



Politique sur le port de casques – renseignements pour les clubs, les entraîneurs et les parents

Le 1^{er} juillet 2011, la politique sur le port de casques de Patinage Canada est entrée en vigueur. Cette politique a été adoptée à titre de mesure de sécurité proactive en vue d'aider à protéger les membres qui apprennent à patiner, aux premières étapes du programme Patinage Plus. Patinage Canada croit qu'il s'agit d'un moment approprié pour mettre en œuvre une telle politique afin d'aider à prévenir toute blessure que pourraient subir, à l'avenir, ses membres qui apprennent à patiner. Au cours de l'élaboration de la politique, Patinage Canada a consulté divers groupes de personnes, y compris des parents, et la politique a été approuvée par le conseil d'administration de Patinage Canada plus tôt en 2011.

Patinage Canada est fier de son programme Patinage Plus, le meilleur programme d'initiation au patinage au Canada, et nous continuerons à formuler des politiques et des programmes qui offrent une meilleure expérience d'apprentissage tout en réduisant les risques pour nos patineurs. Pour plus de renseignements sur le port de casques et la prévention des blessures, nous vous recommandons de visiter Pensez d'Abord à l'adresse <http://www.thinkfirst.ca/fr/index.aspx>.

Comment le casque de hockey devrait-il être ajusté?

Un casque de hockey devrait être bien ajusté afin d'éviter qu'il bouge et pour maximiser la protection. Assurez-vous que la mentonnière puisse être ajustée de sorte qu'elle touche légèrement le menton lorsqu'elle est attachée.

Si le casque est réglable, ouvrez-le au plus grand réglage et réduisez petit à petit la dimension du casque jusqu'à ce qu'il soit bien ajusté. Le casque devrait être porté de sorte que le bord se trouve à un doigt au-dessus du sourcil et qu'il fasse contact avec le dessus de la tête.

Bien que la plupart des casques soient doublés de mousse de protection, certains casques seront plus confortables que d'autres. Essayez différentes marques de casques pour en déterminer l'ajustement et le confort.

Tous les casques certifiés par la CSA sont pourvus d'une étiquette de certification.

Pourquoi seulement des casques de hockey?

Les casques de hockey sont conçus pour aider à protéger contre les traumatismes crâniens qui se produisent sur la glace, qu'ils soient causés par une chute ou une

collision. Un casque de cycliste, par exemple, est conçu pour protéger contre les traumatismes crâniens en cas de chute à vélo. Il est important de s'assurer que lorsqu'un patineur se trouve sur la glace, il est protégé au moyen d'équipement conçu pour son sport ou son activité.

Est-ce que des protecteurs faciaux sont aussi exigés?

Les protecteurs faciaux ne sont pas obligatoires; toutefois, les jeunes patineurs pourraient profiter d'une protection accrue.

Est-ce que des casques de hockey de seconde main sont acceptables?

Les casques de hockey et les protecteurs faciaux vendus au Canada doivent se conformer aux normes de sécurité établies par l'Association canadienne de normalisation (CSA). Si le produit ne porte pas d'étiquette de la CSA, jetez-le. Les casques de hockey sont habituellement bons pour une période de trois à cinq ans. Il ne faut pas utiliser un casque de hockey qui a subi un gros impact, qui est vieux de plus de cinq ans, qui présente des signes évidents de dommage ou dont des parties manquent. Les casques de hockey doivent porter une étiquette précisant la date de fabrication et être pourvus d'une mentonnière. Il est important que le casque soit bien ajusté afin d'assurer une protection adéquate.

Est-ce qu'un parent peut signer un abandon de recours absolvant le club de toute responsabilité et permettre à leur enfant de participer sans casque?

Non. L'exigence relative au port du casque est une politique de Patinage Canada et tous les clubs et les membres doivent respecter nos politiques. Par conséquent, afin de participer au programme Patinage Plus, tous les patineurs qui ne sont pas parvenus à l'étape 5 du programme Patinage Plus ou qui n'ont pas un bon équilibre ou une bonne maîtrise doivent porter un casque de hockey approuvé par la CSA lorsqu'ils se trouvent sur la glace.

Pourquoi est-ce qu'on a sélectionné les étapes allant inclusivement jusqu'à l'étape 5 comme point de référence pour le port d'un casque?

Les patineurs qui n'ont pas un bon équilibre ou une bonne maîtrise pour le patinage avant et arrière et éprouvent de la difficulté à arrêter ainsi qu'à contourner des obstacles sur la glace courent de plus grands risques d'être incapables de contrôler une chute, peu importe leur âge.

