

Prendre soin des aînés

page 4



En savoir plus
Les allergies

page 10

Nouveau site web
Look unifié
pour tous

page 16

Forum au questions
Les nouveaux
cours

page 18

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 normale 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

Finis 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

391-59

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 ou sur www.trendmail.ch

Éditorial

Musique d'avenir

C'est le printemps et pour les sociétés constituées selon l'article 60 et suivants du Code civil suisse, la grande saison des assemblées générales et autres assises annuelles a commencé. Il en va de même pour les sections et les associations des samaritaines et des samaritains.

Celles auxquelles votre servante a assisté, hormis les affaires obligées et rituelles, comportaient toutes deux un point à l'ordre du jour qui dénote la volonté des comités cantonaux respectifs de préparer l'avenir. Chez les Vaudois, il a été proposé d'unifier les tarifs des cours, tandis que les Valaisans romands ont souhaité aménager leurs statuts en conformité avec les règles de bonne gouvernance modernes (p. 23 et 25).

Des samaritaines du bout du lac (Léman) aussi se sont préoccupées de l'avenir en se penchant sur la question du support d'enseignement destiné aux participants de groupes Help et de Samas'Kids. Grâce à elles, les Romands disposent désormais d'un manuel pensé en français. Il est distribué par le Service des ventes de l'ASS (p. 21).

Finalement, à l'autre bout du pays, une section s'est interrogée sur la façon d'intégrer les seniors (p. 4) et nous avons eu vent que dans le Chablais valaisan, une autre avait pris une initiative analogue. Comment continuer avec des membres fidèles et attachés à la cause du secourisme, mais qui ne se sentent plus d'attaque pour participer à des services médico-sanitaires ou suivre la cadence des exercices de section ? Il s'agit également d'une authentique question d'avenir.



Chantal Lienert

Reportage

4 Se retrouver entre copines et copains

Le nombre de personnes âgées dans notre pays augmente et certains samaritains, fidèles et attachés au mouvement, affichent un nombre considérable d'heures de vol au compteur. Ça et là, des sections s'en sont préoccupées et ont réfléchi à la façon d'intégrer les seniors.



En savoir plus

10 Quand ça gratouille et ça chatouille

Pourquoi un contact avec de minuscules pollens déclenche-t-il un « rhume des foins » ou de l'asthme ? Comment se fait-il que certains aliments rendent malades de plus en plus de personnes ? Comment expliquer que la peau réagisse à certaines substances par un eczéma ? La science et la médecine n'ont pas encore toutes les réponses. Une chose est sûre : les allergies et intolérances sont un phénomène de notre temps, sans doute dues au style de vie moderne.



Vie moderne

16 Nouveau site web de l'Alliance suisse des samaritains

Avec la refonte du site web de l'Alliance, les sections et les associations auront la possibilité de le reprendre pour développer leur propre site à moindre coût. Les plus pressés pourront s'y atteler dès le mois de juillet.

17 Lettre ouverte

Un médecin de section tessinois s'exprime à propos des samaritains et de l'explosion des coûts de la santé.

Sections et associations

20 Nouvelles des samaritains en Suisse romande

Agenda

26 Vos rendez-vous !

Vieillir au sein de la section de samaritains

Se retrouver entre copines et copains

Le nombre de personnes âgées dans notre pays augmente et certains samaritains, fidèles et attachés au mouvement, affichent un nombre considérable d'heures de vol au compteur. Ça et là, des sections s'en sont préoccupées et ont réfléchi à la façon d'intégrer les seniors et de leur proposer des activités correspondant à leurs besoins. La section de Rebstein dans le canton de Saint-Gall a trouvé une solution.



En langue allemande, Samsen peut également être interprété comme un acronyme exprimant vitalité et plaisir d'être ensemble.

Texte et photos : Sonja Wenger/cli

Ils ont fort à faire, les cinq membres seniors de la section de Rebstein dans le canton de Saint-Gall qui se rencontrent ce mercredi soir de la mi-mars pour répéter encore une fois un numéro qu'ils présenteront lors de la prochaine assemblée des délégués. Une dame vient de quitter une autre réunion dans le village alors qu'un autre membre devra quitter ses camarades rapidement, car il attend de la visite. De manière générale, ces dames et l'unique monsieur sont en forme et ne manquent pas d'occupations.

