

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 5 (2003)  
**Heft:** 6

**Artikel:** Forts en casque!  
**Autor:** Mathys, René  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-996078>

### **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:** 11.01.2026

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

# Forts en casque!

Treize pour cent des skieurs et vingt pour cent des snowboarders portent un casque. Le sexe, l'âge, le niveau sportif et l'état d'esprit ont une influence décisive sur l'attitude des sportifs. Une étude du bpa a mis en évidence l'importance, parfois surprenante, de ces différents paramètres.

René Mathys

**P**lus de 6600 adeptes des sports de neige ont été interrogés l'hiver passé. L'étude menée par le Bureau suisse de prévention des accidents (bpa) visait notamment à cerner les raisons personnelles qui influencent le port du casque. Première découverte de taille: le casque est une affaire d'hommes. Ou presque!

## Règles de conduite de la FIS

Avec ou sans casque, les règles de la FIS sont valables pour tous ceux qui pratiquent un sport de neige. Leur respect systématique contribue largement à la sécurité.

- 1 Ne pas mettre autrui en danger ni lui porter préjudice.
- 2 Descendre à vue. Adapter sa vitesse et son comportement à ses capacités personnelles ainsi qu'aux conditions générales.
- 3 Respecter la trajectoire du skieur ou du snowboarder amont.
- 4 Dépasser de manière assez large.
- 5 Regarder vers en haut avant de s'engager sur la piste et de virer vers l'amont.
- 6 Ne s'arrêter qu'au bord de la piste ou dans des endroits bien visibles.
- 7 Monter et descendre à pied uniquement par le bord de la piste.
- 8 Respecter le balisage et la signalisation.
- 9 Prêter secours en cas d'accident, alerter les secours.
- 10 Faire connaître son identité en cas d'accident (en tant que témoin ou partie impliquée).

## A bonne école

Les jeunes amateurs de ski alpin ou de snowboard sont désormais confrontés très vite à la question du casque. Avec le soutien des écoles de ski et des parents, cette mesure de protection est devenue une évidence pour les enfants. Mais les skieurs plus âgés qui n'ont jamais eu ce réflexe ont de la peine à s'y mettre.

## Têtes brûlées mais prudentes

Les fans de glisse, skieurs ou surfeurs, aiment tester de nouveaux mouvements ou figures techniques qui, au début du moins, sont un facteur d'accident supplémentaire. Ces spécialistes connaissent toutefois parfaitement leurs capacités et les risques qu'ils encourent. C'est pourquoi ils portent plus souvent le casque que les snowboarders ou skieurs débutants ou même avancés.

## Excuses faciles?

Le casque est inconfortable... emprisonne... Ces deux arguments principaux justifient la position des plus réticents. L'étude du bpa montre que la disponibilité à porter un casque est douze fois plus élevée si celui-ci n'est pas considéré comme «inconfortable». L'argument de l'inconfort n'est guère fiable. Il est possible que ce soit juste un préjugé, de la part de ceux qui n'ont jamais porté de casque de ski, ou une simple justification pour ne pas en porter.

Certains sportifs sont persuadés qu'il suffit d'être prudent. Ils vont porter moins facilement un casque que ceux qui admettent la possibilité d'une collision et donc d'une éventuelle blessure à la tête. La perception du risque joue donc ici un rôle central.

## Des chiffres éloquentes

Pourquoi porter un casque? A cette question, 55 pour cent des personnes interrogées disent vouloir se protéger des blessures, 25 pour cent se sentir davantage en sécurité, et 10 pour cent prendre des précautions suite à un accident de ski ou de snowboard ayant entraîné une blessure à la tête.

La proportion de blessures à la tête parmi les adeptes des sports de neige se situe entre 14 et 17 pour cent. Différentes études montrent qu'un casque permet d'éviter entre 44 et 85 pour cent des blessures les plus graves au cerveau ou à la tête.

m

L'étude du bpa est disponible en allemand

(«Persönliche Schutzausrüstung im Schneesport», Othmar Brügger Editeur, bpa, 2003) à l'adresse suivante: [www.bfu.ch/forschung/ergebnisse/index.htm](http://www.bfu.ch/forschung/ergebnisse/index.htm)