protégées par un matériau rigide. Toutes les autres parties du corps doivent être couvertes par un matériau absorbant ou une combinaison de matériaux rigides et absorbants.

Les gants

Les gants doivent protéger de façon appropriée les doigts, les mains et les poignets jusqu'à la moitié des avant-bras. L'ouverture de chacun des deux gants doit être assez grande pour accueillir l'extrémité du brassard.

L'attrape-rondelle (mitaine) doit être pourvue d'un matériau absorbant supplémentaire sur la face interne du poignet.

Le gant de bâton (bloc ou bloqueur) doit être muni d'un bouclier rectangulaire rigide (maximum : 20,3 cm sur 40,6 cm). Ce dernier ne doit pas être déformé en vue de protéger convenablement les doigts.

La culotte

La culotte de gardien de but doit posséder une quantité supplémentaire de matériaux absorbants aux endroits qui recouvrent le dos à la hauteur des reins, la taille, l'intérieur des cuisses, les hanches et le coccyx.

Les jambières et les genouillères

Bien ajustées, les jambières doivent couvrir les jambes depuis le bout des patins jusqu'à environ 10,2 cm en haut des genoux. Elles doivent protéger l'avant et les côtés des jambes. Les jambières ne peuvent excéder 30,48 cm de largeur.

Le port de genouillères est recommandé. Elles offrent une protection additionnelle lorsque le gardien s'agenouille sur la glace.

Les patins

Les patins doivent être recouverts d'une bottine moulée faite d'un matériau rigide. Cette dernière doit protéger les orteils, les côtés du pied ainsi que la cheville contre l'impact d'une rondelle. Les patins doivent être choisis et ajustés de façon que les orteils n'entrent pas en contact avec le bout avant des patins.

Sécuri-sport express (2000-03)

Page 4

La valeur formatrice du sport dépend de l'attitude et du comportement du participant et des responsables qui l'encadrent. Chacun doit s'appliquer à rendre la pratique du hockey sur glace plus saine et plus sécuritaire, notamment en utilisant les moyens suivants :

- ◆ respecter la Charte de l'esprit sportif au hockey sur glace;
- ◆ respecter le code d'éthique de Hockey Québec;
- ◆ instaurer les programmes spéciaux de Hockey Québec, telle la formule « Franc-jeu »;
- ◆ mettre à profit la grande influence de l'entraîneur auprès des joueurs;
- ◆ adopter des comportements sécuritaires.

La charte de l'esprit sportif au hockey sur glace

Les jeunes connaissent les règles de l'éthique sportive, mais ils sont généralement peu enclins à les mettre en pratique. Les manifestations ou les accrocs à l'esprit sportif vont de pair avec la sécurité des participants. En effet, les résultats d'études menées au Québec et en Ontario nous révèlent que 30 % des blessures subies dans des sports de collision comme le hockey ou le football, résultent non pas d'un « accident », mais bien d'un coup illégal, donc un manque d'esprit sportif.

Pour redonner une saveur plus humaine au hockey sur glace, il importe de promouvoir la mise en pratique de la Charte de l'esprit sportif au hockey sur glace.

Le code d'éthique de la fédération québécoise de hockey sur glace

L'application et le respect d'un code d'éthique ou de conduite peuvent favoriser le maintien des valeurs associées à la pratique du sport et améliorer la sécurité des participants. Cela permet de développer chez tous les joueurs et les personnes-ressources l'honneur, le respect de soi et des autres, la dignité, la maîtrise de soi, le sens des responsabilités, l'esprit sportif quoi!

Le code d'éthique contenu dans le *Livre de règlements administratifs* de Hockey Québec fait ressortir les valeurs éducatives et sociales du hockey amateur. Il met notamment en évidence les comportements que doivent adopter les administrateurs, les entraîneurs, les officiels et les joueurs. Il appartient à chacun de respecter et de promouvoir les objectifs à atteindre dans le domaine.

Un programme spécial

Comme dans plusieurs autres sphères d'activité, le hockey est menacé par l'importance de plus en plus disproportionnée attachée à la victoire, sans aucun souci des moyens utilisés pour y parvenir.

