

nous,

2/23

# SAMARITAINS

Le journal de Samaritains Suisse

## Les bénéfiques de l'âge

**6** VIEILLIR AUJOURD'HUI  
Tendances démographiques  
et sociétales

**10** INTERVIEW  
Gagner dix ans  
avec Elisabeth Michel-Alder

**27** VIE ASSOCIATIVE  
Recruter de nouveaux et  
récupérer d'anciens membres



135

jahre  
ans  
anni  
onns

1888 – 2023

samariter  
samaritains  
samaritani  
samaritans



# Un autre regard sur la vieillesse

Chère samaritaine, cher samaritain,

Il est temps de changer de lunettes en regard de la vieillesse. Nous savons tous très bien qu'à cinquante ans, on n'est de loin pas encore vieux et que même à septante, la majorité de nos contemporains sont en pleine forme intellectuelle et physique. Dans ce numéro, nous braquons les projecteurs sur ce que signifie vieillir aujourd'hui et sur ce qui a changé. Ainsi, de nombreuses personnes en pleine force de l'âge sont, encore ou à nouveau, prêtes à s'engager dans une entreprise qui a du sens et qui est reconnue socialement.

Dans son article, le sociologue François Höpflinger met en évidence les changements intervenus chez les aînés. L'interview avec la consultante et spécialiste en sciences sociales Elisabeth Michel-Alder montre comment enrichir sa biographie au mitan de sa vie. On y apprend aussi quelles sont les motivations des personnes qui s'engagent dans un projet social, à titre

volontaire ou bénévole. Quant à la rubrique des outils, elle abonde de conseils concernant le recrutement de membres.

Un grand merci à toutes les personnes qui nous ont envoyé des messages de la part des sections. Nous adressons nos félicitations à toutes les samaritaines et tous les samaritains qui ont été honorés récemment, et bien sûr aussi à celles et ceux qui ne figurent pas dans les colonnes de ce journal. Finalement, une personne dont de nombreuses lectrices et de nombreux lecteurs se souviennent sans doute encore, nous adresse ses vœux à l'occasion du 135<sup>e</sup> anniversaire de Samaritains Suisse.

Je vous souhaite une excellente lecture.

URSULA FORRER  
Membre du Comité central  
de Samaritains Suisse



# 6 VEILLIR AUJOURD'HUI TENDANCES DÉMOGRAPHIQUES ET SOCIÉTALES

## SOMMAIRE

### 10 INTERVIEW

Elisabeth Michel-Alder : nous disposons de dix années d'activité en plus

### 13 POINT FORT

SAMSEN : un groupe d'aînés samaritains

### 15 EN SAVOIR PLUS

Âge et santé

### 17 VIE MODERNE

Samaritains Suisse  
Conférence des présidents

### 18 AGENDA

Vos rendez-vous  
et dates importantes

### 19 INTERVIEW

Eugen Kiener adresse  
ses vœux pour le 135<sup>e</sup>

### 21 SECTIONS ET ASSOCIATIONS

Assises cantonales en  
pays de Vaud

### 22 CENTENAIRE

Bodio-Personico-Pollegio  
une vieille dame qui vit  
avec son temps



## IMPRESSUM

*nous, samaritains* 2/2023  
Parution: 10 mai 2023

### Organisation éditrice

Samaritains Suisse  
Martin-Disteli-Strasse 27  
Case postale, 4601 Olten  
Téléphone 062 286 02 00  
Téléfax 062 286 02 02  
redaction@samaritains.ch  
www.samaritains.ch

Abonnements, changements d'adresse :  
par écrit à l'adresse ci-dessus

### Prix de l'abonnement

Abonnement individuel pour  
non-samaritains :  
CHF 33.– par an

4 numéros par an  
Tirage: 18 000 exemplaires

### Rédaction

Susanne Brenner (sbr)  
Suisse romande: Chantal Lienert (cli)  
Suisse italophone: Mara Zanetti  
Maestrani (m.z.)

Téléphone 062 286 02 00  
Téléfax 062 286 02 02  
redaction@samaritains.ch  
Adresse postale:  
Rédaction « nous, samaritains »  
Case postale, 4601 Olten

### Annonces

Fachmedien  
Zürichsee Werbe AG  
Laubisrütistrasse 44, 8712 Stäfa  
Téléphone 044 928 56 11  
Téléfax 044 928 56 00  
samariter@fachmedien.ch  
www.fachmedien.ch

### Mise en page, impression et expédition

Stämpfli Communication, 3001 Berne  
staempfli.com

### Photos

Couverture: Gaëtan Bally  
Sommaire: iStock

## 24 SECTIONS ET ASSOCIATIONS

Hommages  
et félicitations

## 27 OUTILS

Conduite d'une section :  
le recrutement

## 30 FORMATION

Les nouveaux cursus  
modulaires sont prêts

## 32 À VOUS DE JOUER

Mot caché et Sudoku

## 34 BOUTIQUE

Tout pour l'hémostase

## 35 À VOTRE SERVICE

Informations et solution  
des jeux



# VIEILLIR AUJOURD'HUI – TENDANCES DÉMOGRAPHIQUES ET SOCIÉTALES

Par le passé, on considérait que l'on n'avait pas de prise sur le vieillissement, il était pris comme une fatalité. Le regard a changé au cours des années 1970 et 1980. Aujourd'hui, il est évident que les compétences des aînés sont importantes pour notre société et qu'elles constituent une ressource nécessaire.

---

TEXTE: François Höpflinger | cli PHOTO: Shutterstock



Le senior mobile est devenu un symbole d'une retraite active.

Le vieillissement de la génération née après-guerre, particulièrement nombreuse, et l'espérance de vie plus élevée expliquent la hausse rapide du nombre de personnes âgées et l'accroissement proportionnel de cette tranche d'âge dans la population. Les changements sociétaux et culturels, de même que les avancées de la médecine ont transformé la vie et les besoins des personnes âgées. Dans les années 1970 et 1980, les théories sur l'âge qui se concentraient sur les déficits ont été remises en question et remplacées par des approches mettant en avant un vieillissement actif, épanoui et en bonne santé.

Au lieu de considérer l'âge comme une fatalité à laquelle on ne peut rien changer, on a découvert un champ d'action pour toutes sortes d'initiatives visant à maintenir les compétences. Dans son approche la plus radicale, cela a donné le coup d'envoi à la médecine « anti-âge ».

### **Extension des années en bonne santé**

En Suisse, une majorité de personnes vivent non seulement longtemps, mais elles restent également en relative bonne santé. Pour autant que des données soient disponibles, la santé subjective de la population plus âgée en Suisse s'est améliorée au cours des dernières décennies, avant tout chez les « jeunes » vieux. La part de femmes et d'hommes âgés entre 65 et 74 ans qui estiment être en bonne, voire très bonne santé a sensiblement augmenté. Alors que lors d'une première enquête auprès de personnes âgées menée en 1979 en Valais et à Genève, moins de la moitié des personnes interrogées avaient une image positive de leur santé, elles sont aujourd'hui 75 %. Les raisons qui expliquent cette évolution sont multiples : une plus grande sécurité économique, des conditions de travail moins éprouvantes sur le plan physique, une amélioration générale de la qualité de vie et un système de soins de santé bien développé qui permet notamment de mieux suivre les affections chroniques. Ces facteurs ont nettement amélioré les chances de profiter d'une vie encore longue et active après l'âge de la retraite, sachant qu'il existe une interconnexion entre santé et engagement social. Les personnes à la retraite sont plus actives, parce qu'elles se sentent en meilleure santé et inversement, une vie active après la retraite est favorable à la santé physique et mentale.

### **Âge subjectif – souvent inférieur à l'âge réel**

Depuis des années, on observe que des femmes et des hommes d'âge mûr se sentent plus jeunes que leur âge chronologique. Dans une enquête datant de 2018/19, l'âge ressenti des personnes de 70 ans et plus était de 11 ans inférieur à leur âge réel (et seuls 15 % des plus de 69 ans se définissaient comme vieux). Cette tendance est renforcée par le fait que les personnes âgées adoptent des comportements (voyager, pratiquer un sport, se former, s'habiller à la mode) qui étaient auparavant réservés aux jeunes. Les jeunes générations de retraités sont également familiarisées avec la société mondialisée qui se transforme à vive allure. Elles de-

## L'AUTEUR



François Höpflinger, professeur émérite, a été titulaire de la chaire de sociologie à l'Université de Zurich.

Dans le cadre de son activité indépendante de recherche et de consultant, il s'est consacré aux questions liées à la vieillesse et aux générations. Il a notamment mené des projets sur le logement des personnes

âgées, les mutations du vieillissement et a rédigé le rapport social 2016 sur le bien-être en Suisse.

meurent au fait des nouveautés et sont disposées à apprendre à un âge avancé. Les nouvelles générations d'ânés sont également plus exigeantes et sélectives dans leurs besoins et leur comportement de consommation.

### Retraite active

Au cours des dernières décennies, la part des seniors actifs physiquement ou qui pratiquent régulièrement un sport a augmenté. À l'image de leurs cadets, les personnes à la retraite entreprennent plus de voyages qu'auparavant, qu'il s'agisse d'excursions d'une journée, de voyages en avion ou de séjours. Le senior mobile est devenu un symbole de la retraite active.

Afin de ne pas perdre le nord dans une société en perpétuelle mutation, être prêt à apprendre tout au long de la vie est également un facteur déterminant pour une vie postprofessionnelle épanouie. De nombreux retraités s'engagent en outre à titre bénévole (aide de voisinage, clubs de sport, engagement culturel et social, etc.) La part de femmes et d'hommes âgés qui exercent une activité bénévole sous une forme ou une autre reste élevée; cependant, ces personnes exigent de plus en plus de pouvoir gérer leur engagement de façon autonome et non sous la direction d'un tiers.

### Solidarité communautaire

Quoi qu'il en soit, la population âgée apporte une contribution essentielle à la solidarité communautaire et il est de plus en plus évident que la société civile ne peut pas fonctionner sans recourir aux compétences et ressources des générations d'ânés. Inversement, il s'avère que les retraités engagés

dans une activité bénévole sont mieux insérés socialement et présentent un bien-être plus élevé que les personnes du même âge qui ne s'engagent pas.

### Inégalités économiques marquées

En Suisse, le nombre et la proportion de personnes âgées aisées ont considérablement augmenté, transformant les seniors en un groupe de consommateurs convoité. Cependant, la pauvreté et la gêne financière des personnes âgées n'ont pas disparu, même en Suisse pourtant riche. Les inégalités économiques touchent de façon encore plus marquée les personnes âgées que les classes d'âge inférieur. Les 10 % de rentiers AVS les plus riches disposent de 3,4 fois plus de moyens financiers que le 10 % de rentiers AVS les plus pauvres. Les personnes âgées seules sont plus souvent frappées par la pauvreté que les couples âgés, soit parce que le coût relatif de la vie est plus élevé lorsqu'on vit seul, soit parce que la perte du partenaire entraîne une baisse de revenu. Les femmes vivant plus souvent seules que les hommes à un âge avancé et qu'en outre, elles disposent de rentes plus faibles, leur situation économique est souvent plus précaire que celle des hommes du même âge. Le problème le plus fréquent en cas de revenus faibles à la retraite est l'incapacité à faire face à une dépense inattendue. On arrive tout juste à donner le tour au quotidien, mais si après une maladie ou un accident, des frais imprévus se présentent, les personnes âgées et à faible revenu sont rapidement démunies. Ainsi, en 2022, un peu plus de 14 % des personnes ayant atteint l'âge de la retraite ne pouvaient pas faire face à une dépense accidentelle de 2000 francs.

