

Sécurité bien dosée, une question d'équilibre!

Document de référence

Adopté par la Table sur le mode de vie physiquement actif (TMVPA)

24 octobre 2018

Joanie Trudel, ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MEES)
Émilie Belley-Ranger, MEES
Brian Morin, MEES
Pierre Patry, ministère de la Santé et des Services sociaux

Avec la collaboration du Comité « Sécurité bien dosée »,
de la Table sur le mode de vie physiquement actif (TMVPA)
et de Benoit Tremblay, MEES

Table des matières

Liste des membres du Comité « Sécurité bien dosée »	3
Messages clés	4
Introduction	5
Concepts	5
Le danger, le risque et la prise de risque	5
La sécurité	6
La prévention	7
Les notions de responsabilité civile et de risque acceptable	7
Principes directeurs et continuum d'intervention	9
Définition d'une sécurité bien dosée	9
Principes d'une sécurité bien dosée	10
Exemples et outils	10
Outil d'analyse de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ)	10
Exemple d'application de l'approche préventive	12
Annexe	16

Liste des membres du Comité « Sécurité bien dosée »

- Mégalie Bebronne, Vélo Québec
- Émilie Belley-Ranger, Direction de la promotion de la sécurité, ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur
- Alain Deschamps, SPORTSQUÉBEC
- Maude Gingras, Direction du sport, du loisir et de l'activité physique, ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur
- Eve Joseph, ministère des Affaires municipales et de l'Aménagement du territoire
- Isabelle Lizée, Carrefour action municipale et famille
- Véronique Marchand, Fédération des éducateurs et éducatrices physiques enseignants du Québec
- Sylvie Nault, Association québécoise des centres de la petite enfance
- Pierre Patry, ministère de la Santé et des Services sociaux, responsable du comité
- Jeanne Robin, Vivre en Ville
- Gustave Roel, Réseau du sport étudiant du Québec
- Diane Théberge, Société de sauvetage
- Luc Toupin, Association québécoise du loisir public
- Joanie Trudel, Direction de la promotion de la sécurité, ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur
- Sonia Vaillancourt, Conseil québécois du loisir

Messages clés

Sécurité bien dosée, une question d'équilibre

La sécurité bien dosée signifie de permettre une prise de risque acceptable¹ et bénéfique au développement de la personne en mettant en place un cadre sécuritaire qui tient compte à la fois de l'environnement physique, de l'équipement personnel, de l'encadrement ainsi que du comportement et de l'attitude des personnes.

LA SÉCURITÉ, COMPLÉMENTAIRE À LA PROMOTION DU MODE DE VIE PHYSIQUEMENT ACTIF

- La sécurité est **indissociable, essentielle et complémentaire** à la promotion d'un mode de vie physiquement actif.
- Pour que les bienfaits de la pratique d'activités physiques soient optimisés et maintenus, celle-ci doit être faite d'une manière saine et sécuritaire.
- La sécurité vise le **contrôle** des dangers et les conditions de manière à préserver la santé et le bien-être des individus et de la communauté.
- Attention à la **surprotection, qui peut constituer un frein à la pratique d'activités physiques.**

LES RISQUES

- La prise de risque acceptable **permet d'apprendre à évaluer les dangers** et ses capacités, à tester ses limites et à faire des choix éclairés.
- Par une prise de risque acceptable, les enfants **apprennent à développer les capacités et les habiletés requises pour assurer leur propre sécurité.**
- L'élimination complète des blessures ou l'atteinte du « **risque zéro** » est impossible.

LES MESURES PRÉVENTIVES

- Rendre une activité ou un jeu sécuritaire signifie de mettre en œuvre des **moyens raisonnables** dans le but d'éviter des incidents malheureux.
- Les mesures préventives raisonnables tiennent compte des **risques inhérents à l'activité en l'absence de négligence.**
- Les mesures préventives doivent tenir compte de plusieurs variables telles que l'âge, le lieu, l'activité, les infrastructures ou les normes en vigueur, etc.

¹ Risque jugé suffisamment faible pour ne pas nécessiter de mesure de contrôle supplémentaire - Institut national de santé publique du Québec. La gestion des risques en santé publique au Québec : cadre de référence, 2016.

Introduction

L'adoption et le maintien d'un mode de vie physiquement actif par les Québécois sont au cœur des travaux de la Table sur le mode de vie physiquement actif (TMVPA). Or, si l'on veut optimiser et maintenir les bienfaits de la pratique d'activités physiques, celle-ci doit être effectuée d'une manière saine et sécuritaire. Il faut toutefois éviter de tomber dans la surprotection, qui peut constituer un frein à la pratique d'activités physiques et ainsi avoir des impacts négatifs sur la santé².

