nous, samaritains

01/2017
www.samaritains.ch

Travailler avec des enfants et des adolescents

page 14

Interview

Pour Monika Dusong, l'ASS est parée pour l'avenir

page 4

En savoir plus

Nouvelle série : blessures aux membres inférieurs

page 14

Portrait

Le nouveau président glaronnais

page 17

L'oreiller bambou peut changer votre vie

L'oreiller bambou peut vous aider à améliorer la qualité de votre sommeil. Vous vous réveillez complètement reposé et évitez les maux de nuque, de tête et même les ronflements !

- ✔ **Rien n'est plus doux que le bambou**
  Confort exceptionnel, doux, absorbe l'humidité de la peau, sèche vite.
- ✔ **L'oreiller est antibactérien et anti-acarien**
  Hypoallergénique. Convient à tout le monde, y compris aux personnes allergiques.
- ✔ **Oreiller 3 en 1**
  Oreiller de soutien (plié en double). Oreiller normal (posé à plat). Oreiller extra doux (placé en position surélevée).
- ✔ **Soutien idéal pour la nuque et la tête**
  Les muscles se détendent, les douleurs et les ronflements s'atténuent et vous réveillez bien reposé.
- ✔ **Écologique**
  Le bambou pousse tout naturellement sans produits pour protéger les plantes ou autres agents chimiques équivalents.

Taille : env. 60 x 45 cm

Avoir le dos droit joue un rôle essentiel pour un sommeil reposant. Cela garantit une circulation suffisante du sang et les signaux nerveux parviennent jusque dans le cerveau puis retournent. Les voies respiratoires sont ainsi ouvertes et libres, de sorte que la respiration se fait de manière optimale sans être entravée par des ronflements.

L'oreiller bambou possède une fonction double :
La taie d'oreiller en bambou offre une agréable fraîcheur pendant le sommeil. Elle est exceptionnellement moelleuse. L'oreiller est rembourré de flocons de mousse à mémoire et s'adapte automatiquement à votre position de sommeil. Vous vous réveillez reposé et en pleine forme !

L'oreiller bambou est l'oreiller idéal pour vous ! Le voulez-vous plutôt relevé, aplati, plus moelleux ou plus compact ? Vos désirs sont des ordres. Grâce à sa morphologie, vous pouvez dormir dans n'importe quelle position souhaitée : sur le côté, sur le dos ou sur le ventre. Si vous aimez lire au lit à demi-assis, l'oreiller vous cale de manière optimale.

La mousse à mémoire est une matière viscoélastique spécialement développée qui réagit immédiatement à la pression et qui de ce fait devient élastique et s'adapte à votre morphologie. Lorsque l'oreiller est inutilisé, il retrouve sa forme initiale. La différence par rapport aux oreillers en mousse à mémoire normaux réside dans le fait que l'air peut circuler librement à travers la mousse à mémoire et vous donne donc une agréable sensation de fraîcheur. L'oreiller bambou est le premier oreiller à posséder tous les atouts de la mousse à mémoire sans les inconvénients. La taie d'oreiller peut être lavée en machine à 30 degrés.

Coussin bambou pour le dos

Fini les maux de dos !

Commandez en même temps le coussin bambou pour le dos et soulagez votre colonne vertébrale grâce à une position assise saine et confortable chez vous comme au travail. Taille env. 33 cm x 31 cm x 10 cm

Bon de commande

OUI, je commande contre facture plus participation aux frais d'envoi (Fr. 6.90) comme suit :

- ❑ **Oreiller bambou, 1 pièce** (N° d'art. 1436) **seulement Fr. 49.–**
- ❑ **Oreiller bambou, set de 2 pièces** (N° d'art. 1437) **seulement Fr. 88.–**
  Vous économisez Fr 10.-
- ❑ **Coussin bambou pour le dos** (N° d'art. 1433) **Fr. 39.90**

❑ Madame ❑ Monsieur 391-45

Nom : Prénom :

Rue/N° :

NPA/Lieu :

N° de tél. :

Prière d'envoyer à : TRENDMAIL AG, Service-Center, Weinfelderstrasse 6, 8560 Märstetten

Commander rapidement ? Par tél. : 071 634 81 25, par fax : 071 634 81 29 our sur www.trendmail.ch

Éditorial

Bonne année

Cela fait trois semaines que les jours rallongent. L'effervescence des fêtes de fin d'année et leur cortège de tribulations en tout genre ne sont plus qu'un souvenir, les Rois sont passés et le train des affaires ordinaires est reparti. Il est cependant encore temps de présenter mes vœux aux samaritaines et aux samaritains ainsi qu'à l'ensemble des lectrices et des lecteurs de ce journal.

Que l'amour sous toutes ses formes pose sur vous bienveillance et chaleur. Que de désir en étonnement, fantaisie et générosité émaillent votre quotidien. Que l'humour et la joie ne lâchent pas votre karma. Que liberté, magnificence et noblesse se présentent en offrande. Que patience et quiétude jalonnent votre route. Qu'en sérénité vous puissiez savourer vos triomphes et cultiver vos unions. Que la vitalité pousse votre wagon sans souci de votre xanthine et que vos youyous illuminent les zyeux de ceux qui vous sont chers.

Pardonnez cet abécédaire un peu bancal, mais non moins sincère. Car c'est un plaisir sans cesse renouvelé de venir à votre rencontre et toujours un bonheur de vous servir. Par conséquent, c'est non sans une certaine impatience que je me réjouis de partager avec vous de nouvelles aventures.

Chantal Lienert

Interview

4 Chez nous, la réalité se décline de mille manières
La nouvelle année démarre en beauté. Depuis fin 2016, l'ASS ainsi que les cours proposés par les associations et les sections sont officiellement homologués par l'IAS. En outre, le nouveau moyen didactique numérique est disponible et la restructuration des formations pour formateurs est achevée.

En savoir plus

10 Les blessures au genou, à la jambe et au pied – partie 1
Les blessures articulaires des membres inférieurs sont fréquentes lors d'activités sportives et les samaritains effectuant des services sont régulièrement confrontés à ce type de problèmes. Une série en trois parties doit fournir aux secouristes un outil leur permettant d'évaluer la nécessité d'examens plus approfondis lors de blessures au genou, à la jambe et au pied.

Vie moderne

14 Enseigner de façon ludique
Au début décembre, l'atelier « Travailler avec des enfants et des adolescents » s'est déroulé simultanément en Suisse alémanique et en Suisse romande. Les participants ont pu échanger, découvrir des jeux et se nourrir de discussions passionnantes.

18 Retour sur une année turbulente
Échanges entre pairs, informations captivantes et une kyrielle de bonnes nouvelles étaient au menu de la journée des anciens du début du mois de décembre.

Sections et associations

20 Nouvelles des samaritains en Suisse romande

Agenda

26 Vos rendez-vous !

La présidente centrale, Monika Dusong, s'exprime au seuil de la nouvelle année samaritaine

« Chez nous, la réalité se décline de mille manières »

La nouvelle année démarre en beauté. Depuis fin 2016, l'Alliance suisse des samaritains ainsi que les cours proposés par les associations et les sections sont officiellement homologués par l'IAS. En outre, le nouveau moyen didactique numérique est disponible et la restructuration des formations pour formateurs est achevée.

Interview et photo :
Sonja Wenger/cli

« nous, samaritains » : Monika Dusong, lors de la conférence d'automne de la mi-novembre, le Comité central a informé les associations cantonales que le processus de certification de l'Alliance suisse des samaritains (ASS) était achevé ainsi que les projets en relation avec les nouvelles formations. Quel bilan personnel tirez-vous de l'année dernière ?

Monika Dusong : Au cours de l'année 2016, qui a été très dense, les samaritains ont relevé d'immenses défis et réalisé une avancée sans précédent. Après une longue période de travaux préparatoires, à la fin de l'année, plusieurs éléments relatifs à divers projets se sont assemblés presque simultanément, permettant ainsi l'émergence d'un tout cohérent qui correspond en tous points à la stratégie 2020.

Pendant longtemps, il était difficile de comprendre que ces éléments ne formaient que des parties d'un tout plus important. Cela a généré quelque intranquillité.

Je parlerais plutôt de déstabilisation, ce que je comprends fort bien. Certains changements étaient extrêmes et les projets ont fait l'objet d'interventions à tellement de niveaux qu'il n'est pas surprenant que l'on ait parfois perdu la vue d'ensemble. Mais maintenant, tout s'assemble.

Il y a un certain temps, je m'étais référée à l'image d'un mouvement de montre composé d'une multitude d'éléments qui s'emboîtent les uns dans les autres. Elle s'applique à merveille. Dans un mouvement horloger, on trouve, entre autres, un balancier, une ancre, un spiral et un remontoir. À l'ASS, nous avons donc procédé à une mise à plat de tous les composants et les avons assemblés de façon inédite. Le défi était énorme, l'affaire complexe. Mais depuis peu, nous voyons le résultat fantastique qui en émerge.

Pour cette raison, je tiens aussi à adresser mes remerciements à toutes les collaboratrices et tous les collaborateurs du secrétariat central. Ce qu'ils ont accompli au cours des deux dernières années et l'énergie qu'ils ont investie pour les divers projets est gigantesque et ne va pas de soi. Ce n'est que grâce à cet engagement que l'ASS a pu mettre en place les modifications décisives et stratégiques qui permettront qu'à l'avenir aussi, les sections et les associations pourront dispenser des cours certifiés.

Quels sont les plus importants défis des prochains mois ?

Le mouvement est assemblé, mais il s'agit encore de procéder à quelques réglages pour qu'il fonctionne. Cela signifie que nous pouvons souffler quelque peu, mais qu'il n'est pas question de nous reposer sur nos lauriers. Maintenant, la balle est aussi dans le camp des samaritains. Nous leur avons mis de nouveaux outils à disposition, par exemple le moyen didactique numérisé. C'est leur tour de le tester, de s'y familiariser et de se l'approprier.

À ce sujet, je suis très optimiste. L'année passée, lors de l'initiation des formateurs, nous avons vu avec quel plaisir instructeurs et moniteurs s'emparaient des nouveaux outils dès qu'ils en avaient saisi le mode de fonctionnement. À eux aussi, je tiens à

adresser un grand merci, car ils n'ont pas craint de relever le défi et se sont montrés disponibles pour affronter la nouveauté. En récompense, leur qualification est au top et ils sont officiellement agréés par l'Interassociation de sauvetage (IAS), ce qui leur permet de garantir en tout temps la qualité de leurs cours et de leurs offres de formation.

Lors de l'entretien du début de l'année 2016, vous déclariez que de formidables opportunités se présentaient pour les samaritains. Comment se concrétisent-elles aujourd'hui ?
La nouvelle structure de formation et les outils qui l'accompagnent offrent une multitude d'opportunités. Je pense par exemple à la nouvelle formation de moniteur de cours 1 et 2. Cela facilite grandement les premiers pas, car le cursus a été allégé et il coûte aussi moins cher. Cela augmente l'attractivité pour les nouveaux venus. Quant aux personnes qui poursuivent leur parcours jusqu'au niveau de moniteur de cours 3, elles peuvent se faire engager comme « sanitaire d'entreprise ». Nos formations facilitent donc certaines évolutions dans une carrière professionnelle.

Un autre composant essentiel est l'ensemble des formations proposées à la jeunesse qui forment aujourd'hui un tout cohérent. Elles ont été conçues pour encourager la relève, car leur caractère qualifiant permet l'intégration directe de leurs détenteurs dans les sections. Instruits dans de nombreux domaines, les formateurs jeunesse qui rejoignent une société de samaritains sont immédiatement opérationnels. Il s'agit d'une grande chance pour les sections et j'espère qu'elles sauront en tirer parti.