### La situation des octogénaires et plus

Compte tenu des différences marquées du processus de vieillissement, la question de savoir à partir de quand commence le grand âge est controversée. Mais à l'occasion du passage du troisième au quatrième âge, souvent entre 80 et 85 ans, les risques de pépins de santé et de pertes sociales (décès du partenaire, etc.) augmentent. Malgré les possibilités de développement personnel, le grand âge est caractérisé par un bilan global de plus en plus négatif ou ambigu, également par les personnes concernées, en contraste avec la perception positive des «jeunes vieux». Le grand âge n'est certes pas synonyme de besoin d'assistance, mais il n'en reste pas moins que la probabilité d'être obligé d'y recourir augmente avec l'âge. La multimorbidité, c'est-à-dire la présence de plusieurs maladies, est

## LE BÉNÉVOLAT CHEZ LES PERSONNES ÂGÉES

		engagement bénévole au cours des 4 dernières semaines en %		
A) personnes de 65 à 74 ans		total	formel	informel
2000	65-74 ans	43 %	19 %	31 %
2020	65-74 ans	45 %	17 %	37 %
	hommes 65-74 ans	43 %	21 %	34 %
	femmes 65-74 ans	46 %	14 %	40 %
B) personnes de 75 ans et plus		total	formel	informel
2000		23 %	9 %	16 %
2020		25 %	9 %	20 %
	hommes 75 ans et plus	26 %	11 %	19 %
	femmes 75 ans et plus	24 %	7 %	21 %

Formel: bénévolat et fonctions responsables dans des sociétés et des organisations; informel: bénévolat en dehors de sociétés ou d'organisations, sans engagement en faveur de proches à l'extérieur du propre ménage.  
Source: Office fédéral de la statistique, enquête suisse sur la population active, module «travail non rémunéré»

également fréquente à un âge avancé. Il en résulte que les personnes très âgées sont particulièrement tributaires d'un système socio-médical développé, par exemple d'offres de soins à domicile et d'autres soutiens sociaux.

### Tendance globale

Il est frappant de constater que socialement, contrairement à la valorisation du troisième âge, le très grand âge est toujours associé à des qualifications négatives. De ce fait, le discours démographique pointe de plus en plus la menace représentée par le grand âge, par exemple en raison de coûts de santé inabordables ou de pénurie de soins. Le grand âge se transforme en utopie négative du vieillissement et est toujours associé à la maladie, au besoin de soins et à la perte d'autonomie. C'est pourquoi même les personnes âgées ne se considèrent pas comme «vraiment vieilles» tant qu'elles habitent chez elles et qu'elles disposent d'une certaine autonomie. Les facteurs qui influencent le bien-être à un âge avancé sont le contentement par rapport au soutien reçu et la solidité du réseau personnel, ce dernier élément jouant un rôle déterminant. En revanche, les douleurs chroniques influencent négativement le bien-être à un âge avancé, ce qui met en évidence l'importance des soins palliatifs. Le bonheur de vivre et le bien-être

à un âge avancé sont en outre étroitement liés à ce qui a été vécu dans le passé et à l'histoire de vie, ce qui souligne l'importance des approches biographiques. Une personne satisfaite de sa vie passée est plus à même d'accepter les défis et les crises de la vieillesse et la finitude de la vie que si des blessures biographiques non traitées sont encore présentes.

## APPROFONDIR LA QUESTION

En 2019, François Höpflinger, Valérie Hugentobler et Dario Spini ont publié

### Le nouvel Age Report IV

Habitat et vieillissement.  
Réalités et enjeux de la diversité.

Disponible auprès des éditions Seismo,  
<https://www.age-report.ch/fr/>

# « Nous disposons de dix années d'activité en plus »

**Une offre attractive d'engagement bénévole au bon moment peut être décisive quant au sentiment d'accomplissement lorsque l'on a atteint l'âge de la retraite. La sociologue et consultante en entreprise, Elisabeth Michel-Alder, explique pourquoi un tel engagement devrait déjà être envisagé au mitan de la vie.**

**Interview: Susanne Brenner | cli**

## **Vous avez lancé un projet sur le nouveau vieillissement. Mais qu'est-ce qui est nouveau aujourd'hui par rapport au vieillissement ?**

C'est qui est nouveau est que chez nous, les gens ont gagné dix ans de vie par rapport à la génération qui les a précédés. On nous a en quelque sorte offert dix ans supplémentaires, et ce cadeau ne se présente pas à la fin de la vie, mais plus ou moins entre 50 et 80 ans. À ces âges, beaucoup de contemporains mènent encore une vie très engagée, pratiquent un sport, voyagent ou ont une activité professionnelle. La plupart n'ont pas de souci financier. En tant que société, nous devrions faire quelque chose avec ces années.

## **Dans quel sens devons-nous réviser nos représentations de la vieillesse ?**

On entend toujours des gens qui disent : « À 50 ans, vous n'apprendrez plus. » Mais c'est complètement dépassé. Que ce soit à 50 ans ou à 70, on est toujours capable d'apprendre. Si des limitations surviennent, ce n'est que plus tard.

## **Quelles en sont les conséquences ?**

La société entière se transforme. Nous vivons à une époque particulièrement individualiste. Souvent, après une carrière professionnelle réussie, on se préoccupe surtout d'optimiser les conditions personnelles et les possibilités de consommation. Mais nous devons nous poser la question si cela a du sens

pour la seconde moitié de la vie, s'il s'agit d'un projet pérenne et équilibré – ou si les compétences et les aptitudes des personnes ne pourraient pas être mises à disposition de la communauté.

## **Comment l'entendez-vous ?**

Il s'agit de savoir si nous nous percevons comme des êtres sociables, faisant partie d'une communauté, ou si nous avons fait de meilleures expériences en visant l'optimisation personnelle. Il convient aussi d'interroger la science quant aux diverses manières de mener sa vie. En vivant plus longtemps, il n'est guère possible d'éviter ces sujets. La question est donc : qu'est-ce que cela m'apporte si je fournis une contribution en faveur de la société. En nous engageant là où l'on a besoin de nous, nous gagnons des occasions de nous développer, une reconnaissance de la part de tiers et une existence sociale. Cela nous fait du bien. Ce genre d'interrogations se pose pour nous encore plus que pour nos grands-parents dont l'espérance de vie était nettement plus courte.

## **Quelles sont les répercussions du changement démographique pour les « jeunes » ?**

Chez les jeunes, j'observe des attitudes différentes. Certains sont plutôt axés sur le succès personnel alors que d'autres se préoccupent de questions écologiques et sociales. Il me semble que la quête de sens dans le travail joue un rôle plus important qu'au cours des années 1990, quand le néolibéra-



Elisabeth Michel-Alder est sociologue et historienne. Depuis 1988, elle dirige un cabinet de conseils et de coaching *ema-human potential development* à Zurich. Elle s'engage depuis de nombreuses années pour un monde du travail qui favorise le développement et plaide pour l'abandon d'idées dépassées concernant les projets de vie et l'avancement en âge.

lisme avait la cote. À l'époque, les entreprises avaient pour priorité de faire de l'argent, les individus étaient censés fonctionner comme des entreprises personnelles. Aujourd'hui, on perçoit de forts courants écologiques et sociaux dans la société, mais également dans le monde économique.

### **À partir de quand la réflexion en rapport avec la plus grande espérance de vie surgit-elle ?**

Chez les personnes qui se trouvent « au milieu ». Ce milieu, pas très géométrique, peut se situer à 45, 52 ou 58 ans, selon la situation familiale ou la carrière professionnelle, par exemple, si un plafond a

été atteint. Des études ont mis en évidence que les personnes qui se trouvent « au milieu » effectuent souvent des changements et entament un nouveau cycle de vie. C'est une réaction destinée à anticiper la retraite qui est souvent perçue comme un couperet qui débouche sur un vide dépourvu de perspectives. Les personnes « au milieu », qui développent une seconde activité et se dotent de nouvelles ressources – par exemple un engagement bénévole ou un projet – préparent la troisième et la quatrième tranche de vie. Car la qualité de la vie après le mitan de la soixantaine est en étroite relation avec les dix à douze ans qui ont précédé la retraite.

### Et après la retraite ?

Après la cessation de la vie active qui, de nos jours, a lieu entre 60 et 75 ans, il est important de garder des engagements. L'effet constaté par l'Organisation mondiale de la Santé (OMS) est que l'on ne reste pas seulement en bonne santé plus longtemps, mais que l'on est aussi plus satisfait. Avec la maturité, l'on gagne en compétences et plus de choix s'offrent à nous. De nombreuses voies s'ouvrent aux aînés leur permettant de mettre leurs ressources au bénéfice de la société.

### Beaucoup d'associations, dont aussi les samaritains, aimeraient étoffer leurs effectifs. Quel est le bon moment pour contacter des membres potentiels ? Et comment s'adresser à eux ?

Il ne faut en aucun cas attendre jusqu'à ce que ces personnes soient à la retraite. Il est avéré que les hommes et les femmes qui s'engagent à titre volontaire le font dans leurs jeunes années. C'est pourquoi il faut les approcher tôt et leur proposer une activité attractive. Ne pas hésiter à être direct et à dire « je te vois bien au comité en tant que... », ou « tu as un talent d'organisatrice, tu pourrais mettre sur pied des manifestations », « tu sais très bien présenter et expliquer aux autres, tu es une formatrice née, ne veux-tu pas suivre une formation ? ». Si un tel élargissement des connaissances ou une activité accessoire sont perçus comme désirables, cela peut être une proposition bienvenue pour réduire un peu l'activité professionnelle et s'engager un peu plus dans le volontariat.

### De quels aspects les sections de samaritains doivent-elles tenir compte afin que les personnes « au milieu » se sentent attirées et envisagent un engagement volontaire ?

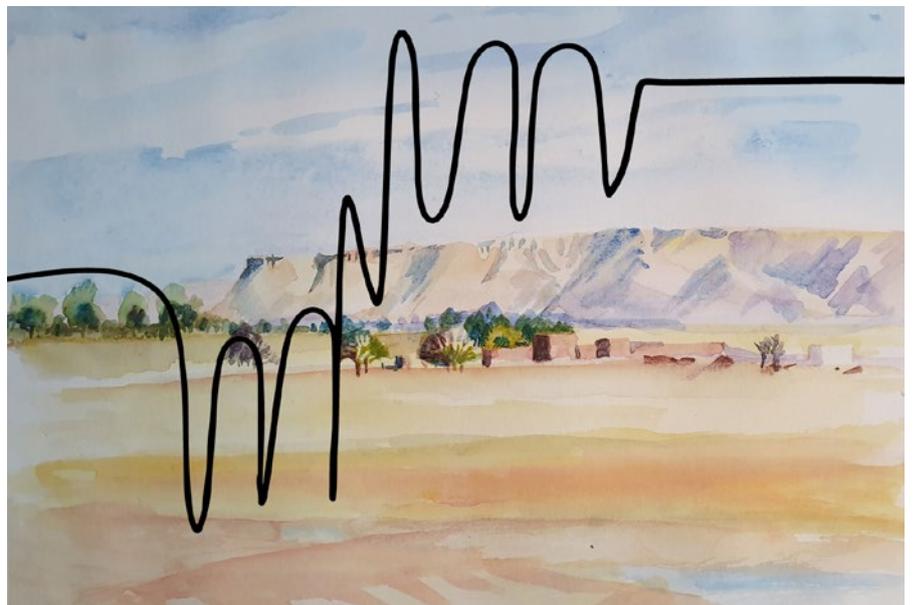
Une offre est attractive si la personne intéressée peut faire valoir ses compétences et élargir ses connaissances ou son champ d'activité. Souvent il existe aussi l'envie de se rapprocher des autres, d'entreprendre quelque chose en commun et de recevoir un retour et une appréciation par rapport à son action. Des organisations comme Samaritains Suisse qui s'engagent en faveur d'autrui ont une carte à jouer. Personnellement, je ne crois guère aux appels aux volontaires ou aux annonces générales. Les personnes que l'on souhaiterait recruter doivent être interpellées individuellement et on devrait leur proposer une mission qui leur semble intéressante et désirable, taillée spécifiquement pour elles.