Ce document s'adresse aux membres de la TMVPA. Il vise à bâtir une vision commune de la sécurité et à présenter des outils permettant de cibler des interventions sécuritaires, raisonnables et optimales pour le développement des individus et des collectivités. Cela déterminera les principes d'une sécurité bien dosée.

Concepts

Le danger, le risque et la prise de risque

Le danger représente toute source susceptible d'entraîner des dommages (blessures physiques ou atteinte à la santé) ou des conséquences négatives (ex. : hospitalisation, incapacité) pour l'humain. Par exemple, il pourrait s'agir de bouts de métal ou de vis qui dépassent de la plate-forme d'un jeu modulaire, d'un lac semi-gelé ou d'un plancher glissant. Quant au risque, il peut être défini comme la probabilité qu'une personne subisse un dommage ou des conséquences négatives pour sa santé à la suite de la présence de conditions déterminées (exposition à un événement, à une situation ou à un agent dangereux). « Plus succinctement, pour articuler les deux notions, le risque est la possibilité qu'un danger s'actualise³ ».

« Le risque peut être qualifié par son niveau (faible, moyen ou élevé) qui traduit son importance. Ce niveau est estimé au moyen de deux dimensions, soit : l'importance des conséquences et la probabilité d'observer ces conséquences⁴ ». Il est important de rappeler que le risque nul n'existe pas puisque « une part d'imprévisible trame en permanence toute existence⁵ ».

La prise de risque s'explique « comme une action à la suite d'une décision, un choix de l'individu en faisant face au danger et dont la finalité des actions et gestes est incertaine quant à sa réussite »⁶. Il convient de préciser que cette définition est extraite d'une étude portant sur les adolescents et les jeunes adultes. Dans le cas d'un enfant, le danger peut être une situation qu'il n'est pas en mesure d'envisager en raison de son développement⁷. La prise de risque acceptable permet d'apprendre à évaluer les dangers et ses capacités, à tester ses limites et à faire des choix éclairés. Cela est bénéfique notamment pour découvrir ses ressources personnelles, développer ses compétences, et acquérir de la confiance et de l'autonomie⁸.

² ParticipACTION, 2015, Garder les enfants à l'intérieur : un plus grand risque : bulletin de l'activité physique chez les jeunes de ParticipACTION, Toronto.

³ Kouabenan, Cadet, Hermand et Munõz Sastre, 2006, Psychologie du risque, Identifier, évaluer, prévenir, p. 24.

⁴ Institut national de santé publique du Québec. La gestion des risques en santé publique au Québec : cadre de référence, 2016.

⁵ Le Breton, David, 2013, 3^e édition, Conduites à risque.

⁶ Belley-Ranger, Émilie, 2013, Mémoire présenté dans le cadre de la Maîtrise en loisir, culture et tourisme, les analyses de trajectoires des dimensions de la prise de risque en loisir en fonction de l'âge chez les adolescents et les hommes entre 14 et 24 ans, p. 58.

⁷ Moore, R., et collab., 1987, Play for all guidelines : planning, design and management of outdoor play settings for all children : workbook, Berkeley, CA, 265 p.

⁸ Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, TMVPA, 2017, À nous de jouer, Jeu actif et jeu libre pour le développement de l'enfant, p. 17.

Brussoni et ses collègues soutiennent même que pour assurer la sécurité des enfants, cela implique de les laisser prendre et gérer les risques, puisqu'ils apprennent de cette façon à développer les capacités et habiletés requises pour assurer leur propre sécurité⁹⁻¹⁰.

La sécurité

L'Organisation mondiale de la Santé définit la sécurité comme « un état où les dangers, et les conditions pouvant provoquer des dommages d'ordre physique, psychologique ou matériel, sont contrôlés de manière à préserver la santé et le bien-être des individus et de la communauté¹¹ ».

La sécurité ne doit pas être définie en termes d'absence totale de danger. À la rigueur, cela peut même être hasardeux selon Maslow¹² puisqu'un certain niveau de danger favorise un état de vigilance pouvant avoir un effet protecteur. Également, l'exposition à certains dangers est nécessaire aux différents apprentissages de l'être humain. L'exposition à des **dangers mineurs** nous procure une certaine immunité pour nous défendre contre des dangers potentiellement plus importants. La sécurité ne suppose donc pas l'élimination de tous les dangers, mais plutôt leur contrôle de manière à préserver la santé et le bien-être des individus et de la communauté¹³.

