

**Zeitschrift:** Mobile : la revue d'éducation physique et de sport  
**Herausgeber:** Office fédéral du sport ; Association suisse d'éducation physique à l'école  
**Band:** 12 (2010)  
**Heft:** 3

**Artikel:** Du constat aux résultats  
**Autor:** Donzel, Raphael  
**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-995344>

### **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:** 13.04.2026

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

# Du constat aux résultats

En Suisse, une organisation s'occupe exclusivement de la prévention des accidents et développe des mesures efficaces avec la collaboration de partenaires. Immersion dans les arcanes du bpa.

Texte: Raphael Donzel

Assis autour d'une table: le chef du service «football de base» de l'ASF, le chef de discipline J+S Football, le responsable de la campagne de football à la Suva, une experte J+S Football et J+S-Kids, ainsi qu'un biomécanicien d'une clinique bâloise spécialisée dans la médecine sportive. Tous ont répondu favorablement à l'invitation de Fränk Hofer, conseiller Sport au bpa – Bureau de prévention des accidents. L'objet de cette rencontre: effectuer une expertise des accidents de football et poser les premiers jalons pour le développement de mesures destinées aux enfants jusqu'à 16 ans.

## Toutes les 70 minutes

En Suisse, le football est le sport – compétition et loisirs confondus – qui enregistre le plus d'accidents: 53 800 chaque année, dont 10 400 pour la tranche d'âge des moins de 16 ans. Près de 70% d'entre eux affectent les membres inférieurs, principalement les genoux et les chevilles. En règle générale, les blessures sont de gravité légère. Selon la littérature scientifique, 2,3 enfants, respectivement 14,8 se blessent par millier d'heures d'entraînement et de match. Autrement dit, un entraîneur doit s'attendre à remplacer prématurément un de ses juniors toutes les 70 minutes! Egalement regrettable, pour ne pas dire inquiétant, le nombre d'accidents en football n'a presque pas diminué ces 20 dernières années.

«Longtemps, cette situation n'a guère préoccupé les instances dirigeantes», déplore Fränk Hofer. «Prenons l'exemple de la Fédération internationale de football (FIFA), dont les moyens financiers sont pourtant importants: cela ne fait que cinq ans, en se dotant de commissions médicales et en lançant des programmes, que la prévention des accidents est devenue un de ses objectifs. Malheureusement, une analyse globale diligentée par des spécialistes fait généralement défaut. Le bpa dispose justement des ressources humaines pour la réaliser.»