Merci pour cet entretien.

## ÉTUDE

La recherche sur le nouveau vieillissement a porté sur le parcours de vie de 25 femmes et de 25 hommes qui ont conservé une activité professionnelle et sont devenus actifs bien au-delà de l'âge de la retraite. (neusalter.ch)

Les personnes interrogées dans la recherche sur le nouveau vieillissement ont dessiné leur ligne de vie sur leur paysage préféré. Anni Lanz s'est exécutée sur une de ses propres aquarelles. « Dans mes jeunes années, je cherchais désespérément le sens de la vie. Je l'ai trouvé grâce au soutien de mes proches, avant tout celui de mon compagnon et celui de mon père. »



# Rester actif et s'amuser ensemble

Aimer apprendre et apprécier les activités en commun, c'est ce qui anime les membres seniors du groupe SAMSEN à Rebstein (SG). Ils s'entraînent ensemble, acquièrent des connaissances et cultivent leur agilité physique et mentale, ce qui leur donne de l'assurance au quotidien.

TEXTE: Susanne Brenner | cli

En 2017, Marlis Ritter créa le groupe SAMSEN de la section de samaritains de Rebstein (SG) (voir nous, samaritains 4/2017). En l'espace de six ans, les effectifs ont doublé. Aujourd'hui, le groupe d'âinés affilié à la section locale compte une trentaine de membres. Certains sont encore actifs alors que d'autres s'étaient retirés de la section ou n'en ont jamais fait partie. Toute personne qui manifeste un intérêt pour le programme est la bienvenue. Aujourd'hui, à Rebstein, il est de bon ton d'être convié à une après-midi SAMSEN.

## Précieux exercices

Les réunions ont lieu en principe une fois par mois, les vendredi après-midi de 14 h à 15 h 30, et sont suivies d'un moment récréatif. Pendant la première partie, les participants abordent des sujets de premiers secours. Des conseils pratiques leur permettent de gagner en assurance au quotidien. Ensuite,

Santé et prévention sont des thèmes appréciés par les seniors de même que les premiers secours.





Les aînés du groupe SAMSEN ne se lassent pas d'exercer les premiers secours.

on prend son temps autour d'une tasse de café et des gâteaux. Les discussions vont bon train, qu'elles tournent autour de ce que l'on vient d'apprendre ou qu'il s'agisse d'échanger nouvelles et potins. Le temps passe vite. Finalement, quelqu'un prend spontanément l'initiative de laver la vaisselle et les autres donnent un coup de main.

### En cas d'urgence, l'important est de savoir « comment »

Le programme répond aux désirs des membres. Les sujets de premiers secours sont très demandés, par exemple la réanimation cardiaque. Des questions de santé et de prévention sont également appréciées. En général, pendant les exercices, trois groupes s'entraînent à tour de rôle pendant 30 minutes sur un poste. On ne demande cependant jamais aux membres de se mettre à genoux, c'est un principe. Cela n'empêche pas d'apprendre les mesures de premiers secours, car c'est toujours utile si une personne âgée sait ce qu'il faut faire en cas d'urgence. Elle peut donner des instructions à quelqu'un de plus jeune s'il faut travailler au sol. Les seniors s'entraînent avec application. Mais si quelqu'un prend la parole pour raconter une histoire qui n'est pas forcément en rapport avec le sujet, on ne l'interrompt pas. Car l'essentiel est que les personnes présentes éprouvent du plaisir à participer. Il s'agit de vivre une expérience en commun, d'entrer en contact avec d'autres dans un nouvel environnement au lieu de rester isolé. Éveiller la curiosité est un excellent remède pour que le corps et l'esprit demeurent actifs.

### Il est permis de copier

Les sections saint-galloises de Waldkirch et de Degersheim ont suivi l'exemple de leur consœur et ont fondé leurs propres groupes SAMSEN. Motivée par le succès rencontré avec le groupe de Rebstein, Marlis Ritter a transmis son savoir-faire aux sections intéressées à l'occasion d'un atelier qui s'est tenu à Saint-Gall le 18 mars. Souhaitons que d'autres tentatives voient le jour. Les membres du groupe de Rebstein ont commencé par faire de la publicité pour leurs activités lors d'une après-midi à laquelle étaient conviées des samaritaines et des samaritains actifs, en âge de les rejoindre. Aujourd'hui, ils distribuent des dépliants à leurs connaissances ou les invitent personnellement, le bouche à oreille faisant le reste.

POUR EN SAVOIR  
PLUS AU SUJET DES  
GROUPES SAMSEN,  
IL SUFFIT DE SUIVRE  
LE LIEN CI-DESSOUS  
(EN ALLEMAND)

[www.samariter-sgfl.ch/de/seniorengruppe-samsen](http://www.samariter-sgfl.ch/de/seniorengruppe-samsen)

Le terme «SAMSEN» désigne les groupes de seniors au sein de l'association saint-galloise et de la principauté de Liechtenstein. Il existe plusieurs groupes locaux.

L'offre des SAMSEN s'adresse à des femmes et des hommes qui ont atteint l'âge de la retraite et promeut loisirs actifs et autonomie au quotidien afin de les préserver le plus longtemps possible.

Au-delà d'une contraction des mots «samaritains» et «seniors», en langue allemande, l'expression «SAMSEN» peut être considérée comme un acronyme (sicher, aktiv, miteinander, Spass, Erleben, Neugier) qui exprime la vitalité et le plaisir d'être ensemble.

# Âge et santé

**Certaines maladies et situations d'urgence sont plus fréquentes chez les personnes âgées. Les organisations de référence misent donc sur l'information.**

## swissheart : maladies cardiaques et AVC

Source : [swissheart.ch](https://www.swissheart.ch)

Les maladies cardiovasculaires les plus répandues sont l'infarctus du myocarde, l'accident vasculaire cérébral (AVC), les troubles du rythme cardiaque, l'insuffisance cardiaque, les valvulopathies, l'hypertension. Chaque année en Suisse, environ 30 000 personnes souffrent d'un problème cardiaque aigu, 8 000 sont victimes d'un arrêt cardio-circulatoire et on estime à 16 000 le nombre d'attaques cérébrales. Plus vite un traitement médical est instauré, plus grandes sont les chances de survie des personnes concernées et plus réduits les handicaps permanents.

### Une appli pour les urgences cardiaques et les AVC

La Fondation suisse de cardiologie a développé une application qui fournit des instructions pratiques sur les secours à apporter en cas d'infarctus du myocarde, d'AVC et d'arrêt cardio-circulatoire. Des instructions visuelles et sonores guident les personnes qui portent secours en cas d'urgence.

L'appli fournit une assistance pour exécuter les mesures de réanimation et donner l'alarme au 144. Elle permet également de rafraîchir ses connaissances en matière d'urgences cardiaques et d'AVC.

### Informations complémentaires

Sur le site web [swissheart.ch](https://www.swissheart.ch), la Fondation suisse de cardiologie met en lumière les facteurs de risque liés aux pathologies cardiaques. Des outils permettent d'évaluer son propre risque de développer certaines maladies. On y découvre également comment se manifeste un infarctus du myocarde chez les femmes. Alors que les hommes se plaignent en général d'une violente douleur dans la poitrine et le bras gauche, dans certains cas, les femmes ressentent des douleurs dans la partie supérieure de l'abdomen associées à des nausées ou des vomissements, des douleurs dorsales, des difficultés respiratoires, des sueurs ou une grande léthargie.

## ALLER PLUS LOIN

Installez l'appli « Urgence HELP » sur votre téléphone portable.

Imprimez la notice Help : [swissheart.ch/assets/content/images/2.3-Notfall/HELP-Merkblatt\\_FR\\_2019.pdf](https://www.swissheart.ch/assets/content/images/2.3-Notfall/HELP-Merkblatt_FR_2019.pdf)

## Bureau de prévention des accidents (bpa) sur les chutes

Source : [www.bpa.ch](https://www.bpa.ch)

À domicile comme à l'extérieur, les chutes sont la cause d'accident la plus fréquente pendant les loisirs avec environ 288 000 blessés par an en Suisse. Le risque de tomber augmente avec l'âge : la force, l'équilibre et les capacités de réaction diminuent. Pratiquement toutes les chutes peuvent avoir des suites : blessures au bras et à la main, fractures de la jambe ou de la hanche, fractures ouvertes ou perte de connaissance. Selon le type de lésion, les mesures de premiers secours sont différentes. Les chutes aux conséquences les plus graves peuvent entraîner des hospitalisations de longue durée, une

réduction de la mobilité ou une perte d'autonomie. C'est pourquoi il convient de miser en premier lieu sur la prévention.

## ALLER PLUS LOIN

Une série de brochures contenant des conseils utiles sont disponibles auprès du Bureau suisse de prévention des accidents : <https://www.bfu.ch/fr/services/commander-et-telecharger>

- En forme malgré l'âge – Qualité de vie grâce à l'entraînement physique
- Autonome jusqu'à un âge avancé – Habitat, entraînement et mobilité
- Vos exercices au quotidien – Fascicule d'exercices
- Éviter les chutes – La sécurité pas à pas
- Check-list pour un habitat sûr



Des objets ou des jouets qui traînent peuvent provoquer des chutes. La campagne actuelle du bpa cherche d'autres coupables.

## diabètesuisse: le diabète sucré

Source: [www.diabetesuisse.ch](http://www.diabetesuisse.ch)

En Suisse, on estime que près de 500 000 personnes sont atteintes de diabète. Il s'agit d'une maladie métabolique chronique qui se traduit par une élévation du taux de sucre dans le sang. Elle est due à un manque total d'insuline (diabète sucré de type 1) ou par une diminution de l'effet de l'insuline (diabète sucré de type 2 avec différents sous-types). Il faut en moyenne sept ans pour détecter un diabète de type 2. Celui-ci était autrefois appelé diabète non insulino-dépendant ou diabète tardif, car il touche principalement les personnes âgées. La moitié des personnes diabétiques ne savent pas encore qu'elles sont atteintes de la maladie.

### Urgences chez les diabétiques

Une personne atteinte de diabète peut se retrouver en situation d'urgence vitale par suite d'un apport énergétique trop élevé ou trop faible, parfois en combinaison avec un dosage inadapté des médicaments. Dans le pire des cas, elle risque de perdre connaissance, ce qui peut entraîner des blessures en cas de chute. Une hypoglycémie peut avoir plusieurs causes. Elle survient après un surdosage

d'insuline ou de médicaments hypoglycémisants. D'autres origines ou facteurs favorisants peuvent être un effort physique important, une alimentation insuffisante ou la consommation d'alcool.