Une autre opportunité est bien sûr le nouveau moyen didactique numérique. Il permet par exemple de composer des cours personnalisés pour des entreprises, à l'aide des méthodes les plus récentes, avec des vidéos, des plans de déroulement et beaucoup de suppléments techniques. Tous les éléments sont présents, il suffit de les assembler pour former une séquence réutilisable ou modifiable en tout temps. Non seulement cela facilite la vie, mais c'est plaisant.

Quels changements cela va-t-il entraîner concernant l'offre de cours des sections de samaritains ?
Il s'agit d'un réel avantage compétitif pour les sections. Prenons les cours publics et les cours pour les entreprises. Chaque année, entre nonante mille et cent mille personnes sont formées en premiers secours. Je ne puis que répéter qu'il s'agit de la meilleure assurance vie pour la population du pays. C'est aussi ce que j'ai dit au conseiller fédéral Guy Parmelin lorsque je lui ai présenté le travail de l'ASS à l'occasion d'une rencontre. Car le chef de la protection de la population doit savoir ce dont nous disposons dans notre caisse à outils.

Du fait que non seulement l'ASS, mais également les moniteurs, les monitrices et les cours disposent d'une certification IAS,

« Ce n'est que grâce à l'engagement de tous les collaborateurs au secrétariat central que l'ASS a pu mettre en place les modifications décisives pour l'avenir. »

nous sommes parés pour l'avenir. Notamment aussi parce qu'actuellement, le Secrétariat d'État à l'économie (SECO) et la Caisse nationale suisse d'assurance en cas d'accidents (suva) cherchent à sensibiliser les entreprises pour qu'elles ne recourent qu'à des formations homologuées par l'IAS.

Et finalement, notre cours de sauveteur qui repose sur les directives les plus récentes a également été agréé par la Société générale de surveillance (SGS) qui est mandatée par l'Office fédéral des routes. Cette certification sera reprise telle quelle par l'IAS. En peu de temps, notre cours de sauveteur deviendra la référence en Suisse. Dans ce domaine aussi, les samaritains disposent d'une longueur d'avance, car de nombreux autres organisateurs doivent d'abord adapter leur cours et le réaménager.

Comment se passera la mise en œuvre ?
Si elles ne l'on pas déjà fait, les sections ont besoin d'un état des lieux. Il s'agit de trancher qui fait quoi dans la section, de combien de moniteurs elles on besoin, s'il vaut la peine de se concerter avec d'autres sections afin que leurs formateurs atteignent le nombre d'heures d'enseignement exigés par nous ou encore quels projets elles souhaitent mettre en œuvre et quels sont les sujets qu'elles considèrent comme prioritaires.

Dans ce domaine, les associations cantonales ont un rôle important à jouer. C'est à elles d'accompagner les sections, d'examiner ce dont ces dernières ont besoin, où il y a des lacunes et comment promouvoir les collaborations. Lors de la conférence d'automne, les associations cantonales ont proposé de fonctionner comme interface entre le secrétariat central et les sections en cas de questions relatives à la mise en œuvre.

Mais les comités des sections aussi sont importants. Ce sont eux qui déterminent les orientations stratégiques et qui ont la vue d'ensemble de leur territoire. Et si les sections et les associations ont besoin d'aide, le coach de section – une nouvelle fonction créée au sein de l'ASS – peut les assister.

Il s'agit d'un grand nombre d'éléments qui doivent être clarifiés.
L'époque est exigeante, c'est vrai, et je ne veux rien lénifier. Nous savons que la mise en œuvre nécessite du temps et que personne n'est à l'abri de l'erreur. L'essentiel est de ne pas abandonner le bateau.

Un état des lieux précis permet aux sections de détecter leurs besoins. Mais il n'est pas nécessaire que toutes fassent tout. Chacune a ses prédilections et ses priorités. Les unes opteront pour plus de cours personnalisés – ou de cours individuels comme ont désigne désormais les cours

Bonne année !

Je souhaite une année stimulante et enrichissante à toutes les samaritaines et à tous les samaritains, avec des aventures palpitantes et des expériences épanouissantes. Un très grand merci pour votre infatigable et inestimable engagement en faveur du bien-être de votre prochain.

Monika Dusong

pour entreprises –, d'autres insisteront sur la formation interne ou souhaiteront mettre en place un projet avec la jeunesse. À l'ASS, la réalité se décline de plus de mille manières différentes.

C'est pourquoi il n'a pas non plus été possible de freiner certains projets, bien que nous y ayons pensé à un moment, notamment concernant la formation de la jeunesse. Le Comité central a décidé de continuer, car tous les projets sont imbriqués les uns dans les autres. Il faut lancer maintenant la promotion de la relève et préparer les jeunes pour les activités des sections afin que plus tard, ils soient disponibles.

Alors, les sections peuvent prendre leur temps dans certains domaines ?
Absolument. Le seul domaine où nous ne pouvions pas traîner est la certification. En Suisse, l'ASS est la plus importante organisation prestataire de formations de premiers secours pour non-professionnels et nous ne pouvons pas nous permettre de sacrifier la qualité ou de paraître démodés. Avec la certification et les nouvelles formations, nous garantissons que la marque « samaritains » soit synonyme de substance et de qualité. Une présentation unifiée en fait bien sûr partie.

La question qui se pose cependant est si la tendance vers la professionnalisation n'est pas contradictoire avec l'idée du bénévolat.
Pour les samaritains, l'équilibre à trouver est délicat. Se présenter de façon professionnelle et proposer des formations et des prestations de grande qualité signifie avant tout qu'ils exercent leurs activités avec beaucoup de compétence, et cela à titre volontaire pour l'essentiel. Dans notre organisation aux facettes multiples, il existe aussi des associations qui embauchent des moniteurs de cours 2 à titre professionnel pour dispenser des cours aux entreprises. C'est le cas à Genève et sur Vaud. Chaque échelon est appelé à opter pour ce qui lui convient.

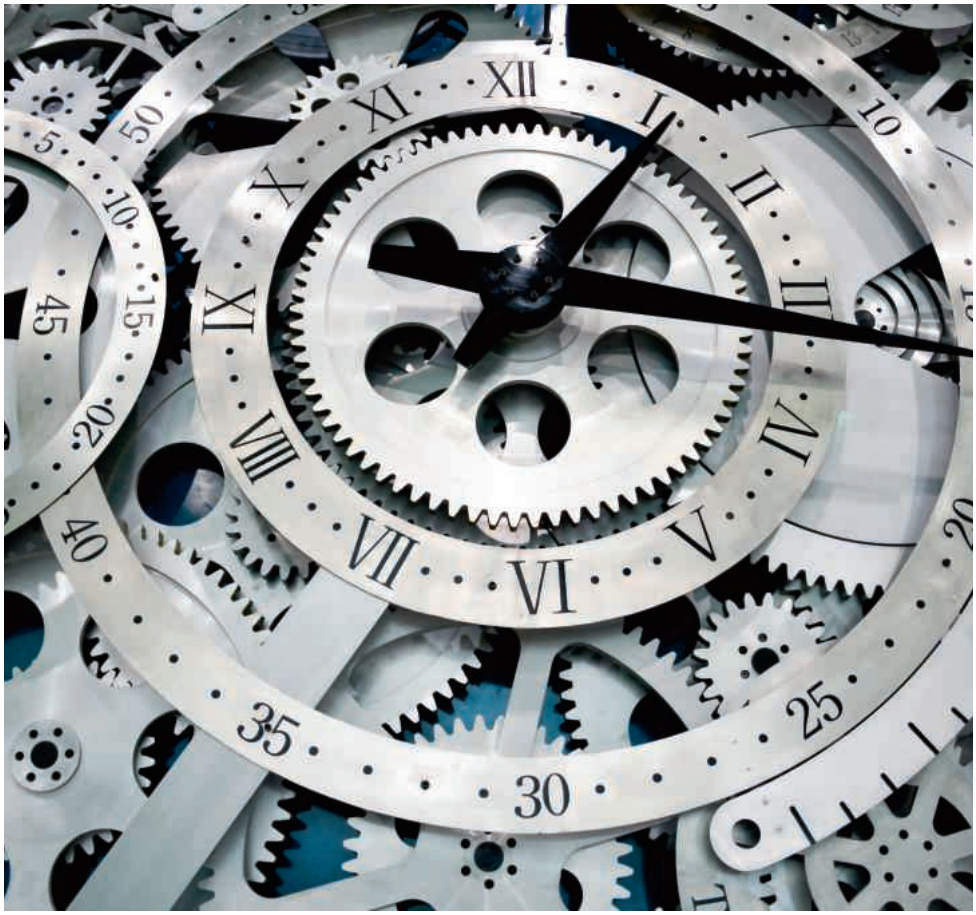
Il m'a toujours tenu à cœur que l'ASS demeure une organisation de volontaires. Je ne sais suffisamment exprimer l'estime que j'ai pour les samaritains. Ils incarnent des valeurs importantes dans notre société, car ils permettent à des personnes d'apprendre à aider les autres et à s'aider soi-même. Ils le font en y investissant un nombre d'heures considérable dans une société de plus en plus égoïste et matérialiste. Pendant mes années de présidence, cet engagement désintéressé a été un moteur puissant.

« La qualification de nos formateurs est au top ! »

En 2017 il y aura des changements pour vous aussi, car vous ne vous représentez pas.
La décision n'a pas été facile, car l'ASS est chère à mon cœur et je continuerai de m'engager en sa faveur avec énergie et passion. Je suis aussi contente d'avoir pu accompagner le processus de restructuration. Mais après onze ans à la présidence et à près de septante-deux ans, j'estime qu'il est raisonnable de remettre les rênes du mouvement.

Depuis la mi-2015, une commission dédiée était en quête d'une personnalité correspondant au profil d'exigence, disposant d'une expérience de conduite et d'un bon réseau politique et bon que la personne vienne de l'extérieur de l'ASS et dispose de compétences complémentaires spécifiques, car avec huit samaritains expérimentés, issus de tous les horizons, le secourisme proprement dit est déjà bien représenté au Comité central.

Je suis heureuse que le Comité central présente lors de la prochaine Assemblée des délégués la candidature de l'ancienne conseillère d'État et conseillère nationale zurichoise Regine Aeppli.



Formation, moyen didactique, promotion de la jeunesse et certification, tous ces éléments s'imbriquent les uns dans les autres à l'image des rouages d'un mécanisme horloger.

« Les samaritains exercent leurs activités avec une compétence professionnelle. »

Pendant la conférence d'automne, cette candidature a réuni une très grande majorité lors d'un vote consultatif souhaité par les présidents cantonaux. Je suis certaine que Regine Aeppli saura relier les diverses personnes et orientations au sein de l'ASS avec compétence et ouvrir la voie du futur. •

Nous adressons nos remerciements à Bâloise Assurances pour l'excellente collaboration pendant cinq ans et formulons tous nos vœux pour un avenir prospère.

Alliance suisse des samaritains

L'accent est mis sur le travail et l'engagement des samaritaines et samaritains

Les samaritaines et samaritains donnent des cours de premiers secours, assurent des services médico-sanitaires, aident lors de campagnes de dons du sang et de collectes de vêtements usagés, et sont des partenaires importants pour les services de sauvetage institutionnalisés. Les samaritaines et samaritains et leur engagement infatigable seront les principaux ambassadeurs de la collecte des samaritains de cette année, qui se déroulera du 21 août au 2 septembre.

Comme chaque année, les sections pourront organiser des collectes par listes, de rue ou de dons sur un compte. Ci-dessous l'aperçu et la présentation des moyens auxiliaires qui sont à votre disposition pour la collecte.