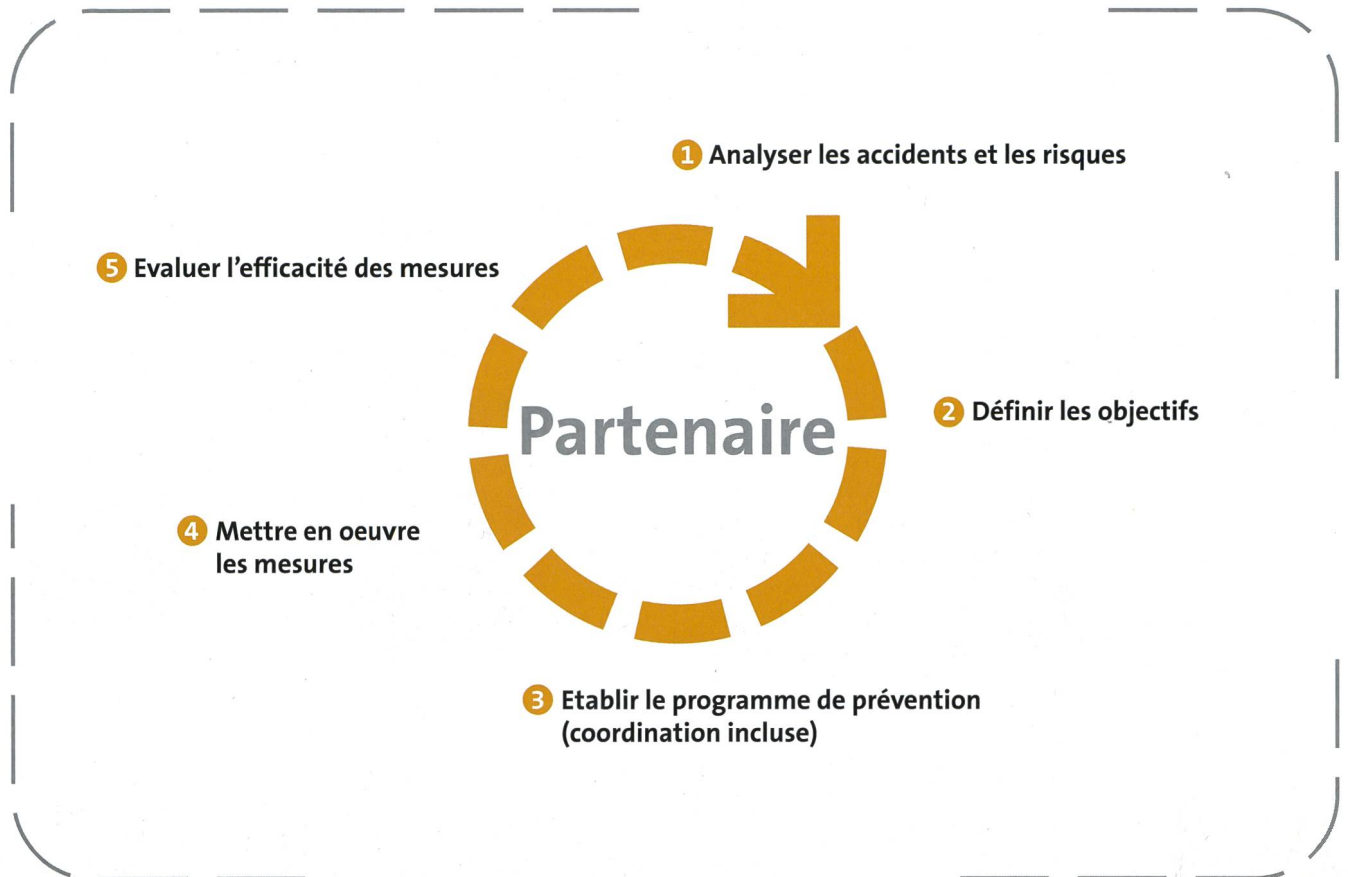
## Un processus éprouvé

En sa qualité de centre suisse de compétences pour la prévention des accidents, le bpa a pour mandat légal de prévenir les accidents non professionnels dans les domaines de la circulation routière, du sport, de l'habitat et des loisirs et de coordonner les efforts des différents acteurs de la prévention. Ce second aspect est pris très au sérieux. «Les mesures que nous proposons n'ont aucun caractère contraignant», précise Fränk Hofer. «Nos partenaires sont libres de les mettre ou non en œuvre. Naturellement, notre objectif n'est pas qu'elles soient rejetées. C'est pourquoi nous les développons avec des partenaires et les conseillons lors de la phase d'application.»

Chaque année, le bpa publie une foule de documents: brochures, rapports, safety tools, affiches, etc. Tous sont le résultat d'un même processus cyclique (cycle de prévention): analyser les accidents et les risques, définir les objectifs, établir le programme de prévention (coordination incluse), mettre en œuvre les mesures, évaluer leur efficacité, analyser à nouveau les accidents et les risques, etc. «Ce processus, employé dans les secteurs de la santé publique, a fait ses preuves. Nous le menons de concert avec des responsables d'organismes suisses et des praticiens. Nos produits doivent être aussi proches que possible de la réalité du terrain et y être applicables.»

## Par des praticiens

Sous la direction de Fränk Hofer, des collaborateurs du bpa travaillent actuellement à la réalisation d'un rapport scientifique traitant de la prévention des accidents auprès des enfants



dans les sports de neige, les sports de montagne, les sports aquatiques, le vélo et le football; des activités qui comptent un nombre élevé d'accidents, parfois mortels. Il y a quelques semaines, les premières étapes du processus ont été franchies: le profil épidémiologique et étiologique des accidents et des blessures des cinq activités sportives précitées a été dressé. Sur la base de ces données scientifiques, des groupes d'experts ont été constitués – voir l'exemple du football ci-dessus – et ont défini quels sont les facteurs de risques intrinsèques et extrinsèques déterminants de chacune des disciplines et quelles sont les solutions possibles pour éviter les accidents. «La présence de praticiens et de responsables de la formation est indispensable», indique Fränk Hofer. Dans le cas du football, une dizaine de facteurs de risques a été listée: cela va des capacités physiques des participants à leur comportement, en passant par la manière de s'entraîner, l'équipement et les infrastructures. «Ils ont ensuite répertorié les mesures existantes et celles susceptibles d'être améliorées ou développées.»