### Hypoglycémie, que faire

Les premiers signes d'une hypoglycémie sont par exemple des tremblements, des sueurs, des palpitations, une soudaine fringale ou une pâleur. Les diabétiques doivent alors immédiatement consommer des glucides à action rapide sous forme de jus de fruits, de sodas, de glucose ou d'oursons en gélatine. Elles doivent ensuite vérifier si le taux de glycémie est revenu à la normale. En cas d'hypoglycémie sévère avec perte de connaissance, il convient d'appeler immédiatement le 144 et de donner les premiers secours. La personne en hypoglycémie ne doit pas absorber de liquides en raison du risque d'étouffement. En outre, pour les cas d'urgence, les personnes concernées peuvent avoir sur elles un auto-injecteur de glucagon qui, après administration, libère les réserves de sucre de l'organisme à partir du foie.

## ALLER PLUS LOIN

Informations détaillées sur le diabète: <https://www.diabetesschweiz.ch/fr/a-propos-du-diabete>

# Efficacité et convivialité

**Le 11 mars 2023, les présidentes et les présidents des associations cantonales se sont réunis à Nottwil pour leur traditionnelle conférence. Ils ont été conduits à travers l'ordre du jour avec une belle efficacité. Ainsi, une large tranche horaire a pu être consacrée à cultiver la convivialité.**

**TEXTE: Chantal Lienert PHOTO: Silvio Rudin**

Le but premier de la Conférence des présidents est de préparer l'Assemblée des délégués (AD) de l'organisation faitière. La réunion du 11 mars dernier n'a pas failli à la règle. Les représentantes et représentants des 24 associations cantonales se sont penchés sur l'ordre du jour de l'Assemblée de la Fondation Henry Dunant avant d'aborder celui de l'AD de Samaritains Suisse.

Dans son allocution d'ouverture, Ingrid Oehen, présidente de Samaritains Suisse, a relevé la nécessité de réfléchir aux valeurs de la marque *samaritains* dans un monde après pandémie dominé par une nouvelle actualité, de repenser les processus entre les divers échelons et de renforcer les collaborations. Elle a également annoncé qu'en dépit de comptes légèrement déficitaires – les fluctuations boursières de l'année dernière en sont largement la cause – comme promis, le financement intermédiaire accordé par les associations cantonales allait être remboursé, y compris intérêts, d'ici la fin du mois de mars.

## Élections

Hormis les traditionnelles approbations de comptes et de rapports, les déléguées et délégués réunis à Näfels (GL) le 17 juin prochain seront appelés à reconduire les membres de la commission de contrôle de gestion pour un nouveau mandat de 2023 à 2027, à confirmer son président Paul Amman jusqu'en 2025 et à élire un nouveau membre au Comité central en la personne de Juri Künzler. Ce jeune homme né en 1997 vient de terminer ses études de médecine et travaille actuellement dans un laboratoire de diabétologie et d'endocrinologie. Fort d'un riche parcours chez les jeunes samaritains commencé en 2008, il est membre de la section de Widnau (SG) et participe depuis 2015 au groupe de travail jeunesse de l'organisation centrale.



Les représentantes et les représentants des associations cantonales se sont penchés avec assiduité sur les affaires à l'ordre du jour de la prochaine AD à Näfels, dans le canton de Glaris.

## Samaritains Suisse a 135 ans

Pour marquer l'anniversaire, des moyens de communication – signature électronique, vidéo en trois langues, imprimés à distribuer, etc. – seront mis à disposition des sections et des associations. L'apogée des célébrations est prévue le 9 septembre 2023, journée mondiale des premiers secours, au cours de laquelle les samaritains sont invités à se présenter en public sur un maximum de stands dans toute la Suisse. Le secrétariat leur apportera son soutien (cf. p. 18).

Comme le veut la tradition, les présidentes et présidents sortants sont honorés à l'issue de la conférence du printemps. Cette année, c'est la Lucernoise Gabriela Engeler qui a reçu un vibrant hommage de l'assemblée avant que l'ensemble des personnes présentes ne partage le verre de l'amitié.

# ÇA BOUGE CHEZ SAMARITAINS SUISSE

## PROJETS RÉALISÉS ET À VENIR

depuis le 3 avril 2023	La nouvelle plateforme Samaritains Suisse est en ligne. (Service des TIC)
depuis le 2 mai 2023	Les nouveaux produits standard SECO TopTen, SECO TopFive A & SECO TopFive B sont à la disposition des associations cantonales et des sections. (Service Business)
dès la mi-août 2023	Démarrage des nouveaux cursus modulaires. (Service de la formation, voir pages 30 à 31)
dés la mi-août 2023	Démarrage du projet de formation pilote « Les bases de la gestion d'une section ». L'association cantonale de Schaffhouse est partenaire du projet. (Service d'assistance aux sections)

## JOURNÉES PARTICULIÈRES

6 mai 2023	<b>Journée de la bonne action.</b> La devise de la journée est « Faire de bonnes actions ensemble » afin qu'une foule de petits et de grands gestes bénévoles permettent de réaliser quelque chose de grand. La « Journée de la bonne action » a lieu pour la quatrième fois. <a href="http://www.des-paroles-aux-actes.ch">www.des-paroles-aux-actes.ch</a>
8 mai 2023	<b>Journée mondiale de la Croix-Rouge.</b> Il s'agit d'une commémoration inofficielle qui a lieu le jour de la naissance d'Henry Dunant, un des fondateurs du Mouvement international de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge.
14 juin 2023	<b>Journée mondiale du don du sang.</b> Du 12 au 14 juin, Transfusion CRS Suisse lance une campagne sous le thème « C'est dans le besoin que le manque est visible ». Des entreprises, des ambassadeurs et un partenaire média retireront de leurs logos, textes, sites web et réseaux sociaux les lettres A, B et 0 qui correspondent aux groupes sanguins. Le 14 juin, le mystère sera levé avec le message : le don du sang est important – on ne s'en aperçoit qu'en son absence.

## RENDEZ-VOUS

13 mai 2023	<b>Forum de dialogue à Nottwil.</b> Des représentants des associations cantonales et des sections discuteront de l'évolution de Samaritains Suisse. Les objectifs sont de continuer de promouvoir la collaboration, de revoir les processus de communication et de décision afin de les concevoir de telle sorte qu'il soit possible de procéder à des changements structurels.
27 au 29 mai 2023	<b>Camp romand 2023 des Samas'Kids et jeunes secouristes aux Paccots</b> Trois jours inoubliables de jeux et d'exercices pour les enfants et les adolescents. Les groupes Help alémaniques se retrouvent à Flums (SG).
1 <sup>er</sup> juin 2023	Participez à la campagne et <b>présentez votre section sur un stand le 9 septembre, à l'occasion de la Journée mondiale des premiers secours.</b> Annoncez-vous d'ici le 1 <sup>er</sup> juin au plus tard auprès de : <a href="mailto:marketing@samariter.ch">marketing@samariter.ch</a> . Ainsi, vous figurerez sur la liste nationale publiée sur le site web <a href="http://samaritains.ch">samaritains.ch</a> .
17 juin 2023	<b>Assemblée des délégués de Samaritains Suisse</b> à Näfels (GL) et célébration du 135 <sup>e</sup> anniversaire de l'organisation.
9 septembre 2023	<b>Journée mondiale des premiers secours</b> , campagne de stands (voir ci-dessus : 1 <sup>er</sup> juin 2023)
30 septembre 2023	Dernier délai pour s'inscrire au <b>Symposium des premiers intervenants au KKL de Lucerne.</b> Thème : évaluation et soin des plaies. Samaritains Suisse sera présente avec un stand. Informations et inscriptions : <a href="http://www.ersthelfersymposium.ch">www.ersthelfersymposium.ch</a>

# Eugen Kiener adresse ses vœux pour le 135<sup>e</sup> anniversaire

Depuis toujours, Samaritains Suisse a été confrontée aux évolutions de la société et au progrès médical. C'est ce que nous confie Eugen Kiener qui fut rédacteur auprès de l'organisation centrale pendant 28 ans.

**INTERVIEW :** Susanne Brenner | cli

**PHOTO :** Susanna Kiener Queiroz

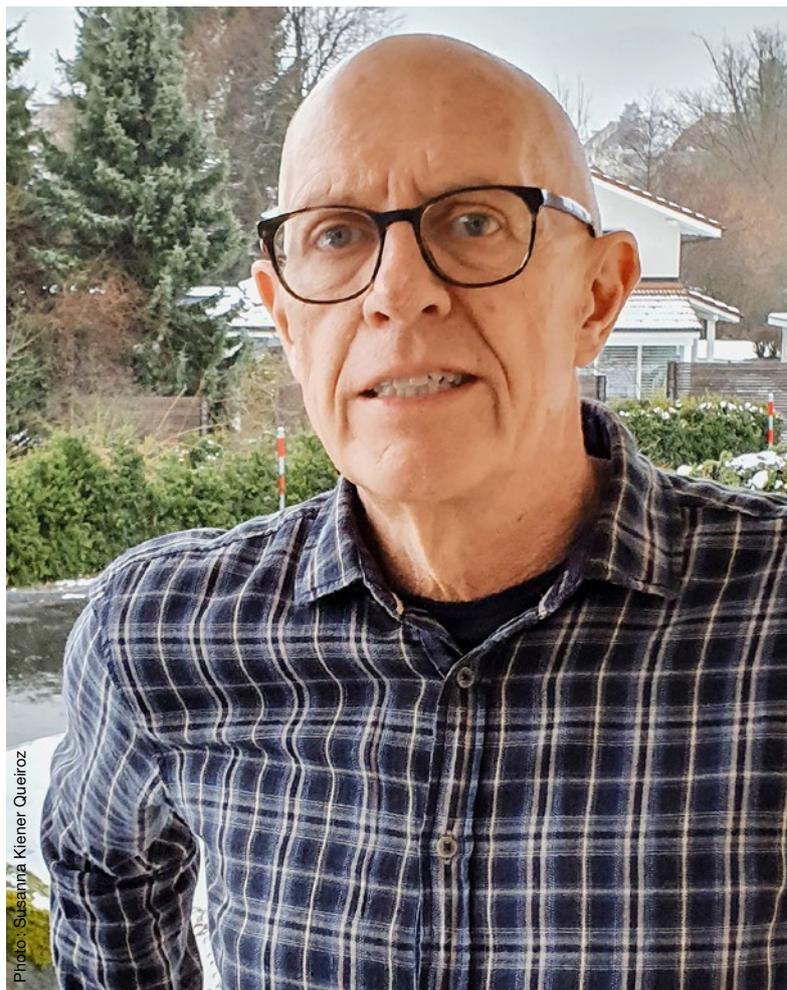
Eugen Kiener avait activement participé à l'exposition organisée à l'occasion du 125<sup>e</sup> anniversaire de Samaritains Suisse au château de Wartenfels. Vingt-cinq ans plus tôt, il assistait au centenaire célébré à Genève. Aujourd'hui, 35 ans plus tard, il évoque l'histoire du mouvement des samaritains.

**Eugen Kiener, 135 ans après la fondation de l'organisation des secouristes, qu'est-ce qui vous a le plus impressionné dans l'histoire de Samaritains Suisse ?**

Depuis toujours, l'organisation a été confrontée aux mutations sociales et aux progrès de la médecine. Certains aimeraient se conformer aux exigences de la modernité alors que d'autres sont plus attachés à la tradition. L'organisation est constamment appelée à réunir ces deux tendances. Si des sections de samaritains suivent le progrès de près, il existe par ailleurs une précieuse tradition de convivialité dans les sections.