Il est important de rappeler que la sécurité comporte deux dimensions¹⁴ :

- une **dimension objective**, appréciée en fonction de paramètres comportementaux et environnementaux (ex. : état du parc et des équipements, traverse pour piétons bien aménagée, respect du Code de la route et de la signalisation);
- une **dimension subjective** appréciée en fonction du sentiment de sécurité ou d'insécurité d'un individu ou d'une collectivité (ex. : peur des parents de laisser les enfants fréquenter un parc seuls ou de les laisser marcher pour aller à l'école).

Les préoccupations parentales sont principalement de deux ordres, soit l'environnement social (ex. : la peur des étrangers) ou l'environnement physique (ex. : la sécurité routière et la qualité des installations)¹⁵. Un arrimage est à faire entre l'importance que les parents accordent au jeu libre et actif et les préoccupations à propos de la sécurité de leurs enfants¹⁶.

Les dimensions objective et subjective s'influencent mutuellement de façon positive ou négative. Par exemple, le fait de rendre un équipement protecteur obligatoire peut susciter des réactions différentes chez les pratiquants et les parents. Certains se sentiront plus en sécurité avec cet équipement, et même prendront des risques plus importants en raison de ce sentiment, alors que d'autres deviendront plus craintifs, étant davantage conscientisés aux dangers qui ont conduit à la décision de rendre obligatoire le port de l'équipement en question.

⁹ Brussoni, Olsen, Pike and Sleet, 2012, Risky Play and Children's Safety: Balancing Priorities for Optimal Child Development, p. 3140.

¹⁰ Brussoni *et al.*, 2014, Can child injury prevention include healthy risk promotion? p. 3.

¹¹ Maurice *et al.*, 1998, Sécurité et promotion de la sécurité, Aspects conceptuels et opérationnels.

¹² Maslow, A. H., 1968, Toward a Psychology of Being. Van Nostrand, New York.

¹³ Maurice *et al.*, 1998, Sécurité et promotion de la sécurité, Aspects conceptuels et opérationnels.

¹⁴ Ibidem

¹⁵ Belley-Ranger, Émilie, 2017, Les préoccupations parentales en tant qu'obstacles à la pratique de l'activité physique chez les enfants et adolescents, Observatoire québécois du loisir, volume 14, numéro 7.

¹⁶ Chabot et Dionne, 2017, Les préoccupations parentales concernant le jeu actif de 3 à 12 ans à l'extérieur.

La prévention

Selon l'Association des facultés de médecine du Canada (AFMC), la prévention « désigne les mesures prises pour réduire les dangers futurs pour la santé et ainsi inhiber les facteurs de manifestation (environnementaux, économiques, sociaux, comportementaux, culturels) qui augmentent les risques d'être atteint d'une maladie¹⁷ ». Le concept de maladie peut être pris au sens large pour inclure la prévention des blessures.

Les mesures préventives peuvent être classées en deux catégories selon l'intensité de l'effort requis pour les appliquer : les mesures actives et les mesures passives. La **mesure de prévention active** exige une action concrète de la part d'un individu chaque fois qu'elle doit être appliquée, tandis que la **mesure de prévention passive** ne requiert aucune action de la part d'un individu une fois qu'elle est implantée. Par exemple, lorsque des enfants jouent dans un parc, la surveillance d'un adulte est une mesure active parce qu'elle fait appel à l'intervention d'un individu pour assurer la protection de l'enfant; alors que la présence d'une surface de protection amortissante adéquate autour d'une structure de jeu est une mesure de prévention passive puisqu'elle ne nécessite pas l'intervention d'un individu pour assurer la protection de l'enfant^{18, 19}.

Les notions de responsabilité civile et de risque acceptable

Un des éléments incontournables lorsque l'on détermine des mesures préventives est la notion de responsabilité civile. Tous les intervenants des milieux de l'éducation, du travail, municipal, communautaire et associatif ainsi que des services éducatifs à l'enfance ont un devoir de prévisibilité, soit de prendre des moyens raisonnables pour éviter d'exposer les individus à des dangers qu'ils ne peuvent prévoir. On ne peut toutefois exiger qu'aucun accident ne survienne puisque ce serait alors imposer une obligation de résultat.

La faute d'imprudence ou de négligence consiste à avoir posé ou omis de poser un acte dont on pouvait prévoir les conséquences dommageables, d'après l'expérience d'une personne normale. Cette « personne normale, sera, dans le cas d'un éducateur physique, par exemple, un autre éducateur physique raisonnable et prudent, placé dans les mêmes circonstances²⁰ ».

Ainsi, un risque inhérent à la pratique de l'activité constitue un risque ordinaire, normalement prévisible, raisonnable, qui représente un danger usuel de l'activité pratiquée²¹. Par exemple, le risque de chute est un danger usuel lors de la pratique du vélo. **Rendre une activité ou un jeu sécuritaire ne signifie pas de l'aseptiser ou de le dénaturer, mais plutôt de mettre en oeuvre des moyens raisonnables pour que ne survienne pas un incident malheureux qui aurait pu être évité.**

¹⁷ Association des facultés de médecine du Canada (AFMC), 2015, La théorie : réfléchir à la santé, Chapitre 4.