Journal de la collecte

Le journal de la collecte donne des informations sur le travail samaritain et montre aux donatrices et donateurs quels sont les usages de leurs dons et qui en bénéficie. En l'occurrence, le travail des sections de samaritains est traité d'une manière plus complète et plus approfondie. Ainsi, par exemple, on explique à l'aide d'un reportage et d'un rapport d'intervention quelle utilité locale et sociale se dégage de l'implication et des services assurés par les samaritaines et samaritains. Dans le journal de la collecte, il est également question des cours, des services médico-sanitaires et des autres prestations telles que collectes de vêtements usagés ou services d'encadrement. L'appel aux dons de la Présidente de la Confédération soulignera en l'occurrence l'engagement des samaritaines et samaritains. Bien entendu, une page de devinettes avec concours et une nouvelle offre de pharmacies ne manqueront pas non plus.

Connaissances et conseils

Pour accompagner le journal de la collecte, qui informe au sujet du travail et de l'utilité sociale des samaritaines et samaritains, il existe un livret de poche renfermant un condensé de connaissances et de précieuses informations : que faire en cas d'intoxication, de saignement de nez ou de troubles cardio-circulatoires ; comment dois-je procéder en cas d'urgence ou comment puis-je prodiguer les premiers secours en cas de coupure – ces questions ne sont que quelques-uns des sujets qui sont traités de façon concise et compréhensible dans « Connaissances et conseils ». Avec ce pratique livret de poche distribué gratuitement, nous montrons d'une part nos connaissances spécialisées, et d'autre part, les donatrices et donateurs potentiels reçoivent aussitôt quelque chose en retour – à savoir nos connaissances.

Articles à distribuer : sucre de raisin ou set de pansements

Vous avez le choi ! Du sucre de raisin ou un set de pansements. Avec ces petits présents dont les donatrices et donateurs peuvent profiter directement – même s'il ne s'agit que de petites quantités –, vous produisez un moment positif.

En parallèle, les sections disposeront d'affiches, d'annonces de remplissage, de matériel événementiel, de dossiers de presse, ainsi que d'un modèle de lettre pour la collecte de dons sur un compte.

Pour la collecte de dons sur un compte, unissez vos forces et réduisez le travail et les coûts : veuillez tenir compte à ce sujet de l'article figurant dans la brochure de planification 2017 ainsi que du sondage dans l'Extranet.

Délais

- **Fin janvier 2017 :** envoi ainsi que mise en ligne du formulaire de commande et du guide de la collecte dans l'Extranet
- **A partir du 20 février 2017 :** mise en ligne du journal de la collecte, «Connaissances et conseils», modèle de lettre pour la collecte de dons sur un compte et visualisation d'articles à distribuer pour information dans l'Extranet
- **Jusqu'au 31 mars 2017 :** commande des documents de collecte (plus aucun cadeau promotionnel ne pourra être commandé après le 31 mars)
- **Semaine 26 :** livraison des documents de collecte
- **Semaine 27 :** mise en ligne des annonces de remplissage et des dossiers de presse dans l'Extranet
- **Semaine 32 :** livraison des documents de collecte
- En parallèle, des informations seront données aux mandataires de la communication et de la collecte par circulaire électronique et Newsletter

Le service Marketing/Communication conseille volontiers les sections sur les avantages et inconvénients des différents types de collecte. Nous sommes également volontiers là pour vous pour toutes suggestions et questions : **marketing@samariter.ch**

Documents à partir de la fin janvier 2017 dans : **Extranet > Marketing > Collecte**

2016

Ebauche 2017
(photo et contenu sont encore en préparation)

En 2017 également, des samaritaines et samaritains donneront un visage aux documents de collecte. Ce sont eux qui sont derrière l'important travail du mouvement samaritain, dont toute personne en Suisse peut profiter. En faisant un don en faveur du mouvement samaritain, il est possible d'apporter une précieuse contribution à la société.

Nous poursuivons volontairement la campagne de l'année dernière avec de nouveaux sujets. Nous favorisons ainsi un ancrage plus solide de la marque et du message.

C'est vous que nous cherchons!
Pour la mise en œuvre des documents de collecte, nous sommes à la recherche de samaritaines et samaritains des quatre coins du pays et exerçant les professions les plus différentes.

L'idéal serait que nous puissions photographier des samaritaines et samaritains en tenue de travail sur leur lieu de travail (comme p. ex. une cuisinière dans sa cuisine ou un menuisier dans son atelier...). Les séances photo sont prévues à partir du 23 janvier 2017 jusqu'à la fin mars.

Si vous souhaitez donner un visage au mouvement samaritain en tant que protagoniste: manifestez-vous auprès du service Marketing/Communication: **marketing@samariter.ch**

Merci.

Cas fréquents lors du service médico-sanitaire

1re partie – Structure générale d'une articulation

Les blessures au genou, à la jambe et au pied

Les blessures articulaires des membres inférieurs sont fréquentes lors d'activités sportives et les samaritains effectuant des services sont régulièrement confrontés à ce type de problèmes. Nous avons conçu une série en trois parties pour fournir aux secouristes un outil leur permettant d'évaluer la nécessité d'examens plus approfondis lors de blessures au genou, à la jambe et au pied.

Texte : Docteur Florian Marti/td
Illustrations : Shutterstock

Les samaritaines et les samaritains assurant des services médico-sanitaires sont régulièrement confrontés à des blessures articulaires des membres inférieurs, par exemple lors de manifestations sportives. En prenant en charge ce type de blessés, il leur incombe de traiter eux-mêmes correctement les accidents mineurs, de reconnaître les blessures sévères et, le cas échéant, diriger les victimes vers les bons services. Leur rôle peut donc s'avérer décisif.

Comme en présence d'une maladie, les secouristes doivent se poser les questions fondamentales suivantes (par ordre croissant d'urgence) pour déterminer la gravité d'une blessure :

1. Le patient a-t-il besoin d'un traitement ?
2. Le samaritain est-il à même de réaliser ce traitement ?
3. Le patient doit-il se rendre chez son médecin traitant dans les jours qui suivent ?
4. Le patient a-t-il immédiatement besoin d'un traitement médical ?
5. Faut-il appeler une ambulance pour qu'il accède à ce traitement ?

Pour les non-professionnels comme pour les spécialistes du secteur médical, ces questions ne sont jamais faciles. Pourtant, y répondre correctement est très important pour les patients de même que pour notre système de santé. Le traitement par un samaritain d'une blessure mineure permet d'épargner des frais pour le système de santé et évite des dépenses inutiles à la victime. À l'inverse, passer à côté d'une blessure grave peut nuire à la santé de la personne concernée et entraîner par la suite des coûts élevés pour le système de santé.

Dans ce contexte, les trois articles prévus fournissent une vue d'ensemble de l'anatomie et des blessures du genou, de la jambe et du pied et présentent le traitement approprié de ces blessures. Pour les samaritains, il n'est pas nécessaire d'apprendre par cœur tous les tableaux cliniques. Ces articles peuvent sans autre est mis à disposition sur les postes de secours pour être consultés au besoin.

Structure générale d'une articulation

En règle générale, une articulation se compose des structures suivantes : deux os ou plus qui peuvent se déplacer les uns par rapport aux autres. Sur les surfaces articulaires, ces os sont recouverts de cartilage qui permet un mouvement réciproque des os avec peu de frottement et surtout sans douleur. Autour de l'articulation se trouve une capsule articulaire qui contient le liquide synovial. Le liquide synovial réduit encore plus le frottement et l'usure du cartilage et alimente aussi ce dernier en éléments nutritifs. La capsule articulaire stabilise par ailleurs l'articulation. Les ligaments et la musculature ont également pour fonction de stabiliser l'articulation. Dans l'articulation du genou se trouve de chaque côté de l'interligne articulaire un ménisque qui réduit la pression sur le cartilage et le protège ainsi de l'usure.

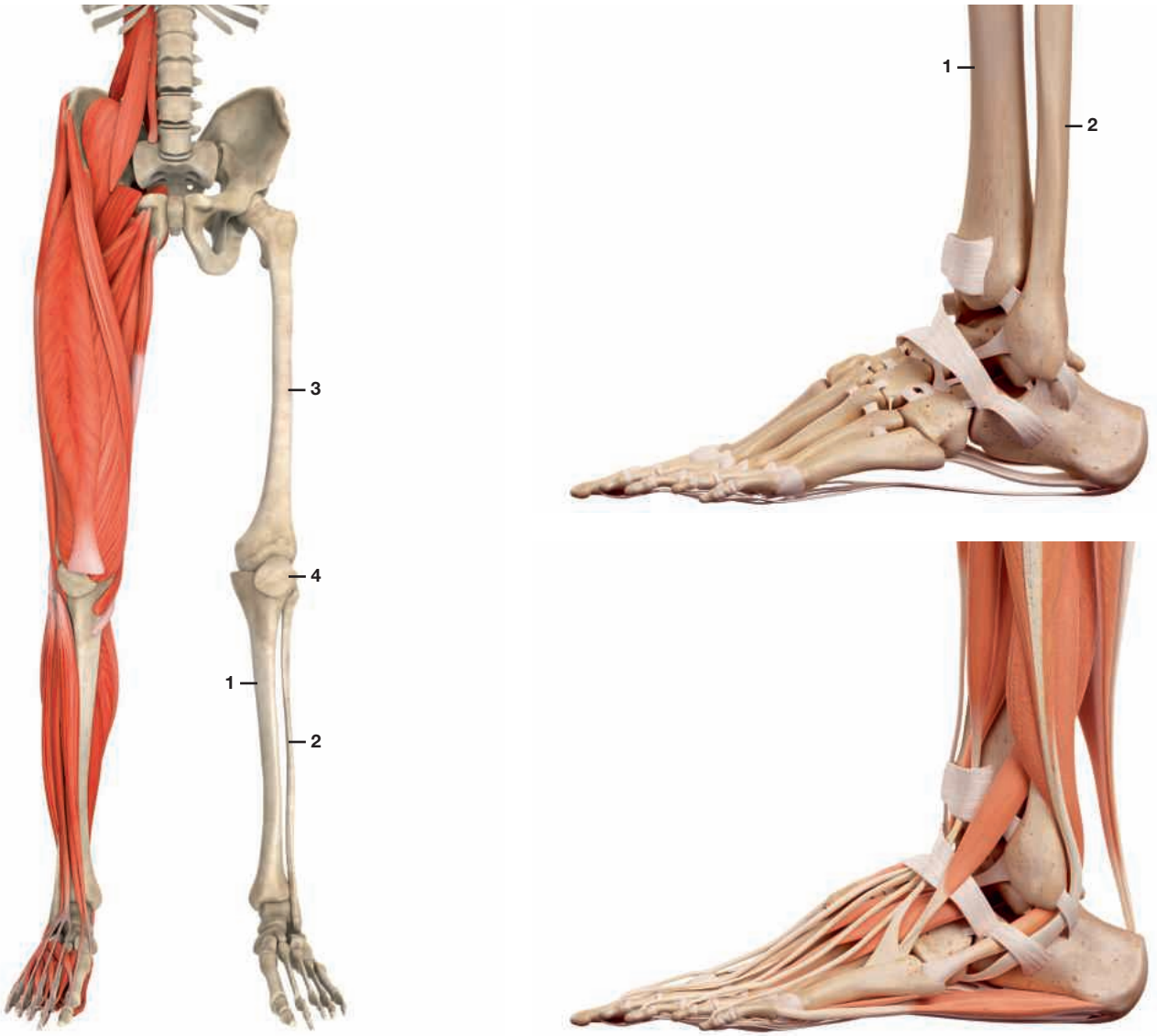
Lors d'un accident, une ou plusieurs structures d'une articulation peuvent être endommagées par une sollicitation excessive. Par exemple, une tension excessive sur l'articulation peut entraîner un étirement du ligament, voire une déchirure si l'étirement est encore plus important. Lors d'un tassement, l'os peut être excessivement sollicité et ainsi enfoncé. Après l'accident, les mouvements qui ont entraîné la blessure sont généralement douloureux, voire impossibles à réaliser, car ils sollicitent les structures blessées. Par exemple, la torsion du pied vers l'extérieur entraîne un étirement des ligaments internes. Il est ensuite douloureux de fléchir le pied vers l'extérieur, car c'est à nouveau exactement la structure blessée, à savoir le ligament interne, qui est sollicitée. Ainsi, en connaissant l'anatomie d'une articulation, il est possible de déterminer de quelle blessure souffre un(e) patient(e) en localisant la douleur ou le mouvement qui est limité.

