



# Prévention des accidents en curling

## Sécurité générale

Les moniteurs J+S

- exercent une surveillance active adaptée au niveau de développement des participants;
- incitent les participants à gérer consciemment le risque;
- s'assurent que chacun connaît son rôle sur la glace et s'y tient.

## Sécurité personnelle

Les moniteurs J+S

- décident, en fonction de la situation, si les participants doivent porter un casque (de sports de neige);
- veillent à ce que les participants portent des chaussures adéquates (chaussures de curling avec antislidder ou chaussures de gymnastique propres dotées d'une semelle en caoutchouc); un antislidder uniquement par hack.

## Mesures de prévention dans les activités sportives

Les moniteurs J+S

- dispensent un échauffement adapté au niveau – veiller notamment à bien échauffer les genoux;
- donnent aux participants des exercices pour la stabilité du tronc et la souplesse des fléchisseurs des hanches;
- exercent systématiquement les déplacements (assurance) sur la glace (y compris entrer sur la glace et quitter la glace);
- obligent les participants à se déplacer en avant et sur les côtés;
- s'assurent que les coéquipiers n'ayant pas de tâche ne restent pas sur la glace à ne rien faire;
- veillent à ce que les participants ne soulèvent pas les pierres, ne les retiennent pas avec les mains ou les pieds, ne montent pas dessus et ne les envoient pas en direction de personnes;
- apprennent à balayer des deux côtés sans antislidder;
- savent comment procurer les premiers secours et où trouver le matériel *ad hoc* (numéro d'urgence 112);
- n'utilisent que des lasers de classe 1.

## Sport des enfants

Les moniteurs J+S

- font en sorte qu'il y ait toujours un moniteur par rink sur la glace avec des débutants;
- imposent, en fonction de la situation, le port du casque de sports de neige;
- utilisent des cherry rocks;
- jouent sur des pistes raccourcies;
- veillent à ce que les enfants soient suffisamment protégés du froid.