La parution de ce rapport scientifique consacré au sport est agendée à cet été. «C'est une étape importante, mais pas définitive du processus. Ce document s'adresse en effet aux politiques du sport: Office fédéral du sport, Swiss Olympic, Jeunesse+Sport, les différentes fédérations sportives, la Suva, les instituts de formation, etc. Et ce seront elles qui auront la tâche de mettre en oeuvre les mesures et de sensibiliser les différents multiplicateurs – arbitres, entraîneurs, enseignants d'éducation physique, parents, joueurs. Elles sont les véritables actrices de la prévention des accidents!»

### Multiplés mesures

Dans le milieu du football, des actions ont déjà cours en Suisse. Il y a le programme d'entraînement «11+» de la FIFA, la campagne «Prévention au football» de la Suva (voir encadré page 43), ainsi que le programme «cool and clean» de Swiss Olympic. A l'exception de ce dernier, ces mesures ne s'adressent toutefois pas aux enfants de moins de 16 ans, le groupe cible visé par le bpa. «Mais elles peuvent l'être», précise Fränk Hofer. «Les tournois à six chapeautés par la Suva sont par exemple une piste possible.»

Les «safety tools» sont un autre outil-clé du programme de prévention du bpa dans le milieu scolaire. Ils occupent d'ailleurs une place de choix dans le processus en cours. «Nous



Prêt à relever le défi?



## Éclaireur Parachutiste

La formation d'éclaireur parachutiste est l'une des plus passionnantes de l'Armée suisse.

Annonce-toi sur [www.sphair.ch](http://www.sphair.ch) et testes si tu as l'étoffe d'un éclaireur parachutiste.

Le délai d'inscription pour 2010 est fixé  
au 15 juillet 2010!



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Armée suisse  
Forces aériennes



# SPHAIR

sommes en train de les remanier: ces fiches didactiques paraîtront dans le courant de l'année sous une nouvelle identité visuelle et elles seront encore plus axées sur la pratique avec des objectifs éducatifs et des propositions pour structurer les cours.» Douze de ces safety tools sont prévus, dont un dédié au football.

### Un cycle sans fin

Les premiers effets du paquet de mesures en football devraient être observables dès 2011. Il sera alors temps de procéder à leur évaluation. «Cette étape se fera à nouveau en tenant compte de l'avis des experts et des multiplicateurs et devrait s'étaler sur deux ans», explique Fränk Hofer. «Nous analyserons ensuite la manière dont les mesures ont été réellement mises en œuvre et leur impact sur le

nombre d'accidents et de blessures.» La boucle ne sera pas pour autant bouclée. «C'est le propre d'un cycle! Au terme de ce premier tour de piste, qui aura duré trois à quatre ans, la situation aura changé. Une nouvelle analyse globale sera nécessaire et, sur la base de celle-ci, de nouvelles mesures seront proposées...» ■

Fränk Hofer est conseiller Sport au bpa.  
Contact: f.hofer@bfu.ch



### Le point

## Autoprotection et fair-play

Les accidents de football coûtent un demi-million de journées de travail et plus de 145 millions de francs par an aux assureurs. Pour inverser la tendance, SuvaLiv a mis en place une vaste campagne de prévention. Trois programmes portent déjà leurs fruits: «Le 11», «La sécurité durant les tournois à six» et le «Trophée du fair-play ASF/SuvaLiv». Heinz Wyss, responsable de la campagne de prévention contre les accidents du football à la Suva, dresse un bilan intermédiaire.

