



Prévention des accidents en football

Sécurité générale

Les moniteurs J+S

- sont responsables de l'ancrage des buts mobiles;
- veillent à ce que les règles du jeu soient respectées à l'entraînement comme en compétition;
- accordent une grande importance au comportement loyal.

Sport des enfants

Les moniteurs J+S

- utilisent des ballons de taille et de poids adéquats;
- s'assurent que les règles et le matériel soient adaptés à l'âge et au niveau des joueurs.

Sécurité personnelle

Les moniteurs J+S

- contrôlent que les joueurs portent des protège-tibias à l'entraînement comme en compétition et recommandent le port de protège-chevilles;
- veillent à ce que les joueurs choisissent des chaussures conformes au revêtement;
- s'assurent que les joueurs ne portent pas de montre, de bijoux, etc., voire les scotchent;
- sensibilisent les joueurs au port d'une protection (attelle, tape, etc.) lorsqu'ils recommencent à faire du sport après une blessure au genou ou à la cheville;
- encouragent les joueurs qui portent des lunettes à mettre des lentilles ou des lunettes adaptées au sport.

Mesures de prévention dans les activités sportives

Les moniteurs J+S

- prévoient un programme d'échauffement au début de chaque unité d'entraînement;
- appliquent le programme de prévention «Sport Basics» de la Suva et connaissent les contenus de la brochure «Blessures sportives»;^{*}
- veillent à ce que l'intensité d'entraînement et de compétition soit adéquate, notamment après une pause d'entraînement, une blessure ou une maladie;
- connaissent le test de la Suva (www.suva.ch/test-de-football) et en parlent aux jeunes qui sont blessés;^{*}
- jouent au futsal avec les règles, les balles et les chaussures adéquates (cf. safety tool);
- prévoient suffisamment de pauses avec des apports énergétiques et liquidiens.

^{*}Ne convient pas au sport des enfants