**À votre avis, qu'est-ce que les sections, les associations et le secrétariat de Samaritains Suisse devraient absolument conserver à l'avenir, en dépit des transformations ?**

La motivation pour aider son semblable et le formidable engagement volontaire. Ce qui me semble important est d'entretenir le contact entre samaritains et avec le secrétariat, les associations cantonales et les sections. Écoute mutuelle et compréhension pour les soucis des uns et des autres sont des impératifs.



Eugen Kiener a travaillé de 1987 à 2015 au service de la communication de Samaritains Suisse (alors l'Alliance suisse des samaritains). Il a participé au premier développement du site web et envoyé les premières *Newsletters* de l'organisation. Aujourd'hui, il s'engage pour une association en faveur de l'activité des aînés à Olten.

### **Qu'est-ce qui vous a marqué au cours des longues années passées au service de Samaritains Suisse ?**

J'ai rencontré énormément de personnes intéressantes. Des amitiés sont nées qui se poursuivent encore aujourd'hui. Je suis plutôt du genre bureau, mais quand j'allais sur le terrain rencontrer les sections j'étais toujours très bien reçu. Je sentais la passion qui animait les secouristes et j'étais impressionné par les nombreuses activités déployées par les sections. Au cours de mon parcours de 28 ans, je me suis familiarisé avec toute la Suisse. Certaines manifestations me sont restées en mémoire, par exemple les festivités à l'occasion du centenaire de Samaritains Suisse ou le service médico-sanitaire à l'Expo 02. Il y avait aussi régulièrement des joutes samaritaines – un mélange entre course d'orientation et tests portant sur les premiers secours. On y obtenait un bon aperçu des sections et rencontrait beaucoup de gens formidables.

### **Y a-t-il un souvenir que vous chérissez particulièrement ?**

La réponse d'un ambulancier valaisan à un éditorial que j'avais rédigé pour le journal m'est restée. J'y racontais une histoire vécue personnellement, c'était pendant une fête où il y avait beaucoup de guêpes. Elles bourdonnaient autour de nos têtes, se baignaient dans la bière et les boissons sucrées et se posaient sur la nourriture. Tout d'un coup, un homme s'est levé et a pris la parole : « Il y a beaucoup de guêpes ici. Je suis moniteur chez les samaritains, s'il se passe quelque chose, je suis là pour vous. » Son assurance – les samaritaines et les samaritains devraient en prendre de la graine – et sa splendide publicité pour les samaritains m'avaient impressionné. L'ambulancier du Valais pensait de même et m'avait écrit pour me dire qu'il trouvait cette histoire magnifique. Cette réaction m'a beaucoup touché, d'autant plus qu'il était très rare de recevoir un feedback au sujet du journal.

### **Quels sont vos vœux pour le 135<sup>e</sup> anniversaire de Samaritains Suisse ?**

La prise de conscience de la valeur de la diversité ; car pour la formation, pour les services médico-sanitaires ou pour le travail associatif, il faut des aptitudes et des capacités différentes. Il n'est pas nécessaire que tout le monde sache tout faire, tout le monde n'a pas besoin de la même formation. Dans une section de samaritains, la diversité est une richesse.

### **Pourquoi ?**

Si quelqu'un offre ses services de comptable ou de trésorier, il n'est pas forcément nécessaire que cette personne supporte la vue du sang. Moi-même, je ne pourrais pas chanter dans un chœur, car sans savoir lire la musique, je chanterais sans doute faux. Mais je pourrais faire de la publicité pour le chœur. Des talents différents et des personnalités variées permettent un mixte intéressant et fécond. Ce qui domine mes souvenirs après 28 ans d'activité pour Samaritains Suisse sont les nombreuses personnes passionnantes et très différentes avec lesquelles j'ai pu travailler.

### **Merci de nous avoir accordé cet entretien !**



Sur le site web de Samaritains Suisse, vous trouverez des informations ainsi qu'une brève vidéo sur la longue histoire de l'organisation : <https://www.samariter.ch/fr/135e-anniversaire-de-samaritains-suisse>



Un logo en chair et en os à l'occasion d'un camp à Tenero en 2013.

Photo : Eugén Klener

# PRÉSIDER UNE ASSOCIATION, UNE MISSION DÉLICATE

Avec l'entregent qui la caractérise, Véronique Stoller a mené les assises des samaritains vaudois d'une main ferme. Questions financières, révisions statutaires et autres affaires réglementaires étaient à l'ordre du jour, mais également honneurs et remerciements adressés à toutes les personnes qui se sont engagées pour faire vivre l'organisation et entretenir les valeurs du secourisme.

**TEXTE et PHOTO : Chantal Lienert**

Présider une association cantonale ou faire partie de son comité n'est pas toujours aisé. Fédérer une grosse vingtaine de sections qui ne sont pas forcément d'accord entre elles et font preuve d'un esprit critique acéré est un exercice de haute voltige qui nécessite patience, diplomatie et entregent. Heureusement, de l'entregent, Véronique Stoller, la présidente des samaritains vaudois, en a à revendre. C'est comme si les années n'avaient pas de prise sur elle, car c'est avec le même dynamisme et le même enthousiasme déployés lors de son premier mandat à la tête de l'Association cantonale vaudoise des samaritains (ACVS) – c'était au tournant du siècle – qu'elle a présidé leur 75<sup>e</sup> Assemblée des délégués (AD) le samedi 25 mars à Yverdon.



Les médaillés Henry Dunant du jour : de g. à d., 1<sup>er</sup> rang, Madeleine Omlin, Cordula Equey, Denis Martin, 2<sup>e</sup> rang, Stéphane Jordan, Chloé Savary, Arnaud Forestier; absents : Rose-Marie Berdoz, Aude Schweizer, Jean-Claude Simon, Adrian Gutknecht, Jean-Luc Menetrey

## Renfort pour le comité cantonal

Elle s'est même prise à rêver. Ayant constaté que certaines sections avaient l'habitude de se rencontrer pour partager leurs préoccupations, elle a suggéré que ces groupes envoient chacun une personne au comité cantonal. Ainsi, les différentes régions du canton seraient dûment représentées et on pourrait même instaurer une présidence tournante.

En attendant, la présidente s'est réjouie de la candidature de Christian Llamera qui s'est spontanément annoncé pour rejoindre l'état-major cantonal. Natif de Lucerne et ayant grandi à Bâle-Campagne, il est entré dans la section Lausanne-Mixte en 2019 et, outre la participation à de nombreux dispositifs médico-sanitaires (DMS), il s'occupe également de la communication sur les réseaux sociaux. L'AD a plébiscité son élection.

## Finances fragiles

La pandémie de coronavirus a porté un coup sévère aux finances de nombre d'organisations et l'ACVS ne s'est pas remise aussi vite qu'espéré des longs mois de chômage forcé. De surcroît, il y a eu un changement de personnel qui a entraîné un certain flottement. Cependant, l'année en cours

s'annonce sous des auspices encourageants, le trésorier ayant annoncé que le 50 % des ventes de cours aux entreprises prévues au budget annuel étaient déjà acquises à la fin du 1<sup>er</sup> trimestre.

## Honneurs et prochaines festivités

Traditionnellement, médailles Henry Dunant et insigne or de l'ACVS sont remis lors des assises cantonales. Onze récipiendaires des sections de Chavornay, Echallens, Ecublens, Haute-Broye Jorat, La Serine et Orbe ont reçu la médaille couronnant 25 ans de services chez les samaritains ou 15 ans dans une fonction d'encadrement. Cordula Equey, Echallens, a été doublement honorée puisqu'elle a également reçu l'insigne or des samaritains vaudois.

Pour fêter dignement le 75<sup>e</sup> anniversaire de l'ACVS, un concours cantonal est prévu le 11 novembre à Yverdon. Quant à la prochaine Assemblée des délégués, elle aura lieu le 27 avril 2024.

# BODIO-PERSONICO-POLLEGIO, UNE SECTION CENTENAIRE QUI VIT AVEC SON TEMPS

Bien qu'il se soit passé un siècle depuis sa fondation et que les modes de vie aient évolué, les membres de la société de samaritains de Bodio-Personico-Pollegio font preuve du même enthousiasme que les militants du passé et conscients de leur responsabilité et de leur mission, ils sont très soucieux d'œuvrer en faveur de la population de la basse Léventine.

**TEXTE: Andrea Rusconi, président de la section | cli**  
**PHOTO: mad**

Un ouvrage commémoratif rappelle l'histoire qui a débuté en 1923. Il éclaire les diverses activités subdivisées en quatre champs distincts: la partie techniques, le groupe Help de jeunes secouristes, les activités sociales et l'important service de transport.

À l'instar de nombreuses sections, la partie technique souffre de la perte de substance que subissent les samaritains depuis environ une décennie. Nous en connaissons tous les raisons. Malgré tout, une

stratégie a été développée au niveau régional afin de rester à flot et il reste encore quelques nuages à dissiper à l'horizon.

En revanche, le chemin parcouru par le groupe Help est réjouissant. Les rencontres ont lieu mensuellement à la plus grande joie des enfants. Le groupe des jeunes n'a pas été prioritairement conçu comme un réservoir de recrutement pour les sections afin de remplacer les membres sur le départ, par exemple pour raison d'âge. Nous savons qu'en

grandissant, les jeunes abandonnent les activités de leur enfance, que ce soit à cause de leur travail, de leurs études ou parce qu'ils développent d'autres intérêts.

Notre objectif premier est avant tout de leur faire connaître les activités des samaritains et de les sensibiliser à l'engagement en faveur de la communauté. Et qui sait, peut-être qu'un jour, l'une ou l'autre re-

Les garçons et les filles du groupe Help sont encadrés par Luisa Biasca di Prosito (à droite) avec l'aide de Nicole Giudici de Giornico et d'Eveline Caroni d'Iragna, sur la gauche.



viendra chez les samaritains, comme cela s'est déjà produit par le passé.

Le volet social des activités de la section comprend plusieurs événements appréciés par la population, dont le repas suivi d'une après-midi récréative que nous offrons aux aînés de la région. Chaque année, une centaine de personnes y participe.

### **Service de transport**

Le service de transport assuré par la section est sans doute la partie la plus visible de nos activités. Nous disposons de trois voitures et comptons parmi les huit entités de ce genre reconnues par l'Office cantonal des personnes âgées et des soins à domicile. Le service s'adresse plus particulièrement aux rentiers AVS ou AI ainsi qu'à des personnes qui, pour des raisons de handicap physique ou de maladie, ne sont pas en mesure de se rendre de façon autonome, par des moyens privés ou publics, dans des structures médicales pour y recevoir des soins ambulatoires. Nous effectuons environ 700 transports par an, ce qui en dit long sur les besoins de la population.

### **Chauffeurs demandés**

La pandémie a porté un sérieux coup à nos activités, car, à juste titre, les dispositions cantonales destinées à contenir les contagions étaient intransigeantes. Le service le plus touché a été celui des transports, parce que de nombreux chauffeurs jeunes retraités ne pouvaient plus être sollicités.

À l'occasion des événements qui jalonnent notre anniversaire, nous souhaitons lancer un appel : nous cherchons des personnes motivées pour prendre le volant de nos véhicules du service des transports.

Cela ne va pas de soi que dans une zone comme la nôtre il existe une structure de ce genre. Si nous voulons garantir une bonne qualité de vie à la population, et plus particulièrement à nos aînés, nous devons nous sortir les mains des poches pour qu'à l'avenir aussi, des associations comme les samaritains puissent garantir la continuité de ces prestations. Pendant un certain temps, le recrutement se faisait auprès des femmes au foyer. Mais les structures familiales ont évolué et très souvent, l'homme et la femme travaillent tous deux.