Une formule d'intervention concrète offerte par Hockey Québec permet d'améliorer cette situation.

La formule « Franc-jeu »

La formule « Franc-jeu » est une forme originale de hockey qui transforme fondamentalement et avec succès le cadre de vie des joueurs, des entraîneurs et des officiels. Elle place le comportement du hockeyeur au centre de toutes les préoccupations des personnes-ressources.

En octroyant simplement un ou deux points pour le comportement, « Franc-jeu » élimine graduellement les excès qui ternissent la réputation du hockey et en éloignent les participants. Sans rien changer à l'allure d'un match, cette formule remet à l'honneur l'esprit sportif et transforme le hockey en un véritable outil d'éducation populaire. « Franc-jeu » s'adresse aux dimensions physiques, sociales et morales du joueur. Une telle formule mérite le soutien total de tous ceux qui ont à cœur l'épanouissement de la personne et du hockeyeur.

L'importance du rôle de l'entraîneur

L'entraîneur a une énorme influence sur les jeunes qui lui sont confiés. Les jeunes sportifs québécois admettent, en général, qu'ils vont faire ce que leur entraîneur pense qu'ils devraient faire. Dans bien des cas, les entraîneurs débutants ne soupçonnent pas l'ampleur de cette influence.

Il est donc clair que, si l'idée est d'inculquer aux participants des notions d'esprit sportif, des comportements sécuritaires et des attitudes positives, il est essentiel que les entraîneurs :

- ◆ connaissent les notions d'esprit sportif et les principes de sécurité applicables au hockey sur glace;
- ◆ transmettent ces notions et ces principes à leurs collègues et aux participants;
- ◆ et, surtout, les mettent eux-mêmes en application.

Des comportements sécuritaires pour du hockey « intelligent »!

Des blessures qui peuvent survenir au hockey sur glace, celles à la colonne vertébrale sont parmi les plus à craindre. Parmi les éléments importants pour prévenir ce type d'accident, il faut noter :

- ◆ une connaissance des mécanismes et des circonstances qui peuvent produire ce type de blessure;
- ◆ une bonne préparation physique, particulièrement en ce qui concerne la condition physique générale et l'accroissement de la force et de la souplesse des muscles;
- ◆ l'adoption de comportements sécuritaires en cours de jeu.

Concernant ce dernier point, voici sept conseils techniques à retenir :*

* Tiré de la vidéocassette « Du hockey intelligent avec Mike Bossy »

- ◆ regarder des deux côtés avant d'aller dans un coin. Remarquer la position de tous les joueurs;
- ◆ aller chercher la rondelle de biais dans un coin. Continuer de se déplacer. Éviter d'arrêter;
- ◆ être prêt pour un coup, garder les jambes mobiles, continuer son mouvement à travers l'adversaire. Éviter de ralentir et d'arrêter, si c'est possible;
- ◆ éviter de frapper la bande de plein front, garder les deux mains sur le bâton, amortir le coup avec les épaules et les jambes;
- ◆ s'il y a projection vers la bande, garder les bras élevés pour amortir le choc;
- ◆ être prudent dans les zones dangereuses, soit à 3 ou 4 m de la bande. Éviter de se concentrer seulement sur la rondelle dans cette situation;
- ◆ *éviter de frapper un autre joueur par derrière.*

Le code d'éthique du joueur

Pour tirer profit au maximum du hockey, tout joueur devra :

1. jouer pour s'amuser en se rappelant que le hockey n'est pas une fin mais un moyen;
2. observer rigoureusement les règles du jeu et la Charte de l'esprit sportif au hockey sur glace;
3. accepter et respecter en tout temps les décisions des officiels;
4. respecter les arbitres, les adversaires et leurs supporters qui ne sont pas des ennemis;
5. rester maître de soi et assumer l'entière responsabilité de ses gestes;
6. soigner sa conduite sur la patinoire et hors de celle-ci en employant un langage convenable;
7. apporter la même considération et collaboration à tous ses coéquipiers;
8. respecter son entraîneur et ses dirigeants et obéir aux directives propres à son bien-être;

Le code d'éthique du joueur (suite)

9. jouer avec intensité sans se décourager devant l'échec et sans vanité lors de la victoire;
10. respecter le bien d'autrui et éviter tout vol ou acte de vandalisme.