¹⁸ Tremblay, Benoit, 2016, chapitre 12 : La prévention des traumatismes d'origine récréative et sportive, Aménager des espaces favorables au loisir, au sport et au tourisme : perspectives, théoriques, pragmatiques et réglementaires, Miaux et Roult (dir.), Québec, Presses de l'Université du Québec. p. 309-310.

¹⁹ Les mesures passives sont habituellement plus efficaces que les mesures actives parce qu'une fois en place, elles protègent tous les individus peu importe leur âge, leur sexe et leur niveau socio-économique.

²⁰ Lajoie et Gadoury, 1995, Activités physiques, sports et loisir, la responsabilité civile p. 19-20.

²¹ *Idem*, p. 51.

L'approche préventive²²

Les incidents à l'origine des blessures sont fréquemment le résultat d'une combinaison de facteurs sur lesquels il est possible d'agir. Les actions visant à les prévenir ou à en réduire la gravité des blessures doivent idéalement être des stratégies mixtes ciblant, autant que possible, l'environnement physique, l'équipement personnel, l'encadrement ainsi que les comportements et l'attitude des participants. L'exploration de ces quatre domaines²³ permettra de relever rapidement les forces et les faiblesses d'une situation réelle ou potentielle et de distinguer les actions les plus efficaces et les mieux adaptées à celle-ci.

Domaine stratégique	Description
Environnement physique	Regroupe notamment les éléments naturels, les bâtiments, les installations, les aires de jeu, l'équipement collectif ainsi que l'aménagement, l'entretien et la gestion des lieux, le respect des normes en vigueur (ex. : norme sur les aires et équipements de jeu ²⁴)
Équipement personnel	Concerne principalement le port des équipements protecteurs au regard des normes en vigueur (ex. : port du casque dans les parcs à neige ou port du VFI) et l'utilisation d'équipements de vêtements adaptés et de chaussures appropriées
Encadrement	<ul style="list-style-type: none">• Concerne la présence et les compétences des divers intervenants (enseignants, éducateurs, entraîneurs, moniteurs, secouristes, etc.) et leur capacité d'enseigner les techniques et de transmettre et appliquer les principes de sécurité et d'intégrité;• Regroupe les règles de jeu, les consignes de sécurité, les directives, etc.
Comportement et attitude du participant	Rassemblent les éléments portant sur les conditions préalables à l'activité, le respect des capacités physiques, le respect des règles de jeu ou des consignes de sécurité, l'esprit sportif, l'adoption de comportements sécuritaires, etc.

Cette approche, qui vise à réduire le risque de blessures, devrait avoir pour effet de renforcer le sentiment de sécurité des adultes, par exemple les parents de jeunes enfants, et les enfants eux-mêmes. Ainsi, les enfants bénéficieront sans doute d'une plus grande latitude pour bouger, jouer et se développer pleinement.

Il est primordial de se rappeler que chaque situation est unique et mérite une analyse particulière de ses différentes variables. Une structure de jeux située dans un parc ne présente pas le même potentiel de dangerosité qu'un sentier non protégé aux abords d'une rivière agitée. Même si ces deux situations

²² Goulet, Claude 2014, *La prévention des traumatismes adaptée aux activités récréatives et sportives : définitions, concepts et stratégies d'intervention*, [Ressource électronique], Québec, Secrétariat au loisir et au sport, 29 p. [<http://www.education.gouv.qc.ca/referencess/publications/resultats-de-la-recherche/detail/article/la-prevention-des-traumatismes-adaptee-aux-activites-recreatives-et-sportives-definicions-c/>] (14 août 2015).

²³ Ce modèle a été développé par la Régie de la sécurité dans les sports et est adapté par la Direction de la promotion de la sécurité du ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur.

²⁴ Association canadienne de normalisation (CSA). Janvier 2015. Aires et équipements de jeu. CAN/CSA-Z614-14. 179 pages.

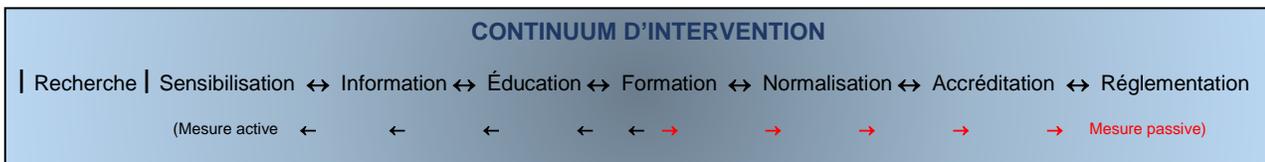
nécessitent des actions pour assurer la sécurité des utilisateurs, la gravité des blessures potentielles doit être considérée dans le choix des mesures de prévention.

