



## Note aux rédactions

Paris, le 20 décembre 2019

### **Campagne nationale prévention hiver « Pour que la montagne reste un plaisir ».**

Alors qu'une nouvelle saison de sports d'hiver se prépare, le ministère des Sports renouvelle sa campagne de prévention « Pour que la montagne reste un plaisir ».

La France reste une destination phare des sports d'hiver. Chaque année, près de 10 millions de personnes fréquentent les stations françaises dont plus de la moitié s'adonne, en famille ou entre amis, à des activités physiques en montagne. Qu'elles soient dites de glisse (ski alpin ou freestyle, snowboard, patinage...) ou nordique (ski de fond, raquette à neige, marche...), ces différentes pratiques, synonymes de sensations, de liberté, de plaisir, peuvent aussi parfois être source d'accidents.

Malgré l'amélioration constante de la sécurité sur le domaine skiable français, les services de secours ont ainsi dû intervenir plus de 45 000 fois la saison dernière sur l'ensemble des massifs. Un grand nombre d'accidents pourraient être évités. Le ministère des Sports se mobilise une nouvelle fois aux côtés de ses partenaires pour communiquer sur les bons réflexes à adopter en montagne afin de profiter au mieux de ces activités hivernales.

#### **L'enjeu de cette campagne : transmettre les bons réflexes à adopter pour glisser en sécurité.**

Parce que les sports d'hiver, au-delà d'être ludiques, restent aussi le plus souvent des activités physiques intenses qui exigent une bonne condition physique, il convient de préparer son corps en amont de son séjour.

Réalisés par Lucile Woodward, coach diplômée d'État et fitness girl du Web, un programme de préparation physique à reproduire chez soi à J-30 du départ ainsi qu'une vidéo rappelant les gestes simples à effectuer afin de préparer ses muscles avant l'activité sont à retrouver sur le site internet <http://www.preventionhiver.sports.gouv.fr/Preparez-vous>.

Le ministère des Sports et ses partenaires proposent une nouvelle rubrique « **Pour les enfants** » afin de permettre aux plus jeunes de s'approprier les outils de prévention de manière ludique et pédagogique.

Un **jeu vidéo « Skizzz game »**, disponible sur Apple Store et Google Play, et des **films d'animation** ont pour objectif de sensibiliser les usagers aux bonnes pratiques sur et en dehors des pistes.

Un **jeu de cartes 7 familles « Fais pas ton Yéti »**, créé par la Direction départementale de la cohésion sociale des Alpes de Hautes Provence, permet aux enfants d'apprendre les conseils de prévention tout en s'amusant.

Pour la 2<sup>ème</sup> année consécutive, la Direction départementale de la cohésion sociale des Hautes-Alpes propose un **Escape Game Avalanche** pour apprendre en moins de 20 minutes à s'échapper de « l'escape room » grâce à la résolution d'énigmes.

Retrouvez l'ensemble du dispositif sur le site <http://www.preventionhiver.sports.gouv.fr/>

**Contact presse :**

**MINISTÈRE DES SPORTS**

01 40 45 92 37 – [ilana.machado@jeunesse-sports.gouv.fr](mailto:ilana.machado@jeunesse-sports.gouv.fr)