En pratique, il arrive bien entendu souvent que tout le genou ou tout le pied soit douloureux après un accident et qu'un examen ou une évaluation ne soit pas possible immédiatement après la blessure, en raison du gonflement. Il est alors important d'évaluer dans quel délai la personne blessée doit consulter un médecin. Cet article traite également de ce thème.

L'articulation du genou

L'articulation du genou (voir fig. 1) comprend trois os : le tibia, le fémur et la rotule (patella). Le tibia forme un plan (plateau tibial) sur lequel les surfaces articulaires cylindriques du fémur se déplacent. La rotule maintient en bonne position le puissant tendon de la cuisse (tendon quadricipital). Elle est reliée au tibia par le tendon patellaire en direction du pied. Dans l'interligne articulaire se trouvent deux ménisques, l'externe (ou latéral) et l'interne (ou médial). Les liga-

Cas bagatelle ou blessure sérieuse ?



Les membres inférieurs sont particulièrement sujets à blessures lors d'activités sportives. Image: le tibia (1), le péroné (2 fibula), le fémur (3) et la rotule (4 patella).

Précisions

Des blessures en tout genre

La sollicitation excessive d'une structure articulaire peut entraîner une blessure. Après l'accident, le mouvement en cause sera douloureux pour la personne blessée et, ou ne pourra plus être effectué. Les douleurs permettent donc de déterminer quelle est la structure endommagée.

Structures anatomiques du genou
Le genou comprend six structures spécifiques pouvant être blessées : le tibia/le fémur/la rotule, les ligaments collatéraux, les ligaments croisés, les capsules, les ménisques, les muscles et leurs tendons.

Structures anatomiques du pied
Pour le pied, ce sont les six structures suivantes : le tibia, le péroné, les ligaments externes, les ligaments internes, le ligament tibio-fibulaire (maintient le tibia et le péroné ensemble), les muscles et leurs tendons.

Par le dysfonctionnement qu'elle entraîne, une blessure non décelée peut détruire les structures articulaires de manière irréversible et entraîner à long terme des troubles graves tels que l'arthrose.

ments croisés stabilisent le genou. Le ligament croisé antérieur empêche le tibia de glisser vers l'avant et le ligament croisé postérieur vers l'arrière. De puissants ligaments collatéraux empêchent la jambe de partir sur le côté. Ainsi, le ligament collatéral externe empêche la jambe de fléchir vers l'intérieur, et vice-versa. Lorsque le genou est en extension, la capsule articulaire est tendue et confère une stabilité supplémentaire.

Le péroné (fibula) est relié à l'extrémité supérieure du tibia, mais ne fait pas partie de l'articulation.

La cheville

La cheville est l'articulation du pied (voir fig. 2), elle désigne l'articulation tibio-tarsienne complétée par l'articulation sous-astragalienne. L'articulation est formée par les deux os de la jambe (le tibia sur la face interne, le péroné sur la face externe) qui s'appuient sur l'astragale (talus).

Le tibia et le péroné sont également maintenus ensemble (ligament tibio-fibulaire). L'astragale forme avec le calcanéus l'articulation sous-astragalienne. Du côté interne, des ligaments relient le tibia et les os du pied ; du côté externe, ils s'étendent du péroné aux os du pied (calcanéus et talus). Le tendon d'Achille est une large bande facilement palpable. Il est rattaché au calcanéus et nous permet de nous dresser sur la pointe des pieds.

Généralités sur les blessures

De manière générale, les blessures peuvent être classées en fonction de leur sévérité et de l'urgence de soins qu'elles nécessitent. On obtient ainsi les quatre catégories suivantes :
légère/bénigne – non urgente
légère/bénigne – urgente
grave/sérieuse – non urgente
grave/sérieuse – urgente

Il peut y avoir des blessures légères qui nécessitent un traitement immédiat. C'est le cas par exemple d'une coupure qui doit être soignée. La blessure, si elle est de faible étendue, n'est pas grave en soi, mais elle doit tout de même être pansée par les secouristes ou suturée par un médecin dans un délai de six heures.

À l'inverse, il y a des blessures qui malgré leur gravité ne nécessitent pas de traitement immédiat. La rupture du ligament croisé fait partie de cette catégorie. Il s'agit d'une blessure sérieuse, mais qu'il n'est pas nécessaire d'opérer immédiatement.

Le classement des blessures dans ces catégories revêt une grande importance pour la prise en charge des personnes blessées. Les blessures non urgentes font le plus souvent l'objet d'une consultation chez le médecin traitant dans les jours qui suivent. Les blessures nécessitant un traitement d'urgence doivent être prises en charge sans délai. Si ce n'est pas possible sur le poste de secours, le patient doit se présenter en urgence chez un médecin. C'est également le cas lorsque l'urgence n'est visible qu'au moment des examens diagnostiques complémentaires.

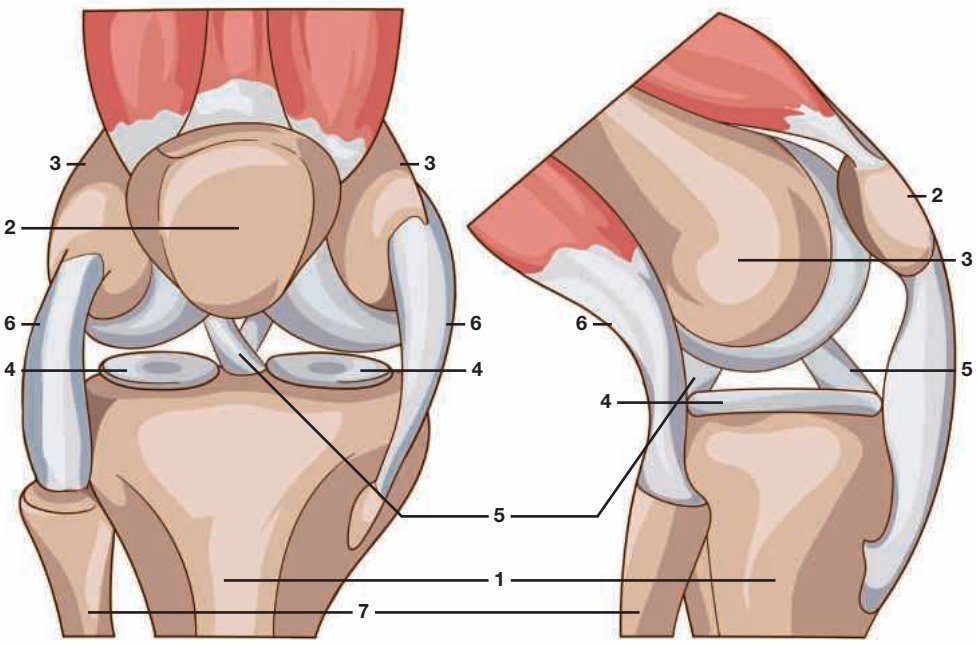
À suivre dans le n° 2/2017 de « nous, samaritains » la 2e partie – Les blessures du genou et dans le n° 3/2017, la 3e partie – Les blessures du pied.

Un grand merci au Docteur Andrej Isaak, FMH chirurgie et chirurgie vasculaire, pour la relecture professionnelle du manuscrit. •

Glossaire

Les termes médicaux ont été volontairement utilisés dans cet article. Connaître ces termes permet de communiquer plus facilement avec le personnel médical. De plus, ils sont très proches dans de nombreuses langues étrangères. Ce glossaire est un outil auquel se référer en cas de besoin.

latéral : placé sur le côté extérieur
médial : placé sur le côté intérieur
ligamentum (abrév. : ig.) : ligament (par exemple, ligament croisé, ligament collatéral, ligament tibio-fibulaire, qui réunit le tibia et le péroné)
fibula : péroné (os de la face externe de la jambe)
talus : astragale (os du tarse)
calcaneus : calcanéus (ancienne nomenclature : calcanéum)
traitement opératoire : chirurgie
traitement conservateur : pas de chirurgie, par exemple attelle, plâtre, physiothérapie, etc.



L'articulation du genou de face (gauche) et de profil (droite) : tibia (1), rotule (2 patella), fémur (3), ménisques (4), ligaments croisés (5), ligaments collatéraux (6) et péroné (7 fibula).

Atelier « Travailler avec des enfants et des adolescents »

Enseigner de façon ludique

Au début décembre, l'atelier « Travailler avec des enfants et des adolescents » s'est déroulé simultanément en Suisse alémanique et en Suisse romande. Les participants ont pu échanger, découvrir des jeux et se nourrir de discussions passionnantes.

Un panier plein de sujets de discussion.

Texte : Sonja Wenger/cli, collaboration : Melanie Fussen, Samira Bakari.
Photos : Samira Bakari, Sonja Wenger

L'ambiance est bonne, cordiale et détendue quand peu après neuf heures, les huit participants et Cordula Equey, responsable de la formation, se retrouvent dans le local des samaritains aux Hauts-Geneveys, à quelques kilomètres de la ville de Neuchâtel, le long de la route qui mène au col de la Vue des Alpes. Ce samedi de début décembre, il s'agit de participer à l'atelier « Travailler avec des enfants et des adolescents ».

Ce module complémentaire est obligatoire pour toutes les personnes qui, comme le nom l'indique, souhaitent s'impliquer dans les activités avec la jeunesse ou lancer le projet « Écoliers samaritains » avec leur section. Cependant, les samaritains disposant déjà d'une formation pédagogique ou qui ont suivi un des nouveaux cursus destinés aux encadrants de la jeunesse en sont dispensés.

Le petit groupe qui se retrouve aux Hauts-Geneveys est aussi divers que le public cible. Âgés entre vingt-deux et soixante ans, les samaritains présents disposent déjà d'une certaine expérience avec la jeunesse, quelques-uns même depuis longtemps. Tout le monde ne se connaît pas et la ronde des présentations, à laquelle se joint la journaliste pour des raisons d'équilibre numérique, se révèle fort distrayante.

Il s'agit de saisir un jouet dans une caisse – de la poupée Barbie blessée jusqu'à l'ours polaire brun en passant par des crayons de couleurs, tout le monde y trouve un objet à sa convenance – et de l'intégrer dans la présentation de sa propre personne. Ensuite, les participants sont invités à noter leurs attentes à l'égard de l'atelier sur une feuille de papier et à l'accrocher sur une corde à linge. Finalement, chacune et chacun gonfle un ballon, dans lequel se cache un mystérieux contenu, et l'attache autour de sa jambe à l'aide d'une longue ficelle.

L'éclatement d'un ballon donne le coup d'envoi

À peu près au même moment, à environ cent quatre-vingts kilomètres à vol d'oiseau, trente-sept personnes nouent des ballons similaires autour de leurs jambes à Herisau, chef-lieu d'Appenzell Rhodes extérieures. Elles sont réparties en deux groupes placés sous la conduite de Manuela Gerig et Melanie Fussen. Là-bas aussi, les femmes et les hommes se sont réunis dans un même but : échanger, récolter des expériences et se

Les deux groupes à Herisau.

préparer pour travailler avec des enfants et des adolescents.

Contrairement à ce qui se passe en Suisse romande, dans les grands groupes, les participants restent un peu sur leur réserve au début. Mais cela change d'un seul coup lorsque le premier ballon éclate. Les énergies se déchaînent et tout le monde se met en chasse pour toucher les ballons des autres. Tandis que certains s'essoufflent d'autres n'ont de cesse jusqu'à ce que tous les ballons soient en lambeaux. Les morceaux de puzzle émanant de divers questionnaires qui étaient cachés en leur cœur servent à composer les premiers groupes de discussion.