Principes directeurs et continuum d'intervention

Autant que possible, les mesures sélectionnées doivent respecter les principes directeurs suivants :

- être les mieux adaptées en fonction du problème et du contexte;
- ne pas dénaturer l'activité de loisir ou de sport;
- représenter une possibilité d'intervention concrète ayant un potentiel d'efficacité reconnu;
- interpeler les partenaires aptes à maximiser l'effet des actions;
- être rentables sur le plan socioéconomique.

Simultanément, il faut déterminer quelle forme du continuum d'intervention aura chacune des mesures. Ce continuum, d'abord développé par la Régie de la sécurité dans les sports, a été adapté par la Direction de la promotion de la sécurité (Secteur du loisir et du sport) du MEES. La prochaine figure présente un continuum d'interventions allant de la sensibilisation à la réglementation. Les interventions de



sensibilisation sont associées aux mesures actives et les interventions de réglementation aux mesures passives. Nous suggérons d'adopter une stratégie mixte d'interventions permettant d'agir sur plusieurs cibles à la fois.

Les définitions des interventions du continuum sont présentées en annexe.

Définition d'une sécurité bien dosée

Bien qu'il n'existe pas dans la littérature scientifique une définition de la sécurité bien dosée, il convient, dans l'exercice du mandat de la TMVPA, de définir cette expression au regard des concepts et des principes qui ont été énoncés précédemment :

La sécurité bien dosée signifie de permettre une prise de risque acceptable²⁵ et bénéfique au développement de la personne en mettant en place un cadre sécuritaire qui tient compte à la fois de l'environnement physique, de l'équipement personnel, de l'encadrement ainsi que du comportement et de l'attitude des personnes.

²⁵ Risque jugé suffisamment faible pour ne pas nécessiter de mesure de contrôle supplémentaire - Institut national de santé publique du Québec. La gestion des risques en santé publique au Québec : cadre de référence, 2016.

Principes d'une sécurité bien dosée

L'établissement d'un cadre sécuritaire raisonnable et bien adapté à la situation doit être perçu comme un moyen visant à maintenir ou accroître le bien-être et la santé des gens plutôt qu'un frein à la pratique d'une activité. Voici quelques éléments clés à retenir :

- ✓ La sécurité est un volet indissociable, essentiel et complémentaire à la promotion de toutes activités visant un mode de vie actif;
- ✓ Il faut considérer autant les paramètres observables (dimension objective) que le sentiment de sécurité des individus (dimension subjective) pour la mise en place d'environnements propices à l'activité physique;
- ✓ Les nombreuses variables d'une situation (âge des pratiquants, lieu, nature de l'activité, infrastructures, normes, etc.) doivent être prises en compte lors de la détermination des mesures préventives appropriées;
- ✓ Les mesures préventives mises en place sont considérées comme raisonnables dans la mesure où elles considèrent les risques inhérents à l'activité et qu'il n'y a pas négligence ou imprudence évidente;
- ✓ Les mesures préventives sélectionnées ne doivent pas créer d'effets pervers tels que freiner la pratique d'une activité, créer un autre problème ou inciter une personne à une prise de risque inutile due notamment à un faux sentiment de sécurité;
- ✓ L'élimination complète des blessures ou l'atteinte du « risque zéro » est impossible.

Exemples et outils

Outil d'analyse de l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ)²⁶

Développé par l'Institut national de santé publique du Québec, le cadre d'analyse ci-dessous permet de considérer une problématique donnée selon les deux dimensions de la sécurité et d'identifier les types d'actions à mettre en œuvre selon la prise en compte de la sécurité objective et subjective. En effet, le fait d'envisager à la fois la sécurité objective et la sécurité subjective permet de classer un individu, un groupe, voire la norme sociale relative à un type d'activité physique dans une des quatre catégories et, ultimement, de déterminer le type d'intervention approprié.

La figure ci-dessous présente, dans un premier temps, les quatre catégories possibles :

- A. Il se sent en sécurité et il n'y a pas de danger objectif;
- B. Il se sent en sécurité même s'il y a présence de dangers objectifs;
- C. Il ne se sent pas en sécurité même s'il y a absence de danger objectif;
- D. Il ne se sent pas en sécurité et il y a présence de dangers objectifs.