Les personnes que nous rencontrons font partie du groupe intitulé « Samsen » qui se

compose actuellement d'une quinzaine de femmes et d'hommes retraités. En langue allemande, le nom « Samsen » signifie bien sûr samaritains seniors, mais il peut également être considéré comme un acronyme exprimant la vitalité et le plaisir d'être ensemble des aînés (*Sicherheit, Aktiv, Miteinander, Spass, Erleben, Neugier*). Depuis le début de l'année, ils se réunissent une fois par mois pour des exercices de premiers secours version *light*, réaliser des projets entre pairs et tout simplement partager de bons moments. Et de toute évidence, l'humour est au beau fixe à en juger par les propos enjoués et les taquineries qu'ils échangent, en se moquant de leurs bobos

du à l'âge tout en témoignant respect et estime les uns pour les autres.

Contre l'isolement

Le groupe est né à l'initiative de Marlis Ritter qui fonctionne comme monitrice. Elle fait partie de la section de Rebstein depuis trente ans, avait monté le groupe de jeunes samaritains en son temps et est également impliquée comme monitrice de cours et au sein du comité cantonal de l'association de Saint-Gall et de la Principauté du Liechtenstein. « Ce que je souhaite est que les samaritaines et les samaritains plus âgés se sentent toujours bien », déclarait Marlis Ritter lors de la création du groupe dans

une interview publiée dans le journal local *Oberes Rheintal*. « En outre, nous voulons aller à l'encontre de l'isolation croissante des personnes âgées. De nombreuses associations comptent un group d'ainés, pour-quoi pas nous ? »

Marlis Ritter sait de quoi elle parle. Elle travaille depuis plusieurs années dans un établissement pour personnes âgées comme animatrice. Son expérience professionnelle lui est aussi utile pour ses activités avec les Samsen : « Ce n'est pas parce que l'on est âgé que l'on aime plus apprendre », explique la monitrice, et l'enthousiasme avec lequel les seniors évoquent le dernier exercice destiné à entraîner la mémoire ne laisse subsister aucun doute. En outre, ils apprécient de travailler en commun, au rythme qui leur convient, de telle sorte que personne ne doive craindre d'être laissé au bord de la route.



Les membres se remémorent le dernier exercice. La monitrice Marlis Ritter est la seconde depuis la droite.

Adapté aux vieux os

En fait, l'idée d'un groupe de seniors a émergé de façon spontanée, se souvient Marlis Ritter. Après un bref sondage, elle s'est rendue compte qu'à Rebstein, il y avait un public pour une telle offre. Le bouche à oreille a rapidement fait son travail et au-

jourd'hui encore, entre souvenirs et potins, on échange toujours des noms de nouvelles personnes susceptibles d'être intéressées.

L'idée pourrait faire école et les seniors de Rebstein sont bien sûr disposés à raconter leur projet et donner des conseils aux sections qui le demanderaient. L'association

cantonale aussi soutient le nouveau groupe et s'emploie à ce que l'information soit diffusée auprès de toutes les instances de l'association. Car la question de savoir avec quels projets et quelles méthodes fidéliser les aînés et leur proposer de quoi rester actifs et un sujet qui intéresse au-delà d'une section

Précisions

Cohabitation des générations

L'évolution démographique d'un pays, soit le changement structurel de la pyramide des âges, a une incidence sur le monde du travail et, par conséquent, sur le volontariat et le bénévolat. Au cours des décennies à venir, avec l'arrivée à l'âge de la retraite des baby-boomers nés après la guerre et jusque dans les années 1960, la part de personnes âgées va sensiblement augmenter dans notre pays, indépendamment de l'immigration.