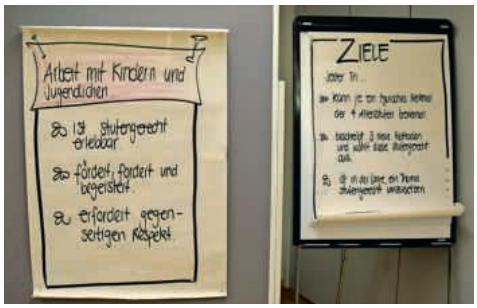
Les participants abordent divers aspects des activités avec la jeunesse. Des questions relatives à la façon de s'adresser aux enfants et aux adolescents, aux motivations des uns et des autres et au respect réciproque sont d'abord traitées en petit comité avant d'être mises en commun en plénière. Nous sommes frappés par la profondeur de ce qui est exposé et illustré à l'aide d'exemples et d'anecdotes tirés de l'expérience des personnes présentes.

Apprendre à poser des limites

La matinée se poursuit dans le même style avec un jeu de balles. Chaque balle arbore un mot clé qui sert d'aide mémoire aux participants pour regrouper leurs réflexions, car de nombreux éléments passent par la tête au cours de cette séquence. Les thèmes abordés s'intitulent « curiosité », « énergie », « motivation », « poser des limites », « fil rouge », « contact corporel », « mouvement », « méthodes », « joies », « être pote » ou « prendre au sérieux ».

Cette séquence se révèle particulièrement riche. Les échanges prennent beaucoup de temps, car il est aussi question de sujets délicats qui apparaissent régulièrement dans les groupes de jeunes, par exemple les contacts corporels entre les enfants quand ils grandissent, la manière d'aborder les conflits ou comment relever le défi de l'authenticité pour les moniteurs.

Le thème du respect revient de façon récurrente. Tout le monde est d'accord qu'il s'agit d'un aspect parmi les plus importants des activités avec la jeunesse, mais qu'on ne peut pas le considérer comme acquis. Il s'agit donc de le remettre constamment sur le métier, qu'il s'agisse du respect de soi ou de celui que l'on doit aux autres. Avant de l'exiger, il faut savoir l'accorder en prenant l'autre au sérieux et en l'écoutant, aussi quand il s'agit de jeunes enfants. Savoir poser des limites fait également partie des conditions qui favorisent le respect. En dépit de relations chaleureuses et familières, les moniteurs restent des moniteurs et ne sont pas les copains des enfants.



Promouvoir et exiger.

Enseigner en tenant compte de l'âge

Quand on débat avec passion, le temps file, même si les animatrices veillent au grain et cherchent à limiter les répétitions lorsque les sujets se recoupent. Avant le repas de midi, à Herisau de même qu'aux Hauts-Geneveys, une séquence relative aux jeux et exercices adaptés en fonction de l'âge est encore au programme.

Les participants sont invités à attribuer des mots clé à des titres de films. Cet exercice révèle l'appartenance à sa propre génération sur un mode ludique, car les films dont il est question sont tous clairement datés. Ainsi chacune et chacun expérimente personnellement ce que cela signifie d'être largué et est sensibilisé à la nécessité de se glisser dans la peau de l'autre et de tenir compte de son niveau de connaissance lors de la préparation des exercices.

Quel que soit son âge, l'humain est joueur, l'après-midi aussi le met en évidence. Les participants se familiarisent avec une série de jeux et de méthodes créatives qui seront utilisées pour la conception de séquences didactiques ou d'exercices en tenant compte de l'âge des interlocuteurs. L'apprentissage des numéros d'appels urgents illustre magnifiquement le propos. À l'échelon de l'école enfantine, une chanson familière est proposée aux enfants ; pour les premiers degrés primaires, on a inventé un jeu radiophonique ; plus tard il s'agit de peinture dorsale et finalement, à l'âge du cycle, les grands sont invités à réaliser des pantomimes pour exprimer des combinaisons verbales.

Une précieuse collection d'outils

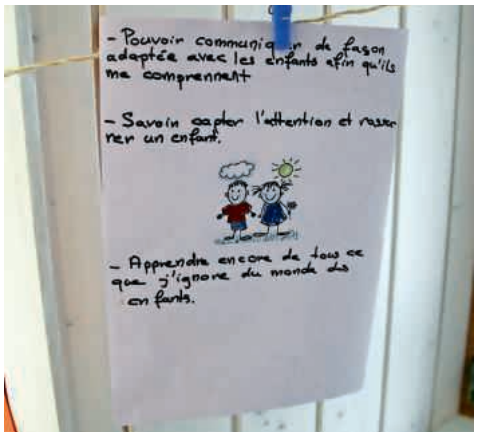
L'atelier « Travailler avec des enfants et des adolescents » n'est pas nouveau. Si la matière a été actualisée, elle n'a pas changé. En revanche, la méthode d'enseignement a évolué, car ce module de formation aussi repose sur la nouvelles approche de l'apprentissage

Précisions

« Travailler avec des enfants et des adolescents » en 2017

Toutes les détails et précisions au sujet de la séquence de formation sont disponibles sur l'extranet, à la rubrique formation et offre de cours.
En 2017, les ateliers suivants sont prévus : en langue française le 9 septembre 2017 à Gollion ; en langue allemande les 6 et 7 mai, 8 et 9 juillet, 2 et 3 septembre à Nottwil.

La bonne humeur était au rendez-vous.



En quête d'inspiration.

en vigueur au sein de l'Alliance suisse des samaritains. Fondamentalement, il s'agit de laisser faire les participants, de leur permettre d'apporter leur expérience et de s'ouvrir au fait qu'il n'y a que très rarement une seule solution pour une tâche donnée.

Bien au contraire, les participants apprennent que les activités avec la jeunesse exigent beaucoup de souplesse, s'il s'agit, en tant que responsable d'un groupe de jeunes, de s'adapter à l'imprévu et de remanier un programme à très court terme si l'ambiance tourne au vinaigre ou s'il est nécessaire de détendre l'atmosphère. C'est pourquoi l'atelier présente une vaste collection de savoirs, de méthodes et de jeux.

Mais ce que l'on apprend au cours de cette séquence ne sert pas seulement aux activités avec des enfants et des adolescents. De nombreux élément sont aussi utiles au quotidien et dans la vie professionnelle. par exemple, le jeu de balle peut être adapté avec d'autres thèmes et se prête à merveille pour établir les règles du jeu dans un camp, mais également pour visualiser des valeurs générales ou des thèmes complexes. L'atelier qui, après des jeux stimulants et d'intenses discussions se termine par un bloc informatif concernant le projet « Écoliers samaritains », profite également aux moniteurs jeunesse expérimentés. •

Les participants aux Hauts-Geneveys.

La secrétaire générale

Une nouvelle ère

Une nouvelle année signifie échange de bons vœux, bonnes résolutions et recommencement. Tandis que certains n'y voient guère qu'une feuille de calendrier que l'on arrache, d'autres ressentent une réelle coupure. Pour l'Alliance suisse des samaritains, il n'est pas trop hardi de dire que 2017 ne représente rien moins que l'entrée dans une nouvelle ère.

Depuis la fin de l'année dernière, notre association est officiellement certifiée par l'Interassociation de sauvetage. Concernant le matériel d'enseignement, nous avons résolument franchi le pas du numérique. Avec les nouvelles formations à l'intention de la jeunesse nous disposons d'un outil de promotion attractif pour encourager la relève. Et dans d'autres domaines aussi, des évolutions novatrices sont en cours. Nous pouvons donc sans hésiter prétendre que nos membres partent à la conquête de nouveaux territoires et qu'ils participent à la grande avancée évoquée par la présidente centrale, Monika Dusong, lors du traditionnel entretien de nouvel an. Les projets ne sont pas encore tous bouclés et dans beaucoup de cas, il s'agit maintenant de les appliquer et les mettre en œuvre.

Mais innovation ne signifie pas seulement changement et parfois, beaucoup de travail. Par définition, il s'agit d'un processus créatif qui permet de modifier et d'améliorer l'existant, au cours duquel on ne cesse d'apprendre, qui apporte des satisfactions et à un effet stimulant. Des qualités que les samaritains apprécient si j'en crois ce que j'entends lors des nombreuses rencontres avec les membres de nos sections.

Je vous souhaite un bon départ l'an nouveau et une multitude d'expériences enrichissantes.

Regina Gorza

George Scherer, président de l'association du canton de Glaris

Partage des responsabilités

Après seulement neuf mois, George Scherer a déjà fait bouger beaucoup de choses au sein de l'association glaronnaise des samaritains. Son objectif est de créer de la transparence et de permettre aux autres de travailler et de trancher de manière autonome.

Texte et photo : Sonja Wenger/cli

S'entretenir avec George Scherer a un effet apaisant. D'un naturel calme, le samaritain, moniteur de cours et de section, président de section et, depuis le printemps 2016, président de l'association des samaritains du canton de Glaris, évoque avec beaucoup de clarté sa carrière de secouriste et ce qu'il souhaite faire aujourd'hui.

Nous rencontrons George Scherer dans un hôpital zurichois où il est chef de groupe au sein du service de la technique médicale. L'homme est détendu, même quand le téléphone sonne plusieurs fois pendant l'entrevue, et c'est sur le ton du bavardage qu'il relate les événements des neuf derniers mois au sein de l'association cantonale, non seulement concernant les nouvelles formations aux diverses fonctions d'encadrement au sein de l'ASS.

« Avec seulement seize sections, nous avons organisé des cours pour entreprises regroupant près de trois cents participants », explique le président. Il convient d'y ajouter les cours publics des sections, les services médico-sanitaires et, bien sûr, la mise à niveau des moniteurs de cours et de section. « Au début, certains avaient déclaré qu'ils allaient cesser leur activité, mais nous sommes parvenus à convaincre presque tout le monde de continuer. » Le président précise qu'au préalable, on avait procédé à un état des lieux détaillé afin de déterminer le nombre de moniteurs de chaque niveau IAS nécessaire pour l'association. « Et pour les personnes qui ne se sentaient pas très à l'aise avec un ordinateur, nous avons crée une unité d'assistance et de support. »

Héritage exigeant

Mais ce n'est pas tout. Depuis un certain temps, la collaboration avec l'association cantonale de la Croix-Rouge suisse était au point mort. Récemment, les deux parties ont conclu un nouvel accord. « Avec Texaid aussi, nous avons désormais une convention », explique notre interlocuteur. L'adaptation des statuts de l'association approuvés lors d'une assemblée extraordinaire au mois de novembre est sans doute ce qui lui tient le plus à cœur.

Ces statuts ouvrent une nouvelle ère pour l'association, car désormais, les responsables des divers dicastères pourront, dans le cadre du budget qui leur est alloué, prendre des décisions de manière parfaitement autonome.

George Scherer ne se laisse pas facilement désarçonner.

En peu de temps, beaucoup de choses ont évolué. Pourtant, George Scherer était face à une succession exigeante. Son prédécesseur, Jacques Küng, avait conduit l'association glaronnaise pendant quarante ans d'une main ferme. Cela a d'ailleurs pris passablement de temps jusqu'à ce que l'on trouve quelqu'un pour reprendre le flambeau.

« Après plus de vingt ans comme président de section, je savais exactement à quoi m'attendre », confie notre interlocuteur en ajoutant que l'héritage n'est pas aussi lourd que certains pouvaient le penser. « Jacques Küng a eu une influence très positive. Beaucoup de ce qu'il a mis en place avait un caractère innovant et fonctionne encore très bien. » Ainsi, jusqu'à il a peu, de nouveaux cursus de formation étaient testés au sein de l'association cantonale glaronnaise en collaboration avec le service de formation de l'Alliance suisse des samaritains. À Glaris, l'engagement de deux personnes pour enseigner le cours de sauveteur est une évidence depuis longtemps et dans le domaine des activités avec la jeunesse, cela fait un bail que Jacques Küng a posé des jalons importants.