### **Samaritains seniors, on cherche une personne pour l'animation**

En ce qui concerne l'avenir, nous suivons avec attention les transformations sociales et la réalité



Inauguration de la voiture du Service des transports en présence de la marraine Idia Lompa de Personico et de Giambattista Bazzana de Giornico.

dans laquelle nous vivons afin d'identifier les besoins de la population de notre région. Dans ce sens, nous avons plusieurs projets en chantier dont nous espérons voir bientôt la concrétisation.

La création d'un groupe que nous appellerons «Deuxième été» et qui s'adresse aux personnes du troisième âge en fait partie. Le nom suit un peu les saisons : les samaritains ont un secteur jeune (printemps), une activité qui s'adresse aux adultes (été) mais encore rien exclusivement réservé au troisième âge. Au lieu de l'appeler automne, nous préférons envisager cette activité comme une façon différente de vivre l'été. Par conséquent, nous cherchons un animateur ou une animatrice qui dispose d'une certaine expérience dans le domaine. Les thèmes concerneront de près le troisième âge, l'objectif étant de permettre aux aînés de vivre en sécurité et avec sérénité.

Cela n'a rien à voir avec les activités ou les divertissements proposés par d'autres associations. Nous prévoyons plutôt des rencontres lors desquelles seront développés des sujets qui ont trait à la vie quotidienne des aînés. Nous imaginons quelque chose de similaire aux rencontres des jeunes du groupe Help ou aux exercices destinés aux adultes. Nous espérons vivement pouvoir lancer ce projet.



Franceline Gaillet, Marlis Guillod et Hélène Bachmann (de g. à d.) ont été chaleureusement remerciées de la part des samaritains du Vully.

## PASSAGE DE TÉMOIN

(Gilles Cressier) Marlis Guillod de Praz remet le poste de présidente de la section de samaritains du Vully (FR), qu'elle a occupé pendant les 26 dernières années. Elle reste active dans la société en tant que responsable de poste sanitaire et de trésorière.

Franceline Gaillet de Mur et Hélène Bachmann de Morat vont réduire leurs engagements dans la société après y avoir participé activement pendant respectivement 42 et 55 ans ! Les heures d'exercices, les postes sanitaires et les mètres de pansements accomplis par ces trois joyeuses complices n'ont pas été comptés, mais leurs contributions à la société fondée en 1938 – et qui leur doit sa survie – ont assurément marqué les Vuillerains de plusieurs générations. Elles ont été chaleureusement célébrées lors d'un souper au restaurant des Clefs à Lugnorre.

## DEPUIS 80 ANS

(Christine Chuat) C'est au mois d'août 1942, pendant la Seconde Guerre mondiale que la section d'Avenches, a été créée. Le but était de soigner les malades et de les soutenir. Par la suite, des cours ont été donnés aux personnes voulant soigner les membres de leur famille.

De nos jours, les 32 membres sont présents lors de nombreuses manifestations : slowUp, carnaval, concerts, manifestations équestres, etc. De plus, durant la saison du camping, ils occupent aussi un poste à la plage et sont présents pour le don du sang.

Lors de l'Assemblée générale de fin février, des samaritains ont été fêtés pour leurs 10, 15 et 20 ans de service. À cette occasion, Christine Dubi, la présidente, a remercié les samaritains pour leur engagement et le précieux travail fourni durant toutes ces années. Le Comité est composé de Ruben Espirito, Laura Morena, Carlos Gouveia, Christine Dubi, Christiane Saam, Cédric Chuard et Véronique Jost. Bravo à tous et que vive encore longtemps la section des samaritains avenchoise.

## IL Y A 50 ANS

(Comité de la section de Gebensdorf [AG]) Félicitations à la jubilaire Mathilde Wolleb et mille mercis pour son engagement. Mathilde rejoint la section en 1973 et en 1984, elle devient responsable du matériel. Elle sert un nombre



incalculable d'heures sur des postes médico-sanitaires, une activité dont elle ne s'est pas encore lassée. Personne ne sait combien de matériel elle a transporté, en revanche tout le monde admire ses connaissances étendues. Pendant 18 ans, elle est secouriste déléguée chez les sapeurs-pompiers. Sous sa surveillance, rien ne manque pour restaurer les donneurs de sang. Elle se fait un point d'honneur de la participation à la journée des malades et n'oublie jamais les anniversaires des autres membres de la section : une visite, une petite carte, un téléphone, voire un SMS – Mathilde vit avec son temps. Les desserts fournis pour ponctuer maintes manifestations sont légendaires. Honorée en 1993 par la remise de la médaille Henry Dunant, Mathilde Wolleb a été reçue membre d'honneur de la section en 2018. Aujourd'hui, c'est un immense merci que la section adresse à sa fidèle jubilaire.

Claudia Wernli, présidente, félicite Mathilde Wolleb pour ses cinquante ans d'affiliation à la section de Gebensdorf.

## IL Y A 65 ANS

(Manuela Lo) C'était en 1958, le kilo de pain coûtait 59 centimes. Berta Frey, 21 ans, entrait dans la section de samaritains de Lenzbourg (AG) et environs afin d'apprendre à aider les autres. Quand, une année auparavant, son employeur lui avait demandé de devenir sanitaire d'entreprise, elle n'avait pas hésité à acquérir les connaissances requises chez les samaritains. Elle se souvient : «À l'époque, il fallait avoir 21 ans pour entrer dans une section, je fus donc admise lors de l'Assemblée générale de 1958.» De 1964 jusqu'à la fin de 1983, Berta a partagé ses connaissances en tant que monitrice. Son imagination et son sens de l'humour étaient très appréciés et elle en imposait par ses connaissances étendues. En 1980, elle reçut la médaille Henry Dunant en guise de reconnaissance pour son engagement et depuis 1984, elle est membre d'honneur de sa section.

Aujourd'hui encore, à 86 ans, Berta Frey assiste à tous les exercices, donne un coup de main lors des collectes de sang et se réjouit de partager le traditionnel repas qui suit avec ses camarades. Elle a été spécialement récompensée pendant l'assemblée de cette année, car elle a été la plus active lors des exercices, des engagements sociaux et du don du sang. Alors que d'aucuns pensent à la retraite et à se la couler douce entre leurs quatre murs, Berta puise sa joie de vivre et son optimisme dans la vie associative.



Berta Frey lors de la collecte de sang.

Chapeau et un grand merci pour le formidable travail effectué en faveur de la section de samaritains de Lenzbourg et environs et tous nos vœux de bonne santé et de bonheur !

## IL Y A 50 ANS

(sbr) Margrit Lauber avait 19 ans quand elle est entrée dans la section de samaritains de Buttisholz (LU). Au fond, elle ne faisait qu'accompagner sa petite sœur, apprentie droguiste, dont l'employeur avait demandé qu'elle entre chez les samaritains. Mais comme cette dernière ne voulait pas y aller seule, Margrit l'a accompagnée. Cela s'est passé il y a 50 ans. Aujourd'hui encore, Margrit Lauber est toujours membre de la section. Active et très appréciée, elle participe à pratiquement tous les exercices ainsi que, trois fois par an, aux collectes de sang. Avec des collègues samaritaines, elle s'affaire en cuisine pour préparer du café, des sandwiches et du jus d'orange pour les donateurs. De 1985 à 1999, elle siégea au comité en tant que caissière. La médaille Henry Dunant lui a été remise en 1994 et en 1999, elle fut nommée membre d'honneur. Pendant six ans, elle fut secouriste chez les sapeurs-pompiers. Lors d'un incen-



die dans une ferme, la paysanne, en état de choc et fascinée par le feu, voulait absolument se rendre dans la grange en flammes. En lui parlant doucement, Margrit Lauber était heureusement parvenue à la retenir. Aujourd'hui, la jubilaire est reconnaissante de tout ce qu'elle a appris et vécu chez les samaritains. Cela lui a été fort utile quand ses enfants et ses proches ont eu des accidents ou sont tombés malades.

Le comité de la section de Buttisholz exprime sa reconnaissance à Margrit Lauber qui, pendant cinquante ans a œuvré en faveur de la section et l'a soutenue sans failir. Aujourd'hui encore, elle répond toujours présent quand on a besoin d'elle. Merci de tout cœur et félicitations !

Depuis 50 ans, Margrit Lauber est membre de la section de samaritains de Buttisholz.



Le nouveau local des samaritains de Thayngen permet de multiples usages.

## UNE DÉCISION COURAGEUSE

**La section de Thayngen (SH), a investi 64 000 francs pour un abri et un local en propre. Ayant ainsi transformé une nécessité en aubaine, elle a gagné en indépendance, en visibilité et en attractivité.**

(sbr) Parce que l'abri qu'elle louait était devenu trop cher après une hausse de la demande imputable à la crise du coronavirus, la section de Thayngen (SH), cherchait une solution. Et parce que le club de foot de Thayngen était en train de réaliser un nouveau local, l'idée a émergé de faire cause commune, d'autant plus que les samaritains effectuent régulièrement des services pour le FC Thayngen. Il a donc été décidé d'aménager une infirmerie dans le bâti-

ment du club de foot et de prévoir un abri pour le véhicule sanitaire. Grâce à des fonds propres et à la bienveillance des artisans locaux, le cadre budgétaire de 60 000 francs n'a été dépassé que de très peu. Les samaritains peuvent utiliser les équipements sanitaires du *club-house* et en contrepartie, la section s'occupe de la maintenance du défibrillateur apposé sur le bâtiment. Six mois après l'inauguration qui remonte à la fin de l'automne 2022, les avantages de cette solution sont évidents. Grâce à l'infirmerie, la section est visible pour la population et le public des manifestations sportives – une triple salle de gymnastique se trouve à trois pas. En outre, la section peut stocker du matériel dans son local et y organiser en tout temps exercices et manifestations.

---

## NOVICES ET VIEUX BRISCARDS

**Lors de l'assemblée annuelle de la section d'Erlen (TG) et environs, cinq nouveaux membres ont été accueillis avec applaudissements.**

(Hansjörg Steffen) Quatre membres célébraient 20, 25 ou 35 ans de secourisme. Les nouvelles adhérentes s'appellent Melanie Brülisauer, Anita Frischknecht, Alexandra Roth, Marlis Wickli et Jasmin Wittenwiler. Désormais, le comité est composé de Claudia Meier, présidente, Jasmin Kappeler, vice-présidente, Adnan Schai, trésorier, Hansjörg Steffen, secrétaire PV, Andreas Zbinden, moniteur, Leandra Blättler, responsable des services médico-sanitaires, Martina

Hollenstein et Jeanine Schenk, monitrices Help. Ont été félicitées pour 20 ans d'appartenance à la section Fides Ebnetter, pour 25 ans Petra Hofer et Claudia Meier et pour 35 ans Maria Kreis. Quant à Heinz Haffa, il a reçu un magnifique diplôme et a été nommé membre d'honneur sous des applaudissements nourris pour les services exceptionnels rendus pendant plus de 30 ans. Leandra Blättler, Levin Battisti, Claudia Heierli, Monika Niklaus et Andreas Zbinden ont suivi tous les exercices en 2022 et ont reçu un bon. En 2023, douze exercices intéressants sont au programme. Les collectes de sang auront lieu le 16 mai et le 28 novembre à Erlen et l'excursion de la section est prévue le 8 octobre 2023.

