



**Bureau d'information
et de communication**

Rue de la Barre 2
1014 Lausanne

COMMUNIQUÉ DE PRESSE

CONFÉRENCE "MIROIRS DU SPORT", MARDI 2 JUIN À 19H30: BLESSURES ET RÉÉDUCATION

Avec le footballeur international Xavier Margairaz

La prochaine conférence du cycle "Miroirs du sport" se penchera sur la rééducation du sportif d'élite blessé. Elle se tiendra mardi 2 juin 2009 dès 19h30 au Centre sportif universitaire de Dorigny, en présence de plusieurs sportifs de haut niveau, dont l'international vaudois de football Xavier Margairaz. L'entrée est libre.

Comme Xavier Margairaz, récent champion suisse de football au sein du FC Zürich, le volleyeur Julien Carrel, l'escrimeur Valentin Marmillod et la skieuse alpine Anne-Sophie Koehn, ont été blessés. Ces quatre sportifs feront la démonstration, lors de la première partie de cette soirée (19h30 - 20h15) animée par Stéphane Maeder, collaborateur scientifique du Centre d'Analyse Sport et Santé de Lausanne, des différents exercices de préparation physique destinés à la réhabilitation d'un joueur blessé. Mouvements à privilégier ou contre-indiqués, nombre de répétitions et durées, conseils sur les erreurs à éviter ou les précautions à prendre seront présentés. La participation de certaines personnes du public pourra être sollicitée.

La seconde partie de la soirée (20h15 - 21h) sera consacrée aux questions du public. Le chirurgien de Xavier Margairaz - le Dr Olivier Siegrist, orthopédiste et médecin du sport - donnera un éclairage sur le type de blessures auquel le footballeur a été confronté. Plus généralement, il s'agira de débattre de toutes les phases de la réinsertion du sportif blessé: de l'accident à l'opération, de la convalescence à la rééducation, la réadaptation puis la réhabilitation. Quels rythmes et intensités doivent être suivis pour optimiser cette réinsertion sans brûler les étapes et risquer des complications? Quelles collaborations optimales entre médecins, physiothérapeutes, préparateurs physiques et entraîneurs doivent être mises en place? Quelle importance a le suivi psychologique, pendant la convalescence mais également après le retour à la pratique sportive? Quel rôle joue l'entourage? Est-il possible de prévenir les blessures et comment? Telles sont, parmi d'autres, les questions qui seront abordées lors de ce débat.

"Miroirs du sport" est un cycle de conférences sur le sport mis sur pied par le Service de l'éducation physique et du sport (SEPS) avec l'Association vaudoise de la presse sportive (AVPS), l'Association vaudoise d'éducation physique scolaire (AVEPS), le Service des sports de l'Université de Lausanne (SSU) et l'Institut des sciences du sport et de l'éducation physique (ISSEP).

Bureau d'information et de communication de l'Etat de Vaud

Lausanne, le 27 mai 2009

RENSEIGNEMENTS POUR LA PRESSE UNIQUEMENT

DEC, Florian Etter, adjoint pédagogique au Service de l'éducation physique et du sport, 021 316 39 43