Samaritain par hasard

George Scherer a donc hérité d'une base solide sur laquelle il peut construire. Cependant, certains membres de l'association doivent s'habituer à son style de conduite qui se caractérise par une culture de l'échange et le partage des responsabilités en les répartissant sur plusieurs épaules. Il se perçoit avant tout comme quelqu'un qui cherche à créer les conditions pour que les autres puissent pleinement s'épanouir.

D'ailleurs George Scherer applique cette méthode non seulement dans le cadre de l'association, mais également au sein de sa section et au travail. Partager des connaissances, créer des structures et faire bouger les lignes est ce qui compte le plus pour lui. Qu'il s'agisse des samaritains, des sapeurs-pompiers ou du sauvetage sur le lac de Walenstadt où il est également impliqué. L'homme cultive des intérêts multiples.

C'est un peu par hasard qu'il est arrivé chez les samaritains nous confie le quadragénaire. Ses premières expériences de secouriste remontent à ses années de scoutisme où il a fait aussi ses premières armes de chef et de formateur. Dans le cadre de son apprentissage de monteur électricien, il s'est ensuite formé comme sanitaire d'entreprise et c'est par le truchement de la responsable du service sanitaire de son employeur qu'il a rencontré les samaritains. Rapidement, il y a endossé des responsabilités et trente ans plus tard, la curiosité de George Scherer est toujours intacte, comme lors de son premier service. •

Retour sur une année turbulente

Échanges entre pairs, informations captivantes et une kyrielle de bonnes nouvelles étaient au menu de la journée des anciens du début du mois de décembre.

Monika Dusong a tenu l'allocution d'ouverture dans la salle de concert du théâtre municipal d'Olten.

En fin d'année dernière, l'Alliance suisse des samaritains (ASS) a eu le plaisir de saluer près d'une cinquantaine de personnes dans la salle de concert du théâtre municipal d'Olten à l'occasion de la journée des anciens 2016. Les membres d'honneur de l'ASS, d'anciens membres du Comité central et des commissions, des présidents des associations cantonales et des instructeurs chef ayant quitté leurs fonctions ainsi que des retraités du secrétariat central sont conviés une fois par an pour un moment de partage et de convivialité, mais également pour être tenus au courant des projets du mouvement des samaritains et des dernières évolutions le concernant.

Après une introduction musicale très entraînante par le trio zurichois « Contes et rondes » qui a fait rêver l'assemblée à des contrées plus clémentes, la présidente centrale, Monika Dusong, a salué les personnes présentes. Dans son allocution, elle n'a pas seulement fait le point sur une année turbulente, mais elle a également pu partager des nouvelles réjouissantes. Ainsi, depuis le mois de novembre 2016, l'Alliance suisse des samaritains est officiellement agréée par l'Interassociation de sauvetage. Les nouvelles fonctions et cursus de formation des encadrants de la jeunesse ont démarré avec succès. Et *last, but not least,* le moyen didactique numérique pour la formation des secouristes est prêt à l'emploi.

La séquence d'information qui a suivi a permis aux invités de voir de plus près de quoi il en retourne. À l'aide d'une brève démonstration, Christoph Meier, responsable du projet au secrétariat central, a montré avec quels outils les moniteurs et monitrices allaient travailler à l'avenir. Par ailleurs, Stephan Hoenner, responsable du marketing et de la communication, a montré comment les divers moyens de communication, et plus particulièrement l'extranet et le périodique « nous, samaritains », seraient conçu afin que chaque samaritaine et chaque samaritain ait accès aux informations pertinentes en tout temps. Finalement, Roger Hayoz, du service de la jeunesse et du développement de l'organisation, a présenté la nouvelle formation de « coach de section », une personne jouent un rôle clé entre les membres des comités des sections et les associations cantonales.

Texte et photos : Sonja Wenger / cli

Échanges de souvenirs et d'anecdotes.

Prévention

Campagne « L'équilibre en marche »

Notre perception des risques est influencée par quantité de facteurs : environnement social, sexe mais aussi médiatisation jouent un rôle déterminant. Il n'est dès lors pas surprenant que le risque d'être tué dans un accident de la route soit considéré comme bien plus important que celui de mourir suite à une chute. Les chiffres du bpa – Bureau de prévention des accidents sont pourtant éloquents.

Après une chute, rien n'est plus tout à fait comme avant. En Suisse, 1330 personnes de plus de soixante ans meurent chaque année des suites d'une chute et 12 000 autres subissent une fracture de la hanche. Chez les aînés, une chute se traduit souvent par une perte de fonctionnalité et de mobilité, et partant, une perte de qualité de vie. L'appréhension de tomber à nouveau est grande et affecte le comportement des personnes touchées. Elles sortent moins de chez elles, renoncent à leurs promenades et réduisent progressivement leur rayon de déplacement, ce qui limite aussi leur environnement social. Au pire, une chute est synonyme de perte d'autonomie, voire de décès. Pour les personnes directement concernées et leurs proches, cela devient un souci constant.

Si l'on se penche sur les conséquences médicales des chutes ainsi que sur leur coût matériel et socio-économique, il apparaît clairement que la prévention chez les aînés est une priorité en matière de santé publique. Chaque année, les chutes subies par les personnes âgées occasionnent des coûts de l'ordre de 1,6 milliard de francs. Ils incluent les frais médicaux et de réhabilitation. Le coût socio-économique total est, quant à lui, considérablement plus élevé. Le bpa l'estime à 6,8 milliards de francs.

Un entraînement régulier permet d'entretenir sa musculation et son équilibre, donc de rester mobile et autonome jusqu'à un âge avancé.

Facteurs de risque : pourquoi tombons-nous ?

Les facteurs à l'origine de chutes sont généralement multiples et s'accumulent avec l'âge. Ils sont liés à l'état de santé général d'une personne ainsi qu'à des altérations dues au vieillissement.

On distingue les facteurs de risque intrinsèques (état de santé général, âge, force, etc.) des facteurs extrinsèques (coins des tapis qui se relèvent, absence de main courante dans les escaliers, revêtement de sol glissant, etc.).

Or, les principaux facteurs de risque sont liés à la personne. Une perte de force se traduit par un risque de chute multiplié par 4,5. Un déficit d'équilibre ou de la déambulation triple, quant à lui, le risque. Autant de raisons qui ont incité le bpa et Pro Senectute, alliés à la Ligue suisse contre le rhumatisme, physioswiss et Promotion Santé Suisse, à lancer la campagne « L'équilibre en marche ». Elle entend motiver les seniors à effectuer régulièrement des exercices d'entraînement musculaire et d'équilibre, deux dimensions que l'on peut travailler jusqu'à un âge avancé.

Les chutes des aînés ne sont pas une fatalité

Les chutes ne font pas nécessairement partie du processus de vieillissement. Nombre d'études ont démontré qu'un entraînement régulier permet d'en réduire le risque.

Des travaux récents montrent en outre une amélioration significative de l'état musculaire et de l'équilibre chez les personnes qui suivent des entraînements en groupe menés par des instructeurs qualifiés. Les exercices à domicile peuvent eux aussi avoir une influence positives, à condition toutefois d'avoir été précédés d'une instruction professionnelle.

La campagne « L'équilibre en marche » aborde le sujet de la prévention des chutes de manière plaisante, ludique et accessible. Elle veut inciter les hommes et les femmes de plus de 45 ans à bouger davantage.

Sur www.equilibre-en-marche.ch, trois personnes d'âges différents font la démonstration de neuf exercices de musculation et d'équilibre dans une vidéo. Chacun se décline en trois niveaux de difficulté et se prête facilement à être entrepris à domicile.

Le site répertorie aussi plus de cinq cents cours pour débutants ou avancés, aux quatre coins de la Suisse et dans les domaines les plus divers : musculation et travail de l'équilibre, danse, Tai-chi, marche nordique, FitGym, rythmique, etc. La liste s'agrandit sans cesse.

Pour plus d'informations : www.equilibre-en-marche.ch

Texte et photo : bpa – Bureau de prévention des accidents

Help Neyruz

Un samedi matin actif et enrichissant

Dans le paisible village de Neyruz, situé à l'ouest de la ville de Fribourg, une ribambelle d'enfants et d'adolescents a fait fi du brouillard automnal et s'est rendue au complexe communal pour participer à l'exercice mensuel du groupe Help.

« Maintenant, concentrez-vous et écoutez-bien, qu'est-ce que vous entendez ? », demande Rosaria Chandia aux participants sagement assis en cercle en pointant son smartphone dans leur direction. À part le ronronnement d'un ventilateur, l'auteure de ces lignes peine à distinguer quoi que ce soit ; pourtant rapidement, les réponses fusent. Les enfants ont parfaitement perçu le bruit du feu enregistré sur le téléphone de leur monitrice. Ils sont encore à l'âge tendre où l'ouïe est intacte et sont d'ailleurs parfaitement conscients qu'il faut la ménager en évitant de mettre le volume à fond quand ils utilisent leurs écouteurs.

Des goûts et des odeurs

Ce samedi matin de la fin novembre, le programme préparé par Camille Pierret – malheureusement absente, car malade – pour le groupe Help de Neyruz porte sur les cinq sens. Après une introduction générale, le premier exercice a pour objet la vue et les enfants doivent à tour de rôle conduire leurs camardes « non voyants » dans les couloirs de l'abri PCi où le local des samaritains neyruziens côtoie la ludothèque du village. Plus tard, la détection de diverses odeurs à l'aveugle suscite beaucoup de « pouah » et de « c'est dégueu », alors qu'un inoffensif bocal de café en poudre est présenté aux partici-

Marianne Schneider, monitrice responsable du groupe Help et Rosaria Chandia ont animé l'exercice ce matin de novembre.

Heureusement que le facétieux jeune homme porte ses lunettes !

Il suffit d'un instant d'inattention pour se faire prendre.

Pouah, ça sent mauvais !

Devinettes tactiles, à ce jeu les enfants sont excellents.

pants. En revanche, les secouristes en herbe reconnaissent aisément le sirop, tout en ayant quelques doutes quant à son arôme, et n'ont aucune hésitation avec le produit pour se désinfecter les mains.

Tous les sens en éveil, l'identification d'objets au fond d'un sac ne pose aucun problème aux filles et aux garçons présents, mais c'est bien sûr l'exercice portant sur le goût qui connaît le plus franc succès. Identifier à l'aveugle morceaux de chocolat et autres friandises est un deuxième « dix heures » qui ne demande que prolongations.

La moitié rejoint la section

Ce samedi, Anaïs, André, Casimir, Dylan, Edoardo, Elias, Julien, Justine, Luca, Marco, Ming, Orianne, Romy et Sofia sont au rendez-vous. À une personne près, le groupe qui compte quinze membres est au complet. Les enfants âgés entre 7 et 16 ans viennent de Neyruz, mais également de Matran, Avry, Villars-sur-Glâne, Farvagny ou d'autres villages alentours. Dans la région, aucune autre section de samaritains ne propose de groupe Help. Les jeunes secouristes se réunissent une fois par mois le samedi matin, font plusieurs sorties chaque année et participeront l'année prochaine au camp de Pentecôte des jeunes samaritains romands ainsi qu'aux festivités à l'occasion du jubilé de leur section de tutelle. Ils sont encadrés par quatre jeunes femmes : Rosaria Chandia, Camille Pierret, Diana Ramos et Marianne Schneider. Cette dernière, également monitrice de cours et monitrice de section, assume avec charme et assurance la conduite générale du groupe.