Le code d'éthique de l'entraîneur

Afin d'accomplir sa tâche avec succès, l'entraîneur doit :

1. connaître, respecter et faire respecter les règles du hockey amateur en tout temps;
2. respecter et défendre les décisions des arbitres en tout temps;
3. sensibiliser ses joueurs à l'esprit sportif, l'encourager et le récompenser;
4. dédramatiser la défaite et éviter de surévaluer la victoire;
5. ne pas oublier que tous les joueurs méritent et ont besoin de jouer équitablement;
6. respecter les entraîneurs adverses, leurs joueurs et leurs supporters;
7. rappeler à tous que les règlements ont pour objet de protéger la nature du jeu et les joueurs;
8. respecter les capacités et les limites des joueurs quant à l'effort et au temps exigés;
9. se rappeler que la victoire à tout prix amène l'utilisation de méthodes douteuses;
10. éviter l'alcool ou la drogue devant ses joueurs et les sensibiliser à ces dangers.

Le code d'éthique de l'officiel

Un officiel efficace et compétent doit :

1. connaître et appliquer les règlements avec discernement et impartialité;
2. suggérer des modifications aux règles selon le niveau d'aptitude et l'âge des joueurs;
3. condamner toute tricherie comme contraire à l'esprit sportif;
4. condamner toute utilisation de la violence en pénalisant sans tarder tout joueur ayant commis une infraction;

5. être constant et cohérent dans ses décisions à chaque période et durant toute partie;
6. donner avec courtoisie et tact les explications et les interprétations demandées;
7. s'efforcer constamment de s'améliorer et de partager son savoir et ses expériences;
8. aider et considérer les officiels mineurs et ses employeurs et être honnête envers ces personnes;
9. éviter de s'imposer outre mesure au détriment des joueurs;
10. ne jamais compenser une erreur commise et continuer d'arbitrer avec calme et confiance.

Le code d'éthique de l'administrateur

Pour bien remplir son rôle, l'administrateur doit :

1. reconnaître le joueur comme l'élément central motivant toute décision;
2. s'assurer que tous les hockeyeurs ont une chance égale de participer;
3. fournir aux joueurs un encadrement de qualité;
4. promouvoir auprès des bénévoles et des membres l'esprit sportif et de solidarité;
5. exercer une surveillance sur le comportement de toutes les personnes-ressources;
6. favoriser l'engagement social et le perfectionnement des personnes-ressources;
7. valoriser et exiger le respect envers les officiels;
8. s'insurger contre toute forme de violence ou de brutalité au hockey amateur;
9. s'assurer que les structures correspondent aux champs d'intérêt et aux besoins du joueur;
10. maintenir des contacts continus avec le milieu lié au hockey amateur.

LA CHARTE DE L'ESPRIT SPORTIF AU HOCKEY SUR GLACE

Les éducateurs, les parents, les entraîneurs, les athlètes, en fait tous les participants sont invités à faire preuve d'esprit sportif en mettant en pratique les dix articles de la Charte de l'esprit sportif au hockey sur glace. Chacun doit faire sa part pour promouvoir une pratique sportive plus humaine et plus formatrice.

ARTICLE I

Faire preuve d'esprit sportif, c'est d'abord et avant tout observer strictement tous les règlements; c'est ne jamais chercher à commettre délibérément une faute.

ARTICLE II

Faire preuve d'esprit sportif, c'est respecter l'officiel. La présence d'officiels ou d'arbitres s'avère essentielle à la tenue de toute compétition. L'officiel a un rôle difficile à jouer. Il mérite entièrement le respect de tous.

ARTICLE III

Faire preuve d'esprit sportif, c'est accepter toutes les décisions de l'arbitre sans jamais mettre en doute son intégrité.

ARTICLE IV

Faire preuve d'esprit sportif, c'est reconnaître dignement la supériorité de l'adversaire dans la défaite.

ARTICLE V

Faire preuve d'esprit sportif, c'est accepter la victoire avec modestie et sans ridiculiser son adversaire.

