

**Zeitschrift:** Jeunesse et sport : revue d'éducation physique de l'École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Herausgeber:** École fédérale de gymnastique et de sport Macolin  
**Band:** 39 (1982)  
**Heft:** 5

**Buchbesprechung:** Bibliographie et audiovisuel

**Autor:** Jeannotat, Yves / Jeannotat, Françoise / Huguenin, Françoise

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

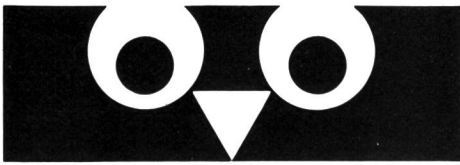
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 30.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Pour ma bibliothèque

Yves Jeannotat  
(Bibliographie établie avec le concours de la Librairie Payot SA, Lausanne)

Les livres analysés à cette page ont été lus et trouvés suffisamment intéressants et utiles pour mériter d'être achetés.

### Sport en sécurité

Harold Potter  
CNA et Winterthour-Assurances - 1982  
Case postale  
6002 Lucerne

Consacré aux accidents de sport et à leur prévention, cet ouvrage est dû à Harold Potter, collaborateur de la CNA, bien connu déjà par un autre livre paru sous sa signature en 1975 et intitulé «Vivre en sécurité - voir le danger». «Les accidents de sport sont relativement fréquents, peut-on lire en avant-propos. En 1979, la Caisse nationale suisse d'assurance en cas d'accidents (CNA), qui assure environ le quart de la population suisse, a pris en charge un total de 67 240 accidents de sport ou de jeu, et 35 210 d'entre eux eurent pour conséquence une interruption de travail et 315 l'octroi d'une rente d'invalidité.» Il est donc de l'intérêt des employeurs professionnels aussi de se préoccuper de la prévention des accidents de sport, d'informer leurs employés des dangers qui les menacent et la meilleure façon de s'en protéger. «Sport en sécurité» devrait leur faciliter la tâche.

«La sécurité dans le sport commence par la condition physique.» On n'apprend en fait rien de neuf en disant ceci, ni que ce que l'on fera pour être en bonne forme sera également bénéfique à la santé en général. Pour en arriver là, il est indispensable de faire du sport et chacun peut s'entraîner et pratiquer quasiment sans risque, à condition de bien connaître et de respecter les caractéristiques fondamentales propres à chaque spécialité. Après avoir rappelé les bienfaits liés à l'entraînement de mise en condition physique, «Sport en sécurité» aborde les activités et les situations suivantes: baignade et natation, plongeon, plongée sous-marine, planche à voile, excursions en montagne, ski, avalanches,

football, gymnastique, équitation, chasse. Harold Potter termine alors son remarquable ouvrage en parlant de l'assurance sur les accidents de sport et en présentant une série de statistiques fort intéressantes. Il ne fait aucun doute que la lecture minutieuse de ce livre permettra aux sportifs de se sentir plus sûrs d'eux-mêmes et plus en sécurité dans la pratique de leur discipline favorite. («Sport en sécurité» peut être obtenu gratuitement à l'adresse qui figure en tête de cette analyse).

### Oligo-éléments et oligothérapie

Dr Claude Binet  
Editions Dangles - 1981  
18, rue Lavoisier  
F-45800 St-Jean-de-Braye

Le mot «oligo» vient du grec «oligos», qui signifie «petit». Il désigne, ici, des substances minérales présentes en très faibles quantités dans tous les organismes vivants, et agissant de même, à des doses presque infinitésimales, à l'état de traces parfois, pour jouer un rôle biologique essentiel et indispensable à la création et à la continuation de la vie (prof. Bour).

Les oligo-éléments sont donc des métaux et des métalloïdes, contenus dans le corps humain, parfois à toutes petites doses, mais indispensables au bon fonctionnement de l'organisme. Ils ne sont pas toxiques, et on en a fait des médicaments de premier choix. Ils ont une quadruple action:

- ils catalysent les multiples fonctions et réactions organiques qui, hors de leur présence, ne se réaliseraient pas
- ils ont une action thérapeutique bien spécifique avec, en outre, des effets anti-toxiques et bactéricides très précis
- ils sont des modificateurs du «terrain» en favorisant les phénomènes d'auto-défense de l'organisme vis-à-vis des infections
- ils ont enfin une action diastatique en permettant les phénomènes vitaux indispensables au bon fonctionnement de l'organisme.