Soulignons que la situation idéale correspond à la catégorie A, alors que la pire situation correspond à la catégorie D. Par ailleurs, pour chacune des catégories, on donne le type d'intervention approprié même pour celles où il y a absence de danger (catégories A et C).

²⁶ Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), Colloque du ministère de la Sécurité publique – Novembre 2001.

LES DEUX DIMENSIONS DE LA SÉCURITÉ

**Dimensions
Objective
(sécurité réelle)**

		+ Absence de danger	- Présence de danger
Subjective (sécurité perçue)	+ Sentiment de sécurité	A ☞ Sentiment de sécurité ☞ Absence de danger	B ☞ Sentiment de sécurité ☞ Présence de danger
	- Sentiment d'insécurité	C ☞ Sentiment d'insécurité ☞ Absence de danger	D ☞ Sentiment d'insécurité ☞ Présence de danger

Type d'intervention

(Le type d'intervention choisi devra tenir compte de la catégorie obtenue)

		+	-
+		A ☞ Maintenir les efforts	B ☞ Informer de la présence des dangers ☞ Éliminer les dangers
	-	C ☞ Discuter ☞ Informer	D ☞ Éliminer les dangers ☞ Soutenir

Exemple d'application du cadre d'analyse de l'INSPQ

Dans deux écoles primaires de la région de Québec, une étude exploratoire a été menée dans le but de vérifier si l'aménagement en périphérie de chaque école était sécuritaire²⁷. Les parents des écoles concernées, lorsqu'ils ont été questionnés, ont mentionné que les rues avoisinantes des écoles ne sont pas sécuritaires pour leurs enfants lorsque ces derniers se déplacent à vélo ou à pied. Les représentants de la Ville, eux, estiment qu'il n'y a pas de problème de sécurité autour des écoles pour les déplacements à vélo ou à pied.

Selon le cadre d'analyse suggéré, si les parents ont un sentiment d'insécurité malgré l'absence de danger, ils se situent dans la catégorie C. Dans ce cas, un type d'intervention consisterait à les rencontrer pour comprendre leur perception et, le cas échéant, leur proposer des mesures pour atténuer les effets potentiellement négatifs de ce sentiment d'insécurité.

²⁷ Deschênes, La limitation de la vitesse à 30 km/h dans les zones scolaires d'un arrondissement de la Ville de Québec : Étude de cas. Département de médecine sociale et préventive. Faculté de médecine et préventive. Faculté des sciences infirmières. Université Laval. Québec. 2016

Il est également possible qu'un danger ait échappé aux représentants de la Ville. Dans ce cas, on se situe dans la catégorie D de l'outil d'analyse. En discutant avec les parents, les représentants de la Ville pourront identifier ce danger et trouver les mesures adéquates pour l'éliminer et soutenir les parents.

La communication entre les parties est toujours une voie à privilégier puisqu'elle est sous-jacente à l'identification juste des problèmes.

Exemple d'application de l'approche préventive

Depuis plusieurs années, la course à pied suscite un engouement certain de la part des Québécois. Or, les principales blessures subies lors de cette activité sont liées aux articulations. Pour prévenir ces blessures, voici un exemple d'actions en fonction des quatre domaines stratégiques d'intervention :

Problème —> Blessures aux articulations subies lors de la pratique de la course à pied

Environnement physique : choisir un parcours suffisamment éclairé ou adapter sa course en fonction du terrain (route ou forêt)

Équipement personnel : porter des chaussures appropriées pour la course

Encadrement : recourir aux services d'un professionnel pour utiliser une bonne technique de course

Comportements et attitudes : respecter ses capacités et ses limites, s'échauffer avant un entraînement, s'entraîner de façon progressive, etc.

Selon les principes directeurs et le continuum d'intervention, une stratégie devra être établie (ex. : campagne d'information sur le port de chaussures adaptées à la course à pied ou atelier sur les techniques de course donné par un professionnel).

Analyse des risques à partir d'une matrice inspirée de celle de Haddon

La Matrice de Haddon est un outil utilisé en prévention des blessures puisqu'elle permet une évaluation des quatre domaines stratégiques qui pourrait être à l'origine d'une blessure au regard de la dimension temporelle de l'événement, soit avant, pendant et après l'événement qui conduit au traumatisme. Ainsi, l'identification des facteurs en cause permet d'orienter les actions dans le but de :

- 1) prévenir l'événement à l'origine du traumatisme, soit avant;
- 2) réduire la gravité du traumatisme lorsque l'événement se produit, soit pendant;
- 3) minimiser les conséquences des traumatismes, soit après l'événement.