En 2015, l'Office fédéral de la statistique (OFS) a publié des scénarios détaillant l'évolution possible de la population résidente jusqu'en 2045. Il part des chiffres suivants :

- En 2015, le nombre de personnes résidant en permanence en Suisse était de 8,3 millions. Jusqu'en 2030, il augmentera à 9,5 millions et représentera 10,2 millions en 2045.
- Le groupe des personnes de 65 ans et plus passera de 1,5 millions en 2015 à 2,2 millions en 2030 et 2,7 millions en 2045.
- La part de personnes ayant dépassé les 65 ans par rapport à la population active (personnes âgées entre 20 et 64 = 100 %) était de 29,1 % en 2015. Elle passera à 39,6 % en 2030 et à 48,1 % en 2045.

L'espérance de vie en hausse et la meilleure forme physique des aînés ainsi qu'un régime de retraites défavorable feront que de plus en plus de personnes travailleront au-delà de 64 ou 65 ans au cours des décennies à venir.

Pour le monde du travail, et sans doute dans les milieux de bénévoles, cela signifie que l'écart entre les membres les plus jeunes et les plus âgés au sein des équipes tendra à s'accroître, de même que l'âge moyen va augmenter. De plus en plus, des générations qui ont des attentes et des modèles de socialisation très différents vont devoir cohabiter.

Pour garantir un bon climat au sein de groupes présentant un grand mélange de générations, il est nécessaire de se pencher sur les préjugés que les uns entretiennent à l'égard des autres et de relever les avantages de la diversité. Les sections veilleront à ne pas favoriser une classe d'âge plutôt qu'une autre et ont tout à gagner en encourageant les échanges entre jeunes, moins jeunes et aînés.

Pour en savoir plus sur les attentes et les modes de fonctionnement des diverses générations et la façon de favoriser une culture de la collaboration, consulter l'extranet, sous home > conférences > conférence des présidents cantonaux > exposé au sujet du mélange des générations.

Sources : Office fédéral de la statistique, Viva Lucerne SA



Pour l'assemblée des délégués, le groupe répète une danse de déambulateurs.



Ici, le déambulateur tient lieu d'accessoire.

ou d'une région. Le thème est d'actualité, d'une part parce que la proportion de personnes âgées augmente dans la population, mais également parce que la génération des personnes qui ont franchi le cap de la soixantaine est souvent en excellente forme physique et mentale. Mais cela ne signifie pas pour autant qu'elles aient automatiquement envie de régater avec les plus jeunes membres de la section.

Il est également vrai que le monde samaritain a beaucoup changé au cours des deux dernières décennies. Alors que dans certaines sections, la convivialité occupait la plus grande place, elle a cédé le pas à de nombreux services médico-sanitaires, un rythme d'apprentissage plus rapide et des exercices plus exigeants. « Tôt ou tard, les genoux ne suivent plus et le corps refuse de déployer l'énergie nécessaire au massage cardiaque », commente une personne présente.

L'essentiel est de participer

Ainsi, les Samsen ont développé un programme annuel qui contient toujours des éléments relevant des premiers secours, mais qui aborde également d'autres sujets correspondant aux intérêts des membres. Les « mesures immédiates pour sauver la vie », l'« effet des médicaments » ou « où puis-je trouver de l'aide » côtoient « les remèdes de bonne femme » ou tout simplement une excursion dans la région. Et une place plus large est accordée aux moments d'échange et de partage que ce n'est aujourd'hui le cas dans la section mère. Le café est d'ailleurs offert par cette dernière tandis que les membres s'occupent des gâteaux.

Il ne faudrait cependant pas considéré la démarche comme un pas en arrière vers le passé du monde samaritain. Pour les aînés, le plus important est qu'ils puissent toujours être de la partie, tout en disposant d'une

certaine marge de manœuvre au sein de la section à laquelle ils appartiennent, et qu'ils puissent toujours s'instruire en premiers secours. Ils ont même eu le plaisir de récupérer une samaritaine qui avait quitté la section pour des raisons d'âge.

Le groupe Samsen n'est pas non plus réservé aux samaritains et aux samaritaines. Des néophytes qui n'ont aucune expérience des premiers secours sont également les bienvenus. La seule condition pour être admis est de faire partie de la couche de la population qui touche une rente et qui dispose de temps. Les aînés présents sont unanimes, les personnes qui en manifestent l'envie et qui ont du temps l'après-midi seront accueillies à bras ouverts, même celles qui