Après avoir examiné et défini les diathèses ou terrains (nature ou constitution: ce que l'être humain est en naissant; tempérament ou évolution: ce qu'il devient par la suite), base de l'oligothérapie, l'auteur analyse chaque oligo-élément dans sa «matière médicale», et en donne toutes les indications thérapeutiques. Puis, dans

le «lexique thérapeutique», il passe en revue les traitements oligothérapeutiques appropriés pour chaque affection. Le dernier chapitre étant consacré aux compléments alimentaires diététiques naturels. Sans prétendre être une panacée thérapeutique, l'oligothérapie a maintenant sa place au sein de l'arsenal de la médecine moderne. C'est, en effet, une médecine d'auto-défense pouvant sans autre - avantageusement même - être associée aux médicaments habituelles, voire les prévenir, les remplacer ou les renforcer. Car l'oligothérapie a l'énorme avantage, avant tout, de ne pas nuire...

Les sportifs, qui accordent une attention soutenue au bon équilibre de leur nourriture retireront, de la lecture de ce livre, un profit indiscutable, peu importe la discipline dans laquelle ils sont spécialisés.

(Françoise Jeannotat)

Prix approximatif: 24 fr. 50

### Contre-indications à la pratique du sport

Georges Niquet, Luc Bierry, Martine Bierry  
Editions Doin - 1981  
8, place de l'Odéon  
F-75006 Paris

Voici un petit livre qui complète merveilleusement bien celui d'Harold Potter, «Sport en sécurité». Bien que les contre-indications définitives ou temporaires à la pratique du sport ne puissent être totalement et clairement définies, les auteurs se sont efforcés d'envisager le sujet cas par cas et dans son ensemble. Ils abordent donc successivement l'exercice sportif en relation avec l'appareil cardio-vasculaire, la pathologie pleuro-pulmonaire, les maladies infectieuses, l'endocrinologie, les affections neurologiques, l'appareil locomoteur, la gynécologie, l'oto-rhino-laryngologie et l'hématologie. Donc, un aperçu complet s'il en est, et qui, en dépit d'un langage quelquefois un peu scientifique, reste à la portée de tous les praticiens.

Prix approximatif: 18 fr.

«Les livres sont de vrais amis qui nous suivent toute la vie» (Jacques Normand) ... «et qui ne trompent jamais» (Guilbert de Pixérécourt)

## Nouvelles acquisitions

Françoise Huguenin

Les livres de la bibliothèque de l'EFGS ne peuvent pas être achetés, mais empruntés gratuitement pendant 1 mois.

## LIVRES

### Généralités

par *Martin Paul* 70.1590

#### Le sport et l'homme

3e Ed., rev. et augm.  
Lausanne, Les Hauts Noyers, 1981, 121 p.  
L'analyse de cet ouvrage figure dans le no 9/1981 p. 215.

### Science

*Science du Sport* 70.1675q

#### Documents de recherche et de technique

Vanier, Ont. Can., Ass. can. des entraîneurs, 333 Chem. River, 1981, fig. lit. auto-relieur.

Les Documents de Science du Sport paraîtront le 15 de chaque mois ou à raison de 12 numéros par année. Un auto-relieur a été mis à jour avec feuilles intercalaires où figurent sept séries de sujets de documentation technique que vous pouvez insérer à mesure que vous la recevez. En plus d'un assortiment selon la couleur, ils se rangent facilement et logiquement.

Les Documents de Science du Sport vous seront certainement un apport technique important dans le domaine de l'entraînement et dont vous profiterez dès leur parution mensuelle.

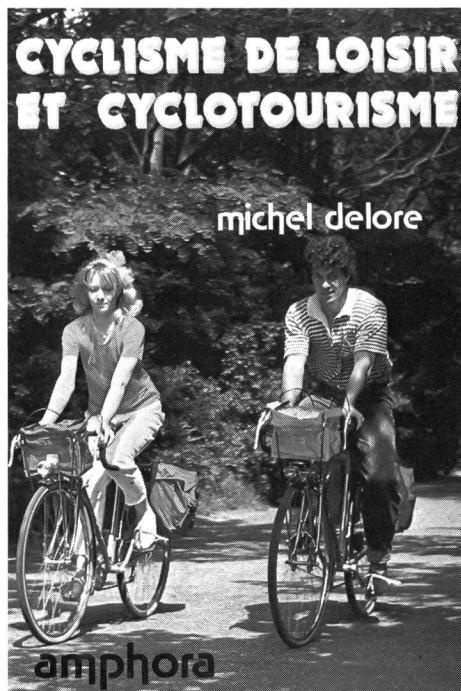
Psychologie – papier chamois  
Administration – papier rose  
Entraînement physique – papier blanc  
Sujets spéciaux – papier bleu  
Stratégie – papier gris  
Médecine sportive – papier orange  
Testing – papier vert