Les facteurs de l'événement qui seront évalués sont liés aux domaines stratégiques. Ces quatre facteurs servent à préciser l'aspect de l'intervention sur lequel on peut agir. « Ainsi, des actions préventives pourront viser les comportements humains, d'autres tenteront d'implanter de nouvelles technologies pour prévenir le dégagement d'énergie (comme un équipement protecteur), certaines viendront préciser des actions à effectuer sur l'environnement de pratique (état des surfaces de jeu) et, finalement, offrir un certain niveau d'encadrement »²⁸.

²⁸ Tremblay, Benoit, 2016, chapitre 12 : La prévention des traumatismes d'origine récréative et sportive, dans Aménager des espaces favorables au loisir, au sport et au tourisme : perspectives, théoriques, pragmatiques et réglementaires, Miaux et Roullet (dir.), Québec, Presses de l'Université du Québec. p. 306.

Le but de l'exercice est de faire une analyse complète des facteurs de risque et non pas de s'assurer que l'information figure dans la bonne case. Le contenu se trouvant dans chacune des cases du schéma représente les principaux éléments à considérer lors de l'analyse.

Il est à noter que la grille présentée relève des éléments plus généraux et n'est pas exhaustive. Chaque situation est unique et doit être analysée.

Matrice inspirée par celle de Haddon
(exemple d'application dans un terrain de jeu)

<i>Facteurs de risque</i>	Environnement physique	Équipement personnel	Encadrement	Comportements et attitudes
AVANT L'ÉVÉNEMENT	<ul style="list-style-type: none"> - Espace libre autour du terrain de jeu - Dimensions du terrain de jeu - Type de surface et d'entretien - Température ou météo - Équipements collectifs - Trousse de premiers soins - Éclairage 	<ul style="list-style-type: none"> - Équipement requis - Type de chaussures - Vêtements - Consignes particulières (bijoux, poche vide, etc.) - Respect des normes en vigueur 	<ul style="list-style-type: none"> - Enseignement d'habiletés techniques et comportementales - Règles de jeu - Capacité d'accueil du terrain de jeu - Équilibre des équipes - Supervision - Arbitrage 	<ul style="list-style-type: none"> - Esprit sportif - Respect des règles - Aptitudes techniques - Expérience - Déclaration des problèmes de santé - Absence de consommation d'alcool ou de drogue
PENDANT L'ÉVÉNEMENT	<ul style="list-style-type: none"> - Accès au téléphone - Lieu désigné pour les premiers soins - État de la surface de jeu 	<ul style="list-style-type: none"> - État et ajustement des équipements de protection 	<ul style="list-style-type: none"> - Premiers secours - Mesures d'urgence - Intervention auprès du groupe 	<ul style="list-style-type: none"> - Port de l'équipement de protection - Respect des règles de sécurité - Respect des règles de jeu - Respect de l'éthique
APRÈS L'ÉVÉNEMENT	<ul style="list-style-type: none"> - Rangement - Rapport de défectuosité 	<ul style="list-style-type: none"> - Évaluation de l'équipement 	<ul style="list-style-type: none"> - Retrait du jeu - Qualité et rapidité des soins - Transport vers l'hôpital - Rapport d'accident - Suivi après l'accident 	<ul style="list-style-type: none"> - Capacité de récupération - Retour au jeu

Références

Association des facultés de médecine du Canada (AFMC), 2015, La théorie : réfléchir à la santé

Belley-Ranger, Émilie, 2017, Les préoccupations parentales en tant qu'obstacles à la pratique de l'activité physique chez les enfants et adolescents, Observatoire québécois du loisir, volume 14, numéro 7

Belley-Ranger, Émilie, 2013, Mémoire présenté dans le cadre de la maîtrise en loisir, culture et tourisme, les analyses de trajectoires des dimensions de la prise de risque en loisir en fonction de l'âge chez les adolescents et les hommes entre 14 et 24 ans. Trois-Rivières : Université du Québec à Trois-Rivières

Brussoni *et al.*, 2014, Can child injury prevention include healthy risk promotion? p. 3

Brussoni, Olsen, Pike and Sleet, 2012, Risky Play and Children's Safety: Balancing Priorities for Optimal Child Development, p. 3140

Centre Collaborateur OMS du Québec pour la promotion de la sécurité et la prévention des traumatismes, WHO Collaborating Centre on Community Safety Promotion, Karolinska Institute, Suède, Organisation mondiale de la Santé. (1998), Sécurité et promotion de la sécurité : Aspects conceptuels et opérationnels

Chabot et Dionne, 2017, Les préoccupations parentales concernant le jeu actif de 3 à 12 ans à l'extérieur

Deschênes, La limitation de la vitesse à 30 km/h dans les zones scolaires d'un arrondissement de la Ville de Québec : Étude de cas. Département de médecine sociale et préventive. Faculté de médecine et préventive. Faculté des sciences infirmières. Université Laval. Québec. 2016

Ferland, Francine, 2012, Viens jouer dehors!, Pour le plaisir et la santé

Goulet, Claude, 2014, La prévention des traumatismes adaptée aux activités récréatives et sportives : définitions, concepts et stratégies d'intervention, [Ressource électronique], Québec, Secrétariat au loisir et au sport, 29 p.
[http://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/SLS/promotion_securite/PrevTraumatismes.pdf] (23 janvier 2018)

Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), 2001, Colloque ministère de la Sécurité publique – Novembre 2001.

Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), 2016, La gestion des risques en santé publique au Québec [Ressource électronique],
[https://www.inspq.qc.ca/pdf/publications/2106_gestion_risques_sante_publique.pdf] (13 décembre 2017)

Kouabenan, Cadet, Hermand et Muñoz Sastre, 2006, Psychologie du risque, Identifier, évaluer, prévenir

Lajoie et Gadoury, 1995, Activités physiques, sports et loisir, la responsabilité civile

Le Breton, David, 2013, 3^e édition, Conduites à risque

Maslow, A.H., 1968, *Toward a Psychology of Being*. Van Nostrand, New York

Maurice *et al.*, 1998, *Sécurité et promotion de la sécurité, Aspects conceptuels et opérationnels*

Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, TMVPA, 2017, *À nous de jouer, Jeu actif et jeu libre pour le développement de l'enfant*

Moore, R., et collab., 1987, *Play for all guidelines: planning, design and management of outdoor play settings for all children : workbook*, Berkeley, CA, 265 p.

ParticipACTION, 2015, *Garder les enfants à l'intérieur : un plus grand risque : bulletin de l'activité physique chez les jeunes de ParticipACTION*, Toronto

Tremblay, Benoit, 2016, chapitre 12 : *La prévention des traumatismes d'origine récréative et sportive*, in *Aménager des espaces favorables au loisir, au sport et au tourisme : perspectives, théoriques, pragmatiques et règlementaires*, Miaux et Rault (dir.), Québec, Presses de l'Université du Québec. 346 p.

La sensibilisation et l'information

La sensibilisation et l'information sont quelques-unes des finalités des activités de recherche visant l'amélioration des connaissances. Les renseignements diffusés au public en général ou transmis à la suite de demandes particulières doivent être présentés de façon à répondre aux besoins et aux attentes, en plus d'inciter les groupes visés à adhérer aux objectifs généraux.

Ces stratégies d'intervention comprennent notamment des techniques de marketing social pour modifier les attitudes et les comportements.

L'éducation et la formation

Ces actions visent l'éducation du public ainsi que l'élaboration, en matière de sécurité, de méthodes de formation des personnes qui travaillent dans ces domaines.

Les entraîneurs, les éducateurs physiques, les moniteurs et les intervenants travaillant auprès des jeunes détiennent un potentiel immense sur le plan de l'encadrement sécuritaire des activités ainsi que de la promotion d'une pratique saine et sécuritaire.

La normalisation

L'intérêt pour les différents milieux de participer à l'élaboration de guides ou de normes réside dans l'obtention d'outils adaptés à leurs besoins qui viendront spécifier, normaliser ou simplifier diverses procédures en vue d'améliorer le rendement des structures et les services offerts à la collectivité. L'impact que peut avoir cette stratégie quant à la réduction du coût des assurances ainsi que des frais liés à des poursuites judiciaires est un autre aspect non négligeable.

L'accréditation

Il s'agit d'un mécanisme volontaire basé sur des critères déterminés par les experts du milieu et le Ministère. À l'image d'une norme de l'Organisation internationale de normalisation (ISO), l'incitatif pour l'organisme ou l'individu à demander l'accréditation serait la possibilité de bénéficier d'un avantage marketing tiré de « l'assurance sécurité » offerte à la clientèle. Pensons aussi, à titre d'exemple, l'accréditation des entraîneurs et des arbitres au moyen de la formation (PNCE), d'événements ou d'activités par des organisations de régie.

La réglementation

Le recours à la législation a été utilisé avec circonspection pendant les 30 années d'intervention gouvernementale en matière de sécurité dans le loisir et le sport. La réglementation ne doit être envisagée que dans la mesure où toutes les autres stratégies, utilisées en amont, n'ont pu ou ne pourraient produire les effets escomptés, notamment si la situation est un réel problème de santé publique, si les organisations ne veulent pas ou ne peuvent pas appliquer les mesures nécessaires et si les participants ne respectent pas le cadre en place.

²⁹ Définitions tirées du Plan d'action 2005-2010 de la Direction de la promotion de la sécurité, MEES, document interne.