ARTICLE VI

Faire preuve d'esprit sportif, c'est savoir reconnaître les bons coups, les bonnes performances de l'adversaire.

ARTICLE VII

Faire preuve d'esprit sportif, c'est vouloir se mesurer à un opposant dans l'équité. C'est compter sur son seul talent et ses habiletés pour tenter d'obtenir la victoire.

ARTICLE VIII

Faire preuve d'esprit sportif, c'est tenter de se surpasser dans la recherche de la victoire mais en refusant d'utiliser des moyens illégaux et la tricherie.

ARTICLE IX

Faire preuve d'esprit sportif pour l'officiel, c'est bien connaître tous les règlements et les appliquer avec impartialité.

ARTICLE X

Faire preuve d'esprit sportif, c'est garder sa dignité en toutes circonstances. C'est démontrer que l'on a la maîtrise de soi. C'est refuser que la violence physique ou verbale prennent le dessus sur nous.

Sécuri-sport express (2000-03)

Le portrait de la situation

Le hockey constitue une des activités sportives les plus populaires au Québec. En effet, un sondage mené en 1993 pour le compte de la Régie de la sécurité dans les sports du Québec et de la Direction de la promotion de la santé du ministère de la Santé et des Services sociaux, par la firme Impact Recherche, a permis d'évaluer à 534 000 le nombre de personnes de 6 ans et plus qui pratiquent le hockey de façon libre ou organisée (RSSQ-MSSS, 1993). De ce nombre, on estime que 200 000 adeptes le pratiquent dans un cadre organisé (110 000 adultes et 90 000 jeunes dans les ligues de hockey mineur).

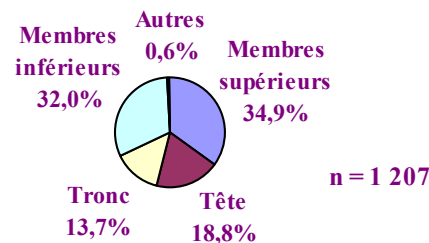
En ce qui a trait aux blessures, annuellement 39 000 joueurs de 6 ans et plus doivent consulter un professionnel de la santé pour traiter une blessure liée à la pratique du hockey (RSSQ-MSSS, 1993). Il est intéressant de considérer le nombre de participants en ce qui a trait à la fréquence des blessures. Ainsi, en 1993, le taux de blessures est évalué à 73 blessés pour chaque tranche de 1 000 participants. À titre de comparaison, mentionnons que pour le basket-ball, le soccer et le ski alpin le taux de blessures par 1 000 participants est respectivement de 84, 62 et 30 (Goulet, 1994). Cependant, une des limites de l'utilisation de ce dénominateur est qu'il ne tient pas compte du volume ni du type de pratique.

Les blessures en général

Le Système canadien hospitalier d'information et de recherche en prévention des traumatismes (SCHIRPT), implanté de façon permanente à l'Hôpital de l'Enfant-Jésus (HEJ) de Québec, a permis de recueillir des données sur les blessures subies à l'occasion de la pratique du hockey. Du 1^{er} juillet 1991 au 30 juin 1997, 1 207 joueurs (dont 1 161 hommes) se sont présentés à l'urgence de l'HEJ. Ils représentent 17,1 % des consultations liées à une activité sportive, soit l'activité la plus souvent en cause. Les **graphiques 1 et 2** illustrent respectivement la répartition des blessures selon le site anatomique atteint et la nature de celles-ci. Mentionnons que les blessures les plus fréquentes sont les contusions aux membres inférieurs et supérieurs (29 %) ainsi que les lacérations à la tête et au visage (12 %).