## Cyclisme

par *Delore Michel* 75.230

### Cyclisme de loisir et cyclotourisme

Paris, Amphora, 1981, 166 p., fig. ill.  
L'analyse de ce livre figure dans le numéro 4/82 à la page 22.



par *Union cycliste suisse* 75.226

### Les heures glorieuses du cyclisme suisse

Lausanne, Edita, 1981, 191 p. fig. ill. tab.  
L'analyse de cet ouvrage figure dans le no 12/1981 p. 298.

## La course d'orientation

par *Jean-Michel Roumanie* 74.525

### La course d'orientation

Equipement – technique – compétition  
Paris, Amphora, 1980. – 8°, 174 p. fig. ill. tab.

L'analyse de cet ouvrage figure dans le no 8/1980 p. 197.

## FILMS

**Wimbledon 1980** F 715.20

Genève, Rolex, 1980, 16 mm, 605 m, 56', son optique

**Wimbledon 1981** F 715.22

Genève, Rolex, 1981, 16 mm, 620 m, 57', son optique, couleur

**La force et le savoir** F 714.6

Munich, Bayerischer Rundfunk, 1974, 16 mm, 492 m, 45', son optique, couleur

Exemples pour l'entraînement de la condition physique propre à la branche; habileté/agilité, souplesse articulaire et musculaire, puissance musculaire, endurance, vitesse.

**Red check basketball** F 712.1-1-3

Englewood, Bill Russel, Scholastic Book, Infofilm, 1975, 16 mm, 602 m, 53', son optique, couleur

Différents gestes fondamentaux et différentes situations de jeu expliqués et démontrés par de bons joueurs américains.  
Bobine 1: Le tir, la passe, le dribble, le rebond

Bobine 2: 1:1, le pivot, la défense, les feintes

Bobine 3: la contre-attaque, la défense en infériorité numérique, le blocage, la défense.

## Camp de vacances Furka Oberwald (Obergoms) VS

dès le 1er juin 1982 à louer chalet totalement rénové de 55 places.

Été 82 et hiver 83 partiellement libre.

Été: bonnes possibilités de promenades, grande place de jeux

Hiver: Ski (télésiège, 2 skilifts) 40 km pistes de ski de fond

Renseignements par:

Nanzer Toni, Blattenstrasse 64  
3904 Naters  
Tél. 028 23 72 08



**berner oberland**

**Centre de sports et de détente**  
**Frutigen** 800 m d'alt.

Information:  
Office du tourisme CH-Frutigen,  
☎ 033 / 71 14 21

180 lits, un grand nombre de dortoirs de douze et six personnes. – Salles de séjour.

Installations de sports: piscine couverte et piscine à ciel ouvert, terrain de football, court de tennis, saut en hauteur et en longueur, minigolf.

Sol synthétique pour: handball, basketball, volleyball et tennis.

Pour: **camp de sport et de marche** – camp de ski (centre de ski Elsigentalp-Metsch, 2100 m d'alt.)



**Les registres des colonies de vacances vieillissent**

et la recherche d'un camp de vacances vous prend du temps et vous coûte des nerfs.

Une demande à nous est simple et gratuite: qui, quand, quoi, combien à

**KONTAKT**  
**4411 Lupsingen**



**Centre des Sports et d'entraînement**

(altitude 1250 m)

Patinoire couverte (été-hiver), halle de Curling, piscine chauffée et couverte, salle omnisports (45 x 27 m), terrain de football, terrains extérieurs (sol synthétique), saut en hauteur, et en longueur, lancer, tennis (été-hiver), minigolf, piste sportive en forêt.

Facilités de logement: du dortoir à l'hôtel 1re classe.

**Renseignements:**  
Centre des Sports, 1854 Leysin ☎ 025 34 24 42