«mobile»: A qui sont destinés les programmes proposés dans le cadre de cette campagne? Heinz Wyss: «Le 11» et le «Trophée du fair-play» s'adressent surtout aux joueurs qui disputent les championnats de l'Association suisse de football (ASF), donc au football institutionnalisé. Dans ce contexte, les mesures proposées sont relayées par les entraîneurs: grâce au programme d'entraînement, ils peuvent influencer sur le potentiel physique des joueurs et, grâce à l'action en faveur du fair-play, sur leur comportement. Ce sont deux leviers totalement différents. Aussi entraîné qu'il soit, un joueur est toujours soumis à un risque extrêmement élevé de blessure s'il se fait tacler brutalement par derrière ou de côté.

Et qu'en est-il de l'opération «La sécurité durant les tournois à six»? Elle nous permet de toucher les joueurs qui ne sont pas licenciés, c'est-à-dire le football non organisé. Ce programme, c'est un peu le «championnat du monde des joueurs amateurs». SuvaLiv propose toute une série de prestations et de moyens d'action aux organisateurs des tournois à six. En contrepartie, ceux-ci s'engagent à appliquer les mesures de sécurité de la Suva pendant leurs tournois.

Il est par contre plus difficile d'appliquer un programme comme «Le 11» à ce public cible, car il exige une certaine régularité dans l'entraînement. Le fair-play, lui, joue un rôle particulièrement important dans les tournois à six, car il contribue à réduire de beaucoup les blessures.

Les effets positifs de la campagne peuvent-ils être mesurés? L'opération «La sécurité durant les tournois à six» a été lancée il y a 12 ans déjà. Depuis son introduction, les accidents ont fortement diminué: de 15 blessés pour mille, nous sommes passés à 3,3 pour mille. On a constaté que les fautes diminuaient quand le jeu était dirigé par des arbitres qualifiés. Nous incitons aussi les joueurs à bien s'échauffer et à porter des chaussures adaptées et des équipements de protection, comme des protège-tibias. Ces mesures, qui se complètent les unes les autres, contribuent à diminuer le nombre de blessures. Mais le rôle de l'arbitre reste, incontestablement, la mesure la plus efficace de toutes.

La Suva axe sa campagne de prévention sur les jeunes de plus de 16 ans et les adultes. Mais les mesures de sécurité proposées pour les tournois peuvent-elles aussi s'appliquer aux enfants? Les tournois qui réunissent des enfants sont à coup sûr moins dangereux que ceux qui se disputent entre adultes. Les enfants sont surtout animés par l'envie de jouer et ressentent moins le besoin d'évacuer leur agressivité sur le terrain en chargeant leurs adversaires, comme c'est parfois le cas chez les adultes. Néanmoins, dans une optique pédagogique, il est important de leur transmettre des notions de fair-play et d'autoprotection.

A combien estimez-vous le nombre de tournois qui seront organisés sous le patronage de la Suva en 2010? A 150 environ, auxquels on peut ajouter 50 tournois d'entreprise. L'année dernière, nous avons mobilisé 1200 équipes, soit plus 80 000 joueurs. Et recruté 2000 arbitres de l'ASF. Les tournois à six sont particulièrement populaires en Suisse alémanique. Seul un petit 10% des tournois organisés se dispute sur des terrains romands.

Est-ce que vous restez fidèle à votre formule de prévention qui combine fair-play et mesures d'autoprotection (échauffement et équipement)? Cette année, nous voulons faire un pas de plus en sensibilisant les gens aux méfaits de la consommation d'alcool avant et pendant les matches, une pratique qui influe négativement sur la performance et sur le contrôle de soi des joueurs. L'idée nous a été suggérée par différents groupes concernés. A vrai dire, cela fait un moment qu'on nous interpelle à ce sujet. Nous n'envisageons toutefois pas d'interdire la bière dans les tournois à six, mais souhaitons simplement circonscrire sa consommation à la phase d'après-match. Cette année, nous allons lancer pour la première fois une campagne d'affichage dans ce sens.

Prévoyez-vous de prendre d'autres mesures dans un proche avenir? Nous envisageons d'étendre nos activités de prévention à d'autres sports de balle, notamment au handball, au volley, au basket et à l'uni-hockey. Nous avons d'ailleurs prévu de développer pour 2011 un programme commun à toutes les fédérations concernées, ASF comprise.

Heinz Wyss est responsable de la campagne  
«Prévention au football» à la Suva.  
Contact: heinz.wyss@suva.ch