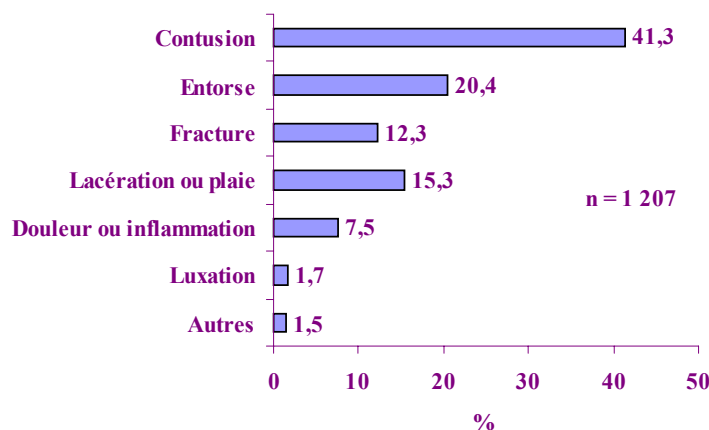
Graphique 1

Distribution des blessures selon la partie du corps atteinte



Graphique 2

Distribution des blessures selon leur nature



Les blessures selon le type de pratique

L'étude de (Laflamme et de ses collaborateurs, 1993) a aussi permis d'analyser les blessures en tenant compte du type de pratique. En effet, les joueurs ont été regroupés dans quatre catégories distinctes à cet égard. Dans la catégorie *Hockey patins organisé* (catégorie I), les joueurs évoluent chaussés de patins à l'intérieur d'un aréna. La catégorie *Hockey patins non organisé* (catégorie II) regroupe des joueurs qui pratiquent le hockey sur glace chaussés de patins, mais à l'extérieur d'un aréna. Les adeptes de sports dérivés du hockey (deckhockey, hockey-cosom, etc.) ont été assignés à la catégorie *Hockey sans patins organisé* (catégorie III) et les joueurs qui pratiquent sans patins dans tout endroit non supervisé se retrouvent dans la catégorie *Hockey sans patins non organisé* (catégorie IV).

Les blessures selon le type de pratique (suite)

Les résultats révèlent que le site anatomique de la blessure varie selon le type de hockey pratiqué. En effet, dans la catégorie I, les blessures à la tête représentent 15 % des cas, alors qu'elles comptent pour 31 %, 33 % et 44 % dans les catégories II, III et IV respectivement (**tableau 1**). Les joueurs de la catégorie I sont les seuls assujettis au règlement rendant obligatoire le port du casque (C), du protecteur facial complet (PFC) et du protège-cou (PC). Les résultats de cette étude démontrent donc l'efficacité de ces pièces d'équipement.

Tableau 1
Distribution des blessures selon la partie du corps atteinte et le type de pratique

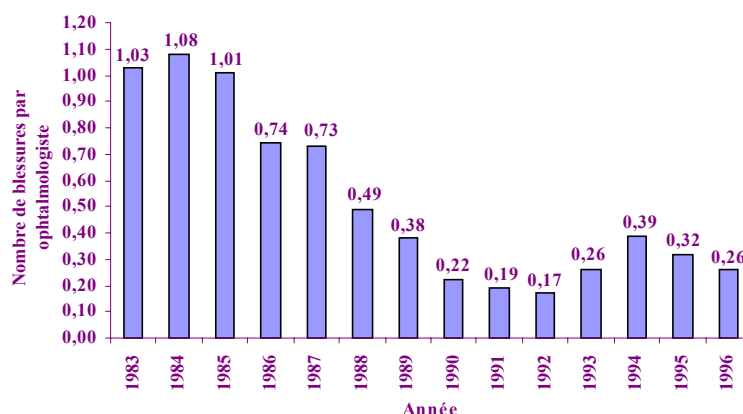
Type de pratique	Tête (%)	Membres supérieurs (%)	Membres inférieurs (%)	Tronc (%)	TOTAL (%)
Catégorie I	15,4	32,3	36,9	15,4	100,0
Catégorie II	31,4	28,6	22,9	17,1	100,0
Catégorie III	33,3	15,2	42,4	9,1	100,0
Catégorie IV	44,0	20,0	24,0	12,0	100,0
TOTAL	23,8	27,8	34,1	14,8	100,0