# Aider les sections à préparer l'avenir

Dans cette série, nous publions des conseils relatifs à la conduite d'une section. Nous y abordons des sujets auxquels Philipp Moor de Samaritains Suisse est souvent confronté.

**TEXTE: Susanne Brenner | cli**

## DEUXIÈME PARTIE: RECRUTER DES MEMBRES ET LES GARDER

Vous aimeriez recruter de nouvelles têtes pour votre section, récupérer d'anciens membres ou enthousiasmer de jeunes personnes pour les premiers secours? Ci-après, voici quelques conseils sous la forme de questions et de réponses. Elles ne couvrent évidemment pas entièrement le sujet. Selon la situation, il conviendra de les adapter ou de les compléter – comme cela semble opportun pour votre section.

### Que recherchent les membres qui font partie de notre section?

- Ils cherchent ou retrouvent des amis, des connaissances, des personnes qui partagent les mêmes valeurs.
- Ils s'intéressent à ce que nous leur proposons: une activité qui a du sens, premiers secours, intérêt pour le domaine médical.
- Ils cherchent un engagement local auprès d'une organisation connue et attractive.
- Ils ont envie d'entreprendre quelque chose avec d'autres et de se rendre utiles (voir à ce sujet l'interview en p. 10 à 12).

### Où pouvons-nous trouver de nouveaux membres potentiels?

- lors d'expositions ou de comptoirs locaux, d'une journée portes ouvertes
- lors de manifestations de la commune comme le 1<sup>er</sup> août, l'accueil de nouveaux habitants
- stands dressés à des endroits bien fréquentés dans la commune

### Comment s'adresser aux personnes que l'on souhaite recruter?

- entretiens personnels
- avec une offre attractive
- en leur remettant une fiche qui présente la section et ses activités
- avec des comptes rendus de manifestations et des articles rédactionnels dans des médias locaux, diffusés sur papier ou en ligne

### Comment faire pour que les membres restent?

- en témoignant de l'estime pour nos membres
- en exprimant notre reconnaissance pour leur engagement
- en proposant une vie associative diversifiée qui favorise la cohésion
- avec un programme qui permet d'élargir ses connaissances
- avec un programme qui favorise les rencontres et la convivialité

### Comment reconquérir les anciens?

- mettre sur pied un groupe SAMSEN (cf. p. 13–14)
- adresser un courrier à d'anciens membres
- organiser une rencontre d'anciens, éventuellement l'inclure régulièrement au programme annuel

---

## LANCER UN GROUPE DE JEUNES

---

Il est plus facile de gagner des jeunes à la cause samaritaine s'ils ont été engagés au préalable dans un groupe Help ou de Samas'Kids. Plus d'informations sur: <https://www.samariter.ch/fr/jeunesse>

# Interview avec Philipp Moor



Philipp Moor est responsable de l'assistance aux sections chez Samaritains Suisse. Un de ses objectifs est de conforter les sections dans leur mission et de mieux les soutenir sur le terrain. Il est convaincu que la participation à une section peut être attractive pour beaucoup de gens.

## **Qu'est-ce qui motive des gens à faire partie d'une section de samaritains ?**

Trois facteurs sont décisifs. Le premier est que dans une organisation, on côtoie des amis, des connaissances et des personnes qui partagent les mêmes valeurs. Le second est que l'offre correspond à certains besoins et que l'engagement a du sens. Et le troisième est que par l'insertion dans une organisation locale, on se fait une place dans le tissu social de son environnement immédiat.

## **Il existe de nombreuses sociétés avec des offres très diverses. Qu'est-ce qui est spécifique aux samaritains ?**

Les membres des sections de samaritains apprécient le fait que leurs activités ont du sens et souhaitent s'engager pour leurs semblables. Ils aiment aider les autres. Ils s'intéressent aux questions médicales et en rapport avec la santé et souhaitent pouvoir échanger sur ces sujets avec d'autres. Il en naît une vie associative qui permet l'émergence d'un sentiment d'appartenance. Le fait d'être en présence de personnes qui partagent les mêmes

idées et valeurs et de pouvoir en débattre avec elles est important. Le partage enrichit et apporte des satisfactions.

## **Malgré tout, il semble qu'aujourd'hui, moins de gens adhèrent à une section.**

En effet, c'est comme ça. C'est une tendance générale pour les associations. Même en ce qui concerne le sport, qui compte le plus grand nombre d'engagés volontaires, on observe la même tendance. Il en est de même pour les associations culturelles. Contre la tendance exige de l'imagination. Si je poursuis toujours les mêmes activités, je resterai comme je suis. Pour une section, cela signifie que si elle continue à proposer la même chose, elle attirera toujours le même genre de personnes. Si elle veut séduire de nouvelles têtes, il faut qu'elle revoie son offre. Peut-on penser à quelque chose de nouveau, quitte à laisser tomber autre chose.

## **Transposé à la vie d'une section cela signifie... ?**

Mettre notre offre à plat en nous interrogeant : voulons-nous rester comme nous sommes ou voulons-nous changer quelque chose ? Si c'est le cas, quoi ? Les sections n'ont pas toutes les mêmes atouts, qu'il s'agisse des premiers secours ou de l'aide communautaire bénévole. En outre, on peut se demander en quoi est-ce cool de faire partie de notre section ? Qu'en est-il de notre vie associative,

Les quatre articles qui font partie de la série sur la conduite d'une section aborderont les thèmes suivants : composition et activités du comité, recrutement de membres, planification de la succession et mélange des générations dans une section. Certains aspects vous seront peut-être familiers alors que d'autres aiguilleront votre curiosité.

de quoi profite notre groupe? Qu'est-ce qui resserre les liens et la motivation commune? En tentant de nouvelles choses, de nouvelles personnes pourraient s'en trouver attirées.

### Quelles seraient les conséquences sur le programme annuel?

Ce questionnement pourrait avoir des répercussions sur le programme annuel et changer les pondérations entre activités associatives, manifestations ou projets communs. Certains membres pourraient renoncer aux exercices mais s'engageraient autrement, tandis que ceux qui servent sur des DMS ne participeraient pas à d'autres activités. Selon les rôles et les centres d'intérêt, on pourrait même envisager la formation de divers sous-groupes. L'engagement serait modulé en fonction des besoins individuels et des disponibilités.

### Ne risquerait-on pas de perdre le but originel de la section?

Pour de nombreuses sections, le but de l'association a été fixé il y a plus ou moins cent ans. Ça ne veut pas dire qu'il n'est pas valable en soi, mais

l'environnement a beaucoup changé et il n'est pas interdit de procéder à des adaptations. Cela a d'ailleurs été fait à de nombreuses reprises. Cela signifie donc que l'organisation des samaritains est bien vivante et qu'après 135 ans, elle compte toujours un nombre important de volontaires disposés à défendre ses valeurs.



Certaines sections ont élargi leur offre en créant un groupe de jeunes ou un groupe d'ainés. C'est le cas des sections de Rebstein (photo de droite) et de celle de Widnau (photo de gauche). Les jeunes se rencontrent à l'occasion du camp de Pentecôte (photo du haut). Il est plus facile de convaincre de jeunes recrues à entrer dans la section s'ils étaient déjà actifs dans un groupe Help ou de Samas'Kids. Mais pour les aînés aussi, la participation à un groupe spécifique ne manque pas d'attrait, voir p. 13-14).



# Les nouveaux cursus sont prêts

**De brefs modules individuels, des sites de formation dans les régions et des séquences en e-learning sont quelques-uns des avantages des nouveaux cursus d'institutrice et d'instructeur First Aid et samaritain ou de monitrice et moniteur samaritain. Ces nouvelles formations seront appliquées dès le mois d'août 2023.**

**TEXTE: Diana Knuchel, Gloria Acklin | cli**

Ce sont les samaritaines et les samaritains eux-mêmes qui ont fait la demande de révision des cursus de formation afin de mieux tenir compte des possibilités et des besoins des participants. Les changements ont été discutés lors de plusieurs réunions. En 2021, deux facteurs externes ont également exercé une influence. D'une part, la pandémie de coronavirus a mis en évidence l'utilité des échanges en ligne et d'autre part, la stratégie entérinée par le Comité central de Samaritains Suisse fixait des objectifs clairs. Ces éléments ont été pris en compte lors de la conception des nouveaux cursus de formation.

## LES AVANTAGES EN BREF

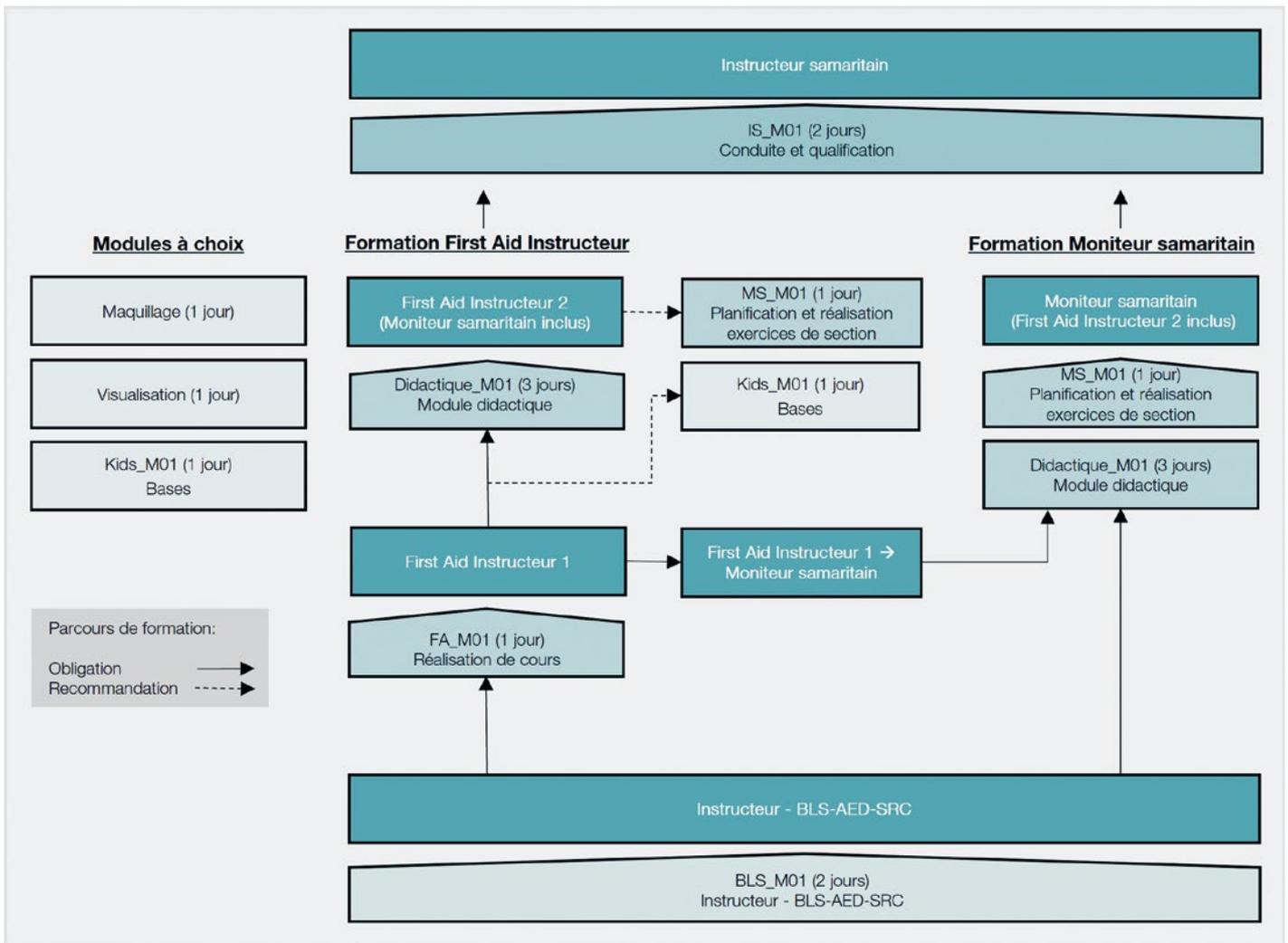
- durée de formation raccourcie (compact)
- cursus composés de plusieurs modules
- chaque module peut être suivi individuellement
- combinaison d'enseignement en ligne et de séquences présentiels
- sites de formation dans les régions pour certains modules
- frais de formation raisonnables

## Les cursus

La représentation schématique (voir ci-contre) fournit une vue d'ensemble des cursus selon la systématique de formation de Samaritains Suisse. En outre, elle permet de comprendre à partir de quels modules individuels les cursus sont constitués. Dans les prochains numéros de *nous, samaritains*, les différents modules seront présentés en détail.