C'est d'ailleurs chez les Help que la jeune femme qui suit une formation d'assistante socio-éducative a commencé sa déjà riche carrière samaritaine en 2008, au moment de la création du groupe. Elle-même ainsi que ses collègues ont toutes suivi la formation de monitrice jeunesse et bientôt, Diana Ramos commencera celle de formatrice jeunesse afin de pouvoir elle aussi, enseigner les premiers secours aux enfants et adolescents. Marianne Schneider estime qu'environ un quart des enfants et adolescents qui on débuté chez les Help rejoignent plus tard la section qui compte aujourd'hui une trentaine de membres actifs, dont un grand nombre de jeunes.

Chantal Lienert, texte et photos •

Nouveau dans l'assortiment – Zoll AED 3™

Défibrillateur Zoll AED 3™

Écran couleur LCD
Réglable adulte/enfant

Art. 3870

CHF 3'758.40
TVA comprise

Défibrillateur Zoll AED 3™ BLS

Écran couleur LCD avec affichage ECG
Réglable adulte/enfant

Art. 3875

CHF 3'974.-
TVA comprise

Informations détaillées sur tous les produits Zoll dans la boutique en ligne.

Vous trouverez plus d'informations dans la boutique en ligne de l'ASS. tél. 062 286 02 85, courriell shop@samariter.ch ou shop.samariter.ch.
Prix T.V.A. comprise, participation aux frais d'envoi de CHF 9.– pour les commandes inférieures à CHF 200.–.

Mieux vaut s'équiper avant d'affronter l'humidité et le froid.

Découverte de la tonne pompe pour les jeunes secouristes.

Viser juste avec la lance est tout un art.

Protéger tout ce qu'on peut alors que la pluie ne veut pas cesser.

Jeunesse valdo-valaisanne

Rencontre d'un nouveau type

L'entreprenante équipe à la tête du groupe Help du Chablais a pris l'initiative d'organiser une rencontre entre jeune secouristes et jeunes sapeurs-pompiers. De nombreux garçons et filles de tout le Valais romand ainsi que les cadets des sapeurs-pompiers ont profité de cette aubaine pour faire connaissance et s'initier mutuellement à leurs spécialités respectives.

« Méfiez-vous des plaques de verglas, ne vous cassez pas la figure ! », lance un sapeur-pompier au petit groupe de jeunes qui s'avance vers le tonne pompe stationné devant la caserne du Service de défense incendie et secours (SDIS) du Chablais. « Oh, si jamais, il y a des samaritains », enchérit un autre. Ben voyons ! Ce n'est pourtant pas parce qu'on a de la colle chez soi qu'on casse toutes les assiettes. Quoi qu'il en soit, aucun fâcheux incident n'est venu troubler le riche programme préparé par les Valaisans, responsables des groupes Help, et les Vaudois en charge des jeunes sapeurs-pompiers en prévision de la rencontre entre les Help d'Entremont, les Help Petits rochers, les jeunes sapeurs-pompiers du Chablais et les Help Chablais.

Évacuation d'urgence d'une personne évanouie dans une discothèque enfumée.

Familiarisation avec la toile de sauvetage.

Pour immobiliser un genou, la créativité des jeunes secouristes n'a pas de limite.

Jeux d'eau

Le froid était vif ce samedi matin de début décembre. Pour cette raison, les exercices avaient tous lieu à l'intérieur, dans les spacieux locaux de la caserne d'Aigle du SDIS Chablais. Cependant, l'initiation au maniement de la lance incendie pouvait difficilement se faire en intérieur. C'est pourquoi l'aire de dégagement devant la caserne s'est rapidement transformée en patinoire, mais les jeunes ont très bien su faire face et c'est d'un pas assuré qu'ils progressaient avec la lance avant de diriger le jet sur une balle placée au sommet d'un cône. L'objectif était de faire tomber la balle sans faire bouger le cône. L'autre exercice préparé par les soldats du feu consistait à lutter contre une inondation en train de se propager dans un local abritant plein de biens précieux. Protéger, évacuer, pomper, aspirer, les jeunes s'en donnaient à qui mieux mieux pour limiter les dégâts.

Place à la créativité

Du côté samaritain, les mises en scène impliquaient relevage et dégagement d'urgence, utilisation de la civière à aube, massage cardiaque et soin à une personne s'étant blessé le genou avec les moyens du bord avant de la transporter, toujours avec les moyens du bord, jusqu'à l'ambulance arrêtée à quelques mètres. Dans le cadre de ce dernier exercice, les secouristes en herbe ont développé des trésors d'imagination et fait preuve de beaucoup de créativité pour immobiliser le membre blessé et amener leur patient à bon port.

Une bonne quarantaine de jeunes secouristes et de jeunes sapeurs-pompiers étaient au rendez-vous, encadrés par non loin d'une vingtaine de moniteurs et animateurs des deux bords. La matinée s'est terminée sur un copieux repas, pris sur place, avant la partie récréative qui prévoyait notamment une balade en camion, une présentation des petits moyens d'extinction et une visite détaillée de la spacieuse caserne et de ses véhicules.

Chantal Lienert, texte et photos •

Genève

Expérience transfrontalière pour les samaritains

Samedi matin 3 décembre, 45 000 coureurs s'élancent dans la vieille ville de Genève. Pour assurer leur sécurité 1 infirmier, 9 médecins et 30 secouristes. Particularité de cette édition, 9 d'entre eux proviennent des délégations d'Annecy, Annemasse et Bonneville de la Croix-Rouge française.

Patrouillant avec leur uniforme aux côtés des samaritains genevois, ils assurent les premiers soins aux participants et au public. « C'est pour moi une magnifique expérience de découvrir des manières de travailler différentes et d'échanger autour du secourisme », commente Gérard, secouriste à la Croix-Rouge française.

Cette collaboration a été rendue possible grâce à un accord entre les Croix-Rouge suisse et française, reconnaissant comme égales les formations de secouristes des deux côtés de la frontière.

Le dispositif a assuré cette année, la prise en charge de cent vingt-sept patients.

Communiqué AGSS •

Grâce à un accord entre les Croix-Rouge française et suisse, secouristes Français et Genevois ont travaillé main dans la main.

Nendaz

Jeu de nuit pour Genevois en goguette

Il fait nuit noire. Un fin crachin tombe sur les quelques bâtiments de la station de Siviez quand les sapeurs-pompiers déboulent gyrophares allumés et qu'une petite troupe de jeunes sapeurs les rejoint aux pas de course. Les samaritains aussi ont été alertés.

Évacuation en nacelle des personnes réfugiées sur le toit, car la cage d'escalier est inutilisable suite au dysfonctionnement des portes coupe-feu.

Réception des victimes au sol par les samaritains.

Aux bons soins de Karyn Fournier, le jeune sapeur récupère tranquillement au chaud et au sec.

« Pour ma part et puisque personne n'était là pour me surveiller, je dois admettre que j'ai manqué de vigilance pour le placement de la ventilation », ainsi s'exprime le chef d'intervention vers 21 h, lors du débriefing après l'intervention des sapeurs-pompiers et des samaritains à Siviez le soir du 27 octobre 2016. Quant aux arbitres en charge d'observer l'ensemble de l'intervention, l'un relève que les porteurs d'équipement de protection respiratoire auraient pu opter pour un itinéraire d'évacuation plus rapide en passant par une autre issue et l'autre que la sécurisation de la nacelle déployée pour récupérer des victimes sur le toit était perfectible. Mais dans l'ensemble, observateurs et commandants saluent la qualité de l'engagement des sapeurs du corps de la Printse et des samaritains qui se sont mobilisés ce soir.

Funeste court-circuit

Un ouvrier occupé à l'entretien d'un transformateur électrique situé dans le parking souterrain de l'immeuble Rosablanche provoque un court-circuit et le transformateur s'embrase. L'huile qu'il contient entraîne un important dégagement de fumée. L'ouvrier et trois autres personnes qui se trouvaient dans le parking sont pris au piège. En raison du dysfonctionnement des portes coupe-feu de l'immeuble, de la fumée s'engouffre dans la cage et l'escalier, la rendant inutilisable. Dix élèves d'une école se voient contraints de se réfugier sur le toit de l'immeuble d'où s'échappe une épaisse fumée. C'est à ce scénario que sapeurs-pompiers et samaritains ont été conviés par alarme rouge à 19 h 20. Il convient d'y ajouter une joyeuse équipe de vingt-sept jeunes sapeurs-pompiers genevois dont certains ont endossé le rôle de figurants avec beaucoup de conviction.

Le corps de sapeurs-pompiers La Printse

Sapeurs et samaritains, main dans la main

La commune de Nendaz, forte d'environ six mille résidents permanents, s'étend d'Aproz (460 m), dans la vallée du Rhône, jusqu'au sommet de la Rosablanche (3336 m). Une quinzaine de villages et deux hameaux sont disséminés sur un territoire de 85,9 km2. Siviez (1760 m), point nodal du domaine des *4 Vallées* situé à une dizaine de minutes en voiture de Haute-Nendaz est bien connu des skieurs et autres amateurs de glisse sur neige. Le corps de sapeurs-pompiers La Printse – du nom du cours d'eau qui traverse le val de Nendaz avant de se jeter dans le Rhône – regroupe une septantaine d'hommes et de femmes, tous volontaires à l'exception du chef d'intervention et du chef technique. Les sapeurs-pompiers du corps de La Printse couvrent, outre le territoire de la commune de Nendaz également celui de sa voisine Veysonnaz. Parmi les vingt-quatre membres que compte la section de samaritains, tous les messieurs font aussi partie des sapeurs-pompiers. Les sapeurs nendards sont alertés jusqu'à septante fois par an – rien qu'au mois d'août dernier une cinquantaine de fois pour des nids de guêpes – et lorsqu'il s'agit d'une alarme rouge, ce qui signifie qu'un bâtiment est en feu, deux samaritains sont mobilisés d'office.
(Voir aussi nous, samaritains 4/2014, le système de primo-répondants assuré par les samaritains de la section de Nendaz.)

Les conseils avisés d'Hortense Bridy, infirmière urgentiste (tout à droite) sont très appréciés par les samaritaines.

Ce jeune homme, incapable de marcher, vient d'être amené par Isabelle Délèze et des sapeurs-pompiers au nid de blessés.

Sébastien Lathion, président des samaritains nendards et lieutenant chez les sapeurs-pompiers est bombardé de questions par le cadets genevois.

Émilie Fournier, Émilie Guntern, Nadine Rossini et Karyn Fournier (de dos) écoutent avec attention les explications d'Hortense Bridy.

C'est la seconde année que les cadets de Genève passent une semaine à Siviez à l'occasion de leurs vacances d'automne. Pour Sébastien Lathion, président de la section de samaritains de Nendaz et lieutenant chez les sapeurs-pompiers, c'est une occasion idéale de réaliser un exercice en grand où chacune et chacun peut entraîner les gestes qu'il ou elle serait appelé à déployer en situation réelle. Et malgré le froid et le léger crachin, c'est avec un intérêt soutenu que les adolescentes et les adolescents ont suivi ce qui se passait et bombardé officiers et encadrants de questions.

Observatrice et coach

Le nid de blessé dont les neuf samaritains présents ce soir-là ont la charge est installé dans les vestiaires du personnel des remontées mécaniques de Siviez. Quelques banquettes réunies permettent d'allonger les patients qui l'exigent. Sinon, les samaritains ne peuvent compter que sur eux-mêmes et le contenu de leurs sacs. Un détachement de deux secouristes a été envoyé sur le toit de l'immeuble pour encadrer la dizaine de jeunes qui s'y égosillent en détresse. Nadine Rossini, une samaritaine expérimentée, a été désignée cheffe de poste par Ilan Garcia, seul moniteur sur les lieux et président des samaritains valaisans, qui lui est au côté du chef d'intervention. Régulièrement, la cheffe de poste lui communique l'arrivée de nouveaux blessés. Malheureusement, l'électricien qui a déclenché l'accident est décédé sur place, sinon ce sont une dizaine de patients qui arrivent progressivement au nid de blessés. Nombreux sont ceux qui ont été incommodés par la fumée. Une personne se plaint de douleurs au bras, une autre présente une fracture de la jambe et une troisième est atteinte à la hanche.