L'efficacité du protecteur facial complet

Le 1^{er} juin 1988, le gouvernement du Québec adoptait le *Règlement sur les équipements protecteurs requis pour la pratique du hockey sur glace*. Ce règlement impose à tout hockeyeur non professionnel le port d'un C, d'un PFC et d'un PC lorsqu'il participe à une activité de hockey sur glace exercée sur une aire de jeu ayant fait l'objet d'une réservation à cette fin. L'entrée en vigueur du règlement a fait passer le taux de port du PFC de 35 % (août 1988) à 86 % à la fin de la première saison d'application (février 1989). Le taux de port du PFC a atteint un sommet de 88 % en 1989-1990 pour redescendre graduellement jusqu'à 73 % en 1997-1998. Cette hausse s'est accompagnée d'une chute radicale des blessures aux yeux subies par les hockeyeurs adultes rapportées par les ophtalmologistes du Québec.

De 1983 à 1987, le taux de blessures oculaires liées à la pratique du hockey variait de 0,73 blessure par ophtalmologiste à 1,08. À partir de 1988, année de l'adoption du règlement jusqu'en 1992, le taux a décliné chaque année. Il était de 0,26 en 1996 (**graphique 3**). Une analyse coût avantage a révélé que de 1988 à 1997 la réglementation avait entraîné un bénéfice net de 4,4 M\$ en fait de coût médical direct causé par les blessures au visage subies au cours de la pratique du hockey (Goulet, Régnier et Sicard, 1998). L'étude révèle aussi que le rapport avantage coût de la réglementation est de 12,5/1, c'est-à-dire que chaque dollar investi par le gouvernement dans la recherche et le développement et l'application du règlement entraîne un bénéfice en fait de coût médical direct de 12,50 \$.

Graphique 3
Distribution des blessures oculaires selon l'année



Références

GOULET, C. « Consultations médicales et traumatismes d'origine récréative et sportive », *Le Sécuritaire*, vol. 14, n° 4, 1994, p. 3.

Sécuri-sport express (2000-03)

Références (suite)

Goulet, C., G. Régnier et C. Sicard. « Economic Impact of a Regulation Imposing Full-face Protectors on Adult Recreational Hockey Players », communication présenté à la Quatrième Conférence mondiale sur la prévention et le contrôle des traumatismes, Amsterdam, 1998.

LAFLAMME, P., et autres. *Blessures liées à la pratique du hockey. Étude des consultations à l'Hôpital de l'Enfant-Jésus*, Québec, Centre de santé publique de Québec, 1993, 16 p. document non publié.

RÉGIE DE LA SÉCURITÉ DANS LES SPORTS DU QUÉBEC et MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Sondage sur les blessures subies lors de la pratique d'activités récréatives et sportives entre octobre 1992 et septembre 1993*, Trois-Rivières, RSSQ, 1993, 35 p.

Sécuri-sport express (2000-03)

Page 3

La plupart des documents mentionnés ci-dessous peuvent être consultés au centre de documentation de la Direction de la sécurité du Secrétariat au loisir et au sport (SLS) ou, encore, empruntés par l'entremise du service de prêt entre bibliothèques (PEB). Dans ce cas, il faut s'adresser à sa bibliothèque qui fera les démarches nécessaires auprès des services de la SLS.

Les règlements de sécurité peuvent être obtenus auprès des différentes fédérations sportives. Les règles du jeu sont distribuées par chaque fédération sportive visée.

Bibliographie

Normes

Casques de hockey CAN3-Z262.1-M83 ou Casques de hockey CAN/CSA Z262.1-M90.

Protecteurs faciaux pour joueurs de hockey sur glace et de crosse CAN3-Z262.2-M78 ou aux types 1, 2 ou 3 de la norme Protecteurs faciaux et visières pour joueurs de hockey sur glace CAN/CSA-Z262.2-M90.

Protège-cou pour joueurs de hockey et de ringuette, NQ9415-370 du 15 mai 1990.

Encadrement

D'AMOURS, Y., et G. THÉRIAULT. *La sécurité dans les sports : prévention des blessures et premiers soins*, Trois-Rivières, RSSQ, 1985, 126 p.

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE HOCKEY SUR GLACE. *Règlement de sécurité de la FQHG*, Trois-Rivières, RSSQ, 1995, 28 p.

GILL, J., et G. Lefebvre. *Action santé-sécurité au hockey*, Sainte-Anne-de-Bellevue, Publications Palmquist, 1992, 276 p.