## Quoi de neuf?

Tous les cursus de formation des formateurs sont de conception modulaire. Les temps de présence ont été raccourcis, la planification est plus flexible et les cursus sont financièrement plus avantageux. Malgré tout, ils répondent aux exigences des instances de certification concernant les premiers secours et la formation d'adultes (voir encadré). Les modules sont composés de séquences présentiels et d'e-learning. Les bases doivent être apprises au préalable, à l'aide de travaux à accomplir individuellement. Elles sont présumées acquises lors des séquences présentiels. Des tutoriels en ligne sont à disposition pour réviser les cours ou pour approfondir certains sujets. Des bilans de compétences permettent de valider les acquis. Une fois un cursus achevé avec succès, les formateurs fraîchement émoulus sont invités à se perfectionner, selon le principe de l'apprentissage permanent qui devient de plus en plus important. Selon le cursus, certaines formations continues sont obligatoires dans des délais donnés. Elles sont indispensables pour la reconduction de la certification des formateurs.



Grâce à la conception modulaire, il est possible en partant de la formation d'instructeur BLS-AED-SRC, d'acquérir le niveau instructeur *First Aid 2* via la formation d'instructeur *First Aid 1* ou directement en suivant deux modules. Désormais, le niveau instructeur *First Aid 2* est équivalent à moniteur samaritain.

## Le label eduQua atteste la qualité

Les cours sont appréciés à l'aide de différentes méthodes. En outre, une évaluation à long terme vise à démontrer que la matière enseignée est applicable au quotidien. Si ce n'était pas le cas, des modifications s'imposeraient. En tant qu'organisation formatrice, le secrétariat de Samaritains Suisse arbore le label eduQua. Une procédure ardue et minutieuse permet de certifier la qualité de l'enseignement. Les filières de formation sont régulièrement soumises à de nouvelles évaluations afin de s'assurer que le niveau d'exigence est maintenu dans la durée. La réorganisation actuelle est le fruit de ces remises en question régulières.

## LA CERTIFICATION

La certification correspond à la confirmation d'une compétence professionnelle par une instance indépendante. C'est important à l'égard du marché et de la clientèle.

- En sa qualité d'organisation formatrice, le secrétariat de Samaritains Suisse est certifié eduQua.
- Les personnes qui terminent avec succès les formations d'instructeur/instructrice *First Aid*, de moniteur/monitrice samaritain ou d'instructeur/instructrice samaritain remplissent les exigences de l'Interassociation de sauvetage (IAS), de la Société générale de surveillance (SGS) et du *Swiss Resuscitation Council* (SRC) et peuvent demander à être certifiées par ces organismes.



# Cours et formations en 2023

## First Aid Instructor 1

Formation	sem.	dates	durée	lieu	langue
<b>First Aid Instructor 1 (FA+) 2023/1</b> Module 1	18	21.10.2023	1	Hotel Sempachersee 6207 Nottwil	FR

## BLS-AED-SRC

Formation	sem.	dates	durée	lieu	langue
<b>BLS-AED-SRC Generic Instructor</b> 2023/1	34	26.8.2023- 27.8.2023	2	Hotel Sempachersee 6207 Nottwil	FR
<b>BLS-AED-SRC Generic Instructor</b> 2023/2	37	23.9.2023- 24.9.2023	2	Hotel Sempachersee 6207 Nottwil	FR

## Moniteur/Instructeur samaritain

Formation	sem.	dates	durée	lieu	langue
<b>Moniteur samaritain 2023/1</b> Module 1	45	11.11.2023	1	Hotel Sempachersee 6207 Nottwil	FR
<b>Instructeur samaritain 2023/1</b> Module 1	44	4.11.2023- 5.11.2023	2	Hotel Sempachersee 6207 Nottwil	FR

## Passerelle

Formation	sem.	dates	durée	lieu	langue
<b>Passerelle Moniteur samaritain à First Aid Instructor 2023/1</b>	43	28.10.2023	1	Hotel Sempachersee 6207 Nottwil	FR

## Cours

Formation	sem.	dates	durée	lieu	langue
<b>Maquillage</b> jour de présence 1	43	28.10.2023	1	Hotel Sempachersee 6207 Nottwil	FR
<b>Visualiser 2023</b> jour de présence 1	43	29.10.2023	1	Hotel Sempachersee 6207 Nottwil	FR

DISPONIBLE SUR SAMARITER.SHOP

# Trauma-Box : stopper l'hémorragie - sauver des vies



Le kit Trauma-Box a été spécialement conçu pour les secours immédiats en cas de plaies saignant abondamment. Grâce aux instructions simples et aux produits efficaces, vous pouvez stopper les hémorragies importantes jusqu'à l'arrivée des secours professionnels. Le kit Trauma-Box contient un garrot C-A-T qui a fait ses preuves et un bandage compressif IVF Hartmann ainsi que des gants de protection pour les secouristes. Le garrot s'applique sur les extrémités ou en cas de membres sectionnés. Le pansement compressif, muni d'une compresse absorbante et d'un répartisseur de pression, est destiné aux plaies qui saignent abondamment.

Grâce à son emballage pratique, le kit Trauma-Box peut être emporté partout ou placé de manière fixe sur un support.



# Tourniquet SAM XT : cliquer, tourner, sécuriser

Le tourniquet SAM XT Extremity est un garrot compact pour la fixation rapide et fiable des extrémités chez l'adulte. Le mécanisme de fermeture innovant assure le bon serrage et évite les mauvaises manipulations débouchant sur des garrots trop lâches ou le détachement accidentel des bandes velcro.

Le dispositif peut en outre être utilisé par tous les temps, car la bande velcro fonctionne même lorsqu'elle est complètement mouillée.

D'utilisation intuitive, le garrot a été spécialement pensé pour un déploiement rapide et sûr. La boucle spéciale verrouille automatiquement le tourniquet à un niveau de force prédéterminé, éliminant ainsi tout risque de jeu.



Les samaritaines et les samaritains bénéficient de prix préférentiels sur Samariter.shop. Des indications détaillées ainsi que des informations sur les prix et les accessoires sont disponibles auprès de la boutique samaritaine, [info@samariter.shop](mailto:info@samariter.shop), téléphone 032 566 71 71.

**Contact**

Rédaction « nous, samaritains »,  
Case postale, 4601 Olten  
redaction@samaritains.ch

Chères lectrices, chers lecteurs, merci d'envoyer vos missives par courrier électronique ou postal à l'adresse de la rédaction.

## LES PROCHAINS NUMÉROS

Numéro	Clôture rédactionnelle	Parution
3/2023	7.7.2023	9.8.2023
4/2023	6.10.2023	15.11.2023



QUAND JOINDRE LE SECRÉTARIAT ?

NOUS RÉPONDONS  
À VOS APPELS AU 062 286 02 00

DE 8 À 12 H  
ET DE 14 À 16 H.

Nous nous réjouissons de vous entendre.



## Abonnement à prix préférentiel

Le saviez-vous ? Les sections peuvent offrir un abonnement à *nous, samaritains* aux donateurs, membres passifs et autres personnes intéressées au prix de seulement 11 francs par an (au lieu de 33 francs).

Pour passer commande, il suffit d'envoyer un message à [redaction@samaritains.ch](mailto:redaction@samaritains.ch).

## JEUX : SOLUTIONS DE LA PAGE 32

■ ■ ■ ■ ■ F ■ ■ I ■ ■ ■ ■ ■ ■ F ■ D ■ ■ ■  
 S O M A L I ■ M O N T F A L L E R E  
 U N I T ■ N ■ P S O A S ■ A ■ C I A  
 ■ L ■ T R I Q U E ■ T ■ E N V I E R  
 ■ A N E E S ■ N ■ S E I N G ■ M N ■  
 A Y ■ N L ■ D I N A R ■ O E ■ E ■ R  
 ■ ■ B E C O T ■ L A ■ U ■ M E L O  
 ■ A N O N Y M E ■ A ■ P E G A S U S  
 I T ■ R T ■ I ■ F R E Y R ■ R ■ T I  
 ■ E ■ O ■ A C ■ T I ■ R ■ F A M E ■  
 ■ R E U S S I R ■ A L U ■ O C ■ C E  
 ■ M U G ■ P L A N L E S O U A T E S  
 ■ E T H N I E

DEMOGRAPHIE

2	6	9	4	5	1	7	8	3
5	1	8	6	3	7	4	9	2
7	3	4	8	2	9	6	5	1
3	5	2	9	8	6	1	7	4
8	7	1	3	4	2	9	6	5
9	4	6	1	7	5	3	2	8
6	9	5	2	1	4	8	3	7
4	8	7	5	6	3	2	1	9
1	2	3	7	9	8	5	4	6

3	6	2	1	8	5	7	9	4
1	8	5	9	4	7	3	2	6
4	9	7	2	3	6	8	5	1
5	2	4	8	7	3	6	1	9
9	7	6	5	2	1	4	8	3
8	1	3	6	9	4	5	7	2
2	4	9	3	5	8	1	6	7
7	5	1	4	6	2	9	3	8
6	3	8	7	1	9	2	4	5

# TOUT ENGAGEMENT NÉCESSITE UNE BASE SOLIDE

**25%**  
de RÉDUCTION  
spéciale  
samaritains !



Exemple de configuration : Tente pliable 6,0 x 3,0 m  
avec des parois latérales closes et une cabine intérieure

## Pro-Tent MODUL 4000 : la plateforme mobile pour que vous repondiez présent, quel que soit le lieu.

- > Le système de tente pliable breveté dans la qualité suisse premium
- > Montage en temps record
- > Sac de transport à grandes roulettes
- > 100 % étanche à l'eau
- > Disponible en plusieurs dimensions
- > Fabriqué par BSZ-Stiftung\* Einsiedeln, certifié ISO 9001

\* atelier employant des personnes avec un handicapé



Exemple de configuration : Tente pliable 4,5 x 3,0 m  
avec des parois latérales closes et une cabine intérieure



Depuis 10 ans engagés ensemble.

PRO-TENT AG · Systèmes de construction de tentes et de stands · Neuhoferstrasse 10 · 8630 Rüti  
Tél. : +41 (0) 55 220 28 00 · info@pro-tent.ch · [www.pro-tent.ch](http://www.pro-tent.ch)

**PROTENT**  
S W I T Z E R L A N D

DÉPLOYEZ VOS TALENTS