Le programme Patinage Plus a été conçu pour présenter les habiletés de base du patinage aux débutants d'une manière sécuritaire et séquentielle. Les progressions d'apprentissage menant à l'étape 5 inclusivement permettent aux patineurs d'acquérir les habiletés nécessaires (équilibre, agilité et maîtrise) qui sont exigées pour participer en toute sécurité sur la glace. Bien qu'il soit probable que de nombreux patineurs à l'étape 5

puissent patiner raisonnablement bien, les surfaces de glace peuvent être très imprévisibles et il y a toujours un risque de chute, peu importe l'étape où se trouve le patineur. Les patineurs du programme Patinage Plus se trouvent dans un environnement de groupe avec d'autres patineurs de divers niveaux sur la glace qui peuvent faire une chute et faire tomber d'autres patineurs.

Il s'agit d'un coût supplémentaire pour les parents. Est-ce que Patinage Canada offre tout genre de mesure incitative ou des réductions des frais pour les membres de Patinage Plus qui doivent acheter un casque?

Le coût au détail de la plupart des casques de hockey se situe à environ 50 \$. Un grand nombre des casques de hockey approuvés par la CSA sont réglables et pourraient être utilisés pendant un grand nombre d'années de patinage, tant au club que de façon récréative à l'extérieur durant les mois d'hiver. Patinage Canada n'offre actuellement aucune mesure incitative aux parents.

Je suis un entraîneur. Qu'est-ce que je dois faire s'il y a un patineur sur la glace qui devrait porter un casque, mais n'en a pas?

La politique sur le port de casques n'est pas facultative pour les clubs et, par conséquent, tout patineur qui devrait porter un casque de hockey approuvé par la CSA, conformément à notre politique, mais qui arrive à la patinoire et tient à aller sur la glace sans casque, doit se voir refuser l'accès à la glace.

Les entraîneurs sont au courant de cette nouvelle politique et ne devraient pas être mis dans une situation où un patineur qui doit avoir un casque de hockey approuvé par la CSA se trouve sur la glace sans un casque approprié. Si cela devait se produire, l'entraîneur doit escorter l'enfant pour lui faire quitter la glace étant donné qu'il ne satisfait pas aux exigences de la politique sur le port de casques de Patinage Canada pour participer à ce programme. Les entraîneurs doivent assurer la sécurité des patineurs en tout temps et, par conséquent, si un patineur se trouve sur la glace sans casque de hockey approuvé, il s'agit d'une préoccupation en matière de sécurité dont il faut traiter.

Un entraîneur ne peut être réprimandé pour la mise en application des règles et des politiques de Patinage Canada dans un club.

Les entraîneurs devraient encourager et renforcer de façon positive le port de casques de hockey dans le programme Patinage Plus.

Quels autres conseils pourriez-vous donner à propos de la prévention des chutes et des traumatismes crâniens?

Il existe plusieurs façons d'éviter les traumatismes crâniens, en plus du port d'un casque. Voici quelques lignes directrices de base :

- utilisez un équipement de qualité – des patins avec un bon support, bien ajustés, lacés correctement et affûtés régulièrement aident le patineur à maintenir le contrôle sur la glace – réduisant ainsi les chances de chute;
- portez des vêtements appropriés – aucun foulard, habit de neige trop encombrant ou cheveux dans le visage qui peuvent restreindre le mouvement ou bloquer la vue;
- faites un échauffement et une récupération appropriés – pour éviter le claquage musculaire et le stress sur les articulations;
- utilisez les progressions d'habiletés en vue de l'exécution de mouvements plus difficiles; l'entraîneur doit s'assurer que les débutants apprennent la méthode appropriée pour tomber et se relever;
- assurez-vous que les entraîneurs ont un certificat de secourisme valide;
- les secteurs d'activité et d'entraînement en groupe doivent être bien supervisés; durant les circuits d'habiletés et les exercices, les patineurs devraient se déplacer dans une seule direction afin d'éviter les collisions;
- utilisez des cônes pour indiquer la présence de trous ou de fissures dans la glace;
- le matériel pédagogique doit être sécuritaire et approprié pour le niveau des patineurs;
- assurez-vous qu'il y a suffisamment d'espace entre les patineurs pendant l'exécution des habiletés;
- le nombre de patineurs sur la glace devrait dépendre de la taille et du niveau d'habiletés des patineurs, de la dimension de la surface de glace et de la nature de l'activité;
- assurez-vous de faire observer les règles de sécurité sur glace :
 - se relever rapidement après être tombé;
 - regarder dans la direction du déplacement pour le patinage arrière;
 - ne pas pousser, jouer à la tague ou se bousculer;
 - pas de gomme ou de bonbon sur la glace;
 - garder les portes de la patinoire fermées durant les séances;
 - les arrêts devraient être faits à une bonne distance de la bande;
 - s'assurer qu'une trousse de premiers soins est accessible.