

Wolfhausen, 07.02.2017

Chers Mesdames et messieurs

Nos statistiques sur les accidents non professionnels de 2016 montre que les accidents de ski sont en 4ème position d'accidents signalés dans les loisirs. Cela nous amène au fait que nous avons sur les planches, mais sûrement BFU thème «Vive la glisse, mais en sécurité!» pour cette période de vacances de ski. La campagne d'affichage lancée pour attirer l'attention sur l'examen du ski et de snowboard matériel, l'équipement, et sur le comportement sur les pistes.

## **Vive la glisse, mais en sécurité!**

### **Contrôlez votre matériel avant chaque saison**

Chaque année, faites régler les fixations de vos skis par un spécialiste. Bien réglées, elles se déclenchent au bon moment, ce qui permet d'éviter des blessures à la partie inférieure des jambes et aux chevilles. Optez pour un magasin de sport disposant d'un appareil de réglage. Apportez vos chaussures de ski pour le contrôle des fixations et indiquez correctement votre taille, poids, âge, type de skieur. Vous trouverez la liste des magasins disposant d'un appareil de réglage sur [www.bpa.ch](http://www.bpa.ch). Faites aussi régulièrement affûter les carres.

### **Protégez-vous avec l'équipement adéquat**

A ski ou à snowboard, portez toujours un casque de sports de neige. Il doit être bien adapté à votre tête, ne pas bouger ou serrer, même avec des lunettes. Essayez-le avant de l'acheter. Nous recommandons aux snowboarders de porter des protège-poignets.

### **Respectez les autres et adaptez votre vitesse**

Familiarisez-vous avec les règles de la FIS. En les respectant, vous contribuez à améliorer la sécurité sur les pistes. De plus, selon la jurisprudence, elles sont contraignantes. Les principales règles sont les suivantes: respectez les autres, et adaptez votre vitesse et votre comportement à vos capacités et aux conditions. Stationnez au bord de la piste ou aux endroits avec une bonne visibilité.



Si vous avez des questions, s'il vous plaît ne pas hésiter à me contacter. Vous trouverez également une documentation sur la page bfu: <http://www.bfu.ch/fr/conseils/pr%c3%a9vention-des-accidents/sport-et-activit%c3%a9-physique>.

Je vous souhaite un hiver en sécurité et avoir le plaisir du ski et du snowboard.

Cordialement

Daniel Zehnder

Système de gestion