À l'initiative du président, Hortense Bridy, infirmière urgentiste à l'hôpital de Martigny, participe à l'exercice et assume à la fois le rôle d'observatrice des samaritains et de coach. Elle s'est exprimée en termes très élogieux sur la qualité du travail des samaritains. Pour les secouristes, le plus gros bémol a été le fait qu'ils aient dû transporter eux-mêmes les deux patients incapables de marcher jusqu'au nid de blessés. Cela mobilise plusieurs secouristes qui doivent abandonner leur poste, ce qui est franchement défavorable quand il n'y a personne de trop pour gérer un grand nombre de patients. D'autant plus que parmi les effectifs des samaritains, il y avait un jeune stagiaire qui assistait pour la toute première fois à un exercice. Espérons qu'il a apprécié cette magistrale entrée en matière.

Chantal Lienert, texte et photos •

Le billet

Où il est question de « petits » et de « grands »

Peut-être vous êtes-vous déjà posé la question à quoi bon tout cela ? Il y a tant d'autres choses à faire pendant ses loisirs, ne serait-ce que de les consacrer à sa famille et à ses amis au lieu de s'engager à titre bénévole. Après un week-end samaritain des plus intensifs, c'est exactement la question que je me suis posée.
La réponse est cependant d'une désarmante simplicité. Chaque fois que je me rends à un exercice Help et que je vois briller les yeux des enfants, je sais exactement pourquoi je m'engage chez les samaritains. Avec une grande attention et une enviable rapidité d'esprit, les « petits » s'imprègnent des connaissances des « grands ». Et les yeux des grands aussi se mettent à briller quand ils expliquent quelque chose aux petits.
La stratégie 2020 de l'Alliance suisse des samaritains a érigé les activités avec la jeunesse en projet phare. Il est appelé à rayonner, à l'image des yeux des petits et des grands, et pas seulement dès 2020. Mais cela exige l'engagement et le soutien de tous. Toutefois il ne s'agit pas de promouvoir et d'encourager les activités avec la jeunesse en oubliant les membres plus âgés de la section. Qui d'autre que ces derniers serait à même de transmettre les connaissances aux jeunes secouristes ? Et il n'est pas non plus question que les groupes Help et les sections travaillent les uns contre les autres. Car les petits ont beaucoup à apprendre des grands que les grands des petits. Les uns ont le privilège de la jeunesse, les autres l'avantage de l'expérience. Ce n'est donc qu'ensemble que nous en retirerons le meilleur.

Rolf Imhof, membre du Comité central de l'ASS

Agenda

Prochaine clôture rédactionnelle :
jeudi 26 janvier 2017, 9 heures

Prochaines parutions de « nous, samaritains » :
02/2017, 8 février
03/2017, 15 mars

Rédaction :
Chantal Lienert
1, rue des Photographes
Case postale 6389
1211 Genève 6
Téléphone 079 342 64 19
lienert@iprolink.ch

Bienne/Jura bernois/Jura

Le Noirmont, 16 janvier, 20 h, aula, ***exercice***

Moutier et environs, 25 janvier, 19 h, ***Assemblée générale***

Saint-Imier, 20 janvier, 19 h, ***Assemblée générale ;*** 14 février, 20 h local, ***exercice mensuel***

Fribourg

Châtel-St-Denis, 7 ou 14 janvier, ***cours de luge,*** Les Vérollys. ; 21 février, ***malaises cardiaques et AVC,*** le Lussy

Estavayer-le-Lac et environs, 6 février, 19 h 30, local, ***effets secondaires de la fête ;*** 24 février, dès 19 h, ***Assemblée générale,*** selon convocation

Farvagny et environs, 27 janvier, 19 h 30, ***Assemblée annuelle au local PC du CO du Gibloux***

Fribourg, 6 février, 19 h 30, ***conférence à Belfaux***

Marly et environs, 22 février, ***formation niveau 2 IAS***

Neyruz et environs, 16 janvier, 19 h 30, local, ***exercice,*** 1er février, 19 h, ***Assemblée générale au local ;*** 16 février, 19 h, local, ***exercice, répétition BLS-AED***

Rue et environs, 7 février, 20 h, abri PCi de Rue, ***MISV : AVC, arrêt cardiorespiratoire, REGA, communication***

Genève

Vernier, 11.01.17 11 janvier, 20 h, bâtiment de la sécurité de Vernier, ***tous aux abris***

Neuchâtel

Colombier, Bevaix et environs, 10 février, 20 h, ***Assemblée générale***

Saint-Blaise – Hauterive – La Tène, 13 janvier, 18 h 30, ***Assemblée générale ;*** 1er février, 19 h 30, ***exercice mensuel***

Valais

Les Grands Rocs, 11 janvier, 19 h 30, Leytron, ***bandages ;*** 8 février, 19 h 30, Fully, ***surveillance des patients***

Vaud

Cheseaux et environs, 6 février, 20 h, local collège Derrière-la-Ville, ***exercice ;*** 27 février, ***Assemblée générale au foyer de la maison de commune***

La Serine, 6 février, 19 h-22 h, ***révision BLS-AED***

Lausanne-mixte, 11 janvier, 20 h, St-Roch, ***fixations en tout genre ;*** 28 février, 20 h, St-Roch, ***postes médico-sanitaires, Kamasutra***

Lutry & Lavaux, 7 février, 20 h, local, ***exercice mensuel des sections***

Morges, 11 janvier, ***bandages, pansements, enveloppements ;*** 15 février, ***nouvelles planches de sauvetage et cas concrets***

Nord Vaudois (Grandson & Yverdon-les-Bains), 24 janvier, 19 45 à Yverdon

Ollon-Villars, 14 janvier, ***poste médico-sanitaire,*** Fisherman's Strongman run à Villars ; 4 et 5 février, ***poste médico-sanitaire tournoi U13 hockey,*** Villars ; 6 février, 20 h, local à Ollon, ***refresh BLS AED***

Prilly, 25 janvier, 20 h local, inscription sur l'extranet, ***retrait du casque et prise de tension ;*** 16 février, 20 h local, inscription sur l'extranet

Jeunes samaritains et groupes Help

Help Cugy-Broye, 21 janvier, 9 h 30 à 11 h, ***exercice ;*** 15 février, 14 h à 17 h, Estavayer, ***loto au home les Mouettes***

Help Entremont, 13 janvier, Orsières, local PCi, ***rencontre, jeu de connaissance, quiz ;*** 3 février, Bourg-St-Pierre, ***cours avalanche, hypothermie***

Help Neuchâtel, 14 janvier, 14 h à 16 h 30 ; 4 février, 14 h à 16 h 30

Help Neyruz, 14 janvier, 9 h, local, ***exercice ;*** 18 février, 9 h, local, ***exercice***

Cours samaritain

Ollon-Villars, 23, 24, 26 et 30 janvier, de 19 h à 22 h, le 31 janvier de 20 h à 22 h

Cours Urgences pédiatriques

Châtel-Saint-Denis, 19 et 26 janvier, 2 février, 20 h à 22 h, le Lussy

Cheseaux & environs, 17 janvier, 19 h 45 à 22 h, puis 20 h à 22 h les 19, 24 et 26 janvier, local collège Derrière-la-Ville à Cheseaux

Don du sang

Avenches, 19 janvier, 15 h 30 à 19 h 30

Bulle, 15 février, 15 h à 20 h 30, Espace Gruyère, rue de Vevey

Domdidier, 16 janvier, 17 h 30 à 20 h 30, halle de gymnastique buvette

Épagny, 20 février, 18 h à 20 h 30, institut Duvillard

Estavayer-le-Lac, 11 janvier, 17 h à 20 h, salle La Prillaz

La Joux, 1er février, 18 h à 20 h, salle communale

Ollon-Villars, 25 janvier

Prez-vers-Noréaz, 6 février, 18 h 30 à 20 h 30, Grande salle

Riaz, 27 février, 17 h à 20 h, école primaire

St-Imier, 16 h à 19 h30, salle de spectacle

Trois Chêne - Thônex, 11 janvier, 15 h 30 à 19 h 30, salle polyvalente Marcelly

Villarimboud, 25 janvier, 16 h 30 à 20 h, salle communale

Rendez-vous importants en 2017

Journée des cadres (a)	samedi 25 février et samedi 11 mars
Conférence des présidents des associations	samedi 18 et dimanche 19 mars
Journée des cadres (f)	samedi 8 avril
Journée des cadres (i)	samedi 22 avril
Journée mondiale de la Croix-Rouge	lundi 8 mai
Camp des jeunes samaritains (a/f)	du samedi 3 au lundi 5 juin
Assemblée des délégués	samedi 17 juin à Einsiedeln, SZ
Collecte des samaritains	du lundi 21 août au samedi 2 septembre
Journée mondiale des premiers secours	samedi 9 septembre
Conférence d'automne	samedi 18 novembre
Journée des anciens	jeudi 7 décembre

Le calendrier complet des manifestations est disponible sur l'extranet.

Votre journal en 2017

Numéro	*Clôture rédactionnelle le matin à 9 heures*	*Parution les mercredis*
02/2017	jeudi 26 janvier 2017	8 février 2017
03/2017	jeudi 2 mars 2017	15 mars 2017
04/2017	jeudi 4 avril 2017	19 avril 2017
05/2017	jeudi 11 mai 2017	24 mai 2017
06-07/2017	jeudi 15 juin 2017	28 juin 2017
08/2017	jeudi 3 août 2017	16 août 2017
09/2017	mercredi 6 septembre 2017	20 septembre 2017
10/2017	jeudi 12 octobre 2017	25 octobre 2017
11-12/2017	jeudi 16 novembre 2017	29 novembre 2017
01/2018	mercredi 20 décembre 2017	10 janvier 2018

La date de clôture rédactionnelle correspond au jour de bouclement du journal. Le lendemain, l'imprimerie procède aux dernières rectifications de mise en page avant de lancer l'impression. Par conséquent, merci de bien vouloir adresser vos annonces et vos messages quelques jours à l'avance si la date de parution est impérative pour vous. Et si vous avez besoin d'un coup de main pour rédiger un texte ou mettre en place une annonce, n'hésitez pas à contacter votre rédactrice (lienert@iprolink.ch, 079 342 64 19), elle est aussi là pour cela.

Batteries à plat ?

3000 thérapeutes vous aident à retrouver votre énergie.

NVS www.naturaerzte.ch
Association Suisse en Naturopathie

Impressum

nous, samaritains 01/2017
Parution: 11 janvier

Éditrice
Alliance suisse
des samaritains ASS
Martin-Disteli-Strasse 27
Case postale
4601 Olten
Téléphone 062 286 02 00
Téléfax 062 286 02 02
www.samaritains.ch

Secrétaire générale: Regina Gorza

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

Prix de l'abonnement
Abonnement individuel pour non-membres
Fr. 33.– par an

10 numéros par an
Tirage: 4800 exemplaires

Rédaction
Olten: Sonja Wenger
Secrétariat: Monika Nembrini
Suisse italienne: Mara Maestrani
Suisse romande: Chantal Lienert
1, rue des Photographes
Case postale 6389, 1211 Genève 6
Téléphone: 079 342 64 19
lienert@iprolink.ch

Régie d'annonces
Zürichsee Werbe AG,
Verlag und Annoncen
Seestrasse 86, 8712 Stäfa
Téléphone 044 928 56 11
Téléfax 044 928 56 00
info@zs-werbeag.ch
www.zs-werbeag.ch

Mise en page, impression et expédition
AVD GOLDACH SA, 9403 Goldach

ZEWO ZERTIFIZIERT CERTIFIÉ CERTIFICATO
Imprimé en Suisse
samaritains
Organisation de sauvetage de la CRS