Installations

AMERICAN SOCIETY FOR TESTING AND MATERIALS. *Proposal for Standard Practices for Ice Hockey Playing Facilities*, Committee F-8 on sports equipment and facilities, draft # 9, Philadelphie, ASTM, juillet 1990, 14 p.

ASSOCIATION CANADIENNE DE HOCKEY AMATEUR. *Règles de jeu officielles du hockey : saison 1993-1994*, Gloucester, ACHA, 1993, 127 p.

ASSOCIATION DES ARÉNAS DU QUÉBEC. *Guide de surveillance de la qualité de l'air dans les arénas*, Montréal, AAQ, mai 1991, 13 p.

ASSOCIATION DES ARÉNAS DU QUÉBEC et RÉGIE DE LA SÉCURITÉ DANS LES SPORTS DU QUÉBEC. *Guide de sécurité et de prévention dans les arénas*, Trois-Rivières, AAQ – Région de la Mauricie et RSSQ, 1992, 167 p.

COMITÉ TECHNIQUE BNQ. *La sécurité et les buts en sports de glace*, Trois-Rivières, mai 1989, 15 p.

CONNECTICUT HOCKEY CONFERENCE. *Ice Hockey Rinks : Guidelines for Building and Remodeling*, AHAUS, 30 janvier 1990, 3 p.

CRRSSS. *La qualité de l'air, c'est notre affaire : guide sur la qualité de l'air dans les arénas*, Montréal, MSSS, RSSQ et AAQ, 1997, 20 p.

D'AMOURS, Y., et G. THÉRIAULT. *La sécurité dans les sports : prévention des blessures et premiers soins*, Trois-Rivières, RSSQ, 1985, 126 p.

DEUTSCHES INSTITUT FÜR NORMUNG, DIN-18036. *Ice Sports Facilities*, mai 1980.

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE HOCKEY SUR GLACE. *Livre de règlements administratifs : saisons 1993-1994/1994-1995*, Montréal, FQHG, 1993, 130 p.

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE HOCKEY SUR GLACE. *Règlement de sécurité de la FQHG*, Trois-Rivières, RSSQ, 1995, 28 p.

ONTARIO RECREATION FACILITIES ASSOCIATION. *Air Alert : Toxic Gases in Community Arenas*, North York, L'Association, janvier 1987, 38 p.

RÉGIE DE LA SÉCURITÉ DANS LES SPORTS DU QUÉBEC. *Estimé de la hauteur de protection nécessaire pour empêcher les lancers dangereux d'atteindre les gradins derrière la zone des buts*, Trois-Rivières, RSSQ, mars 1985, 6 p. (document non publié).

Installations (suite)

RÉGIE DE LA SÉCURITÉ DANS LES SPORTS DU QUÉBEC.

Évaluation du risque de blessures des spectateurs lors d'une partie de hockey : rapport préliminaire, Trois-Rivières, RSSQ, mars 1984, 10 p. (document non publié).

RÉGIE DE LA SÉCURITÉ DANS LES SPORTS DU QUÉBEC.

« Plan d'eau gelée = danger! », *Le Sécuritaire*, vol. 10, n° 2, avril-mai 1991, p. 2.

REGROUPEMENT QUÉBÉCOIS DU LOISIR MUNICIPAL. *La*

prévention et la sécurité des aires extérieures de patinage sur glace, Montréal, RQLM, mai 1995, 70 p.

Équipement

ASSOCIATION CANADIENNE DE HOCKEY AMATEUR.

Règles de jeu officielles du hockey, Gloucester, ACHA, 1993, 127 p.

ASSOCIATION DES ARÉNAS DU QUÉBEC et RÉGIE DE LA

SÉCURITÉ DANS LES SPORTS DU QUÉBEC. *Guide de sécurité et de prévention dans les arénas*, Trois-Rivières, AAQ-Région de la Mauricie et RSSQ, 1992, 167 p.

D'AMOURS, Y., et G. THÉRIAULT. *La sécurité dans les*

sports : prévention des blessures et premiers soins, Trois-Rivières, RSSQ, 1985, 126 p.

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE HOCKEY SUR GLACE. *Livre*

de règlements administratifs, Montréal, FQHG, 1993, 130 p.

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE HOCKEY SUR GLACE.

Règlement de sécurité de la FQHG, Trois-Rivières, RSSQ, mai 1996, 11 p.

GILL, J., et G. LEFEBVRE. *Action santé-sécurité au*

hockey, Sainte-Anne-de-Bellevue, Publications Palmquist, 1992, 276 p.

Loi sur la sécurité dans les sports, L.R.Q., c. S-3.1.

Règlement d'exclusion au Règlement sur les équipements protecteurs requis pour la pratique du hockey sur glace, R.R.Q., 1981, c. S-3.1, r. 0.1.1.

Règlement sur les équipements protecteurs requis pour la pratique du hockey sur glace, R.R.Q., 1981, c. S-3.1, r. 0.1.01.

Comportement

BEAUDIN, M., et G. MARCOTTE. *Score : pour un sport*

socialement rentable, Trois-Rivières, RSSQ, 1985, 26 p.

D'AMOURS, Y., et G. THÉRIAULT. *La sécurité dans les*

sports : prévention des blessures et premiers soins, Trois-Rivières, RSSQ, 1985, 126 p.

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE HOCKEY SUR GLACE.

Hockey 2000 : le cahier, Montréal, FQHG, août 1989, 57 p.

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE HOCKEY SUR GLACE.

Jouons Franc-jeu pour un hockey à visage humain, 2^e éd., Montréal, FQHG, décembre 1988, 31 p.

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE HOCKEY SUR GLACE. *Livre*

de règlements administratifs : saisons 1993-1994/1994-1995, Montréal, FQHG, 1993, 130 p.

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DE HOCKEY SUR GLACE.

Règlement de sécurité de la FQHG, Trois-Rivières, RSSQ, 1995, 28 p.

GILL, J., et G. LEFEBVRE. *Action santé-sécurité au*

hockey, Sainte-Anne-de-Bellevue, Publications Palmquist, 1992, 276 p.

MARCOTTE, G., D. GUAY et D. BERNARD. *Manifeste*

sur le hockey : pour un sport au service de l'humain, Montréal, FQHG, février 1988, 48 p.

RÉGIE DE LA SÉCURITÉ DANS LES SPORTS DU QUÉBEC.

L'esprit sportif, ça compte!, 3^e éd., Trois-Rivières, RSSQ, 1987, 29 p.

RÉGIE DE LA SÉCURITÉ DANS LES SPORTS DU QUÉBEC.

L'esprit sportif, ça compte! Guide d'animation de discussions sur l'esprit sportif pour les entraîneurs, Trois-Rivières, RSSQ, 1985, 8 p.

Lectures suggérées

D'AMOURS, Y., et G. THÉRIAULT. *La sécurité dans les sports : prévention des blessures et premiers soins*, Trois-Rivières, RSSQ, 1985, 126 p.

GILL, J., et G. LEFEBVRE. *Action santé-sécurité au hockey*, Sainte-Anne-de-Bellevue, Publications Palmquist, 1992, 276 p.

Le Sécuritaire, bulletin d'information de la Régie de la sécurité dans les sports du Québec.

Organismes

Association canadienne de hockey
1600, promenade James-Naismith
Gloucester (Ontario) K1B 5N4
Téléphone : (613) 748-5613

Association des arénas du Québec
4545, avenue Pierre-De Coubertin
C. P. 1000, succ. M
Montréal (Québec) H1V 3R2
Téléphone : (514) 252-3084

Association québécoise des thérapeutes du sport
Clinique de médecine sportive – Université Concordia
7141, rue Sherbrooke Ouest
Montréal (Québec) H4B 1R6
Téléphone : (514) 848-3314

Fédération québécoise de hockey sur glace inc.
4545, avenue Pierre-De Coubertin
C. P. 1000, succ. M
Montréal (Québec) H1V 3R2
Téléphone : (514) 252-3079
Télécopieur : (514) 252-3158

Sécuri-sport express (2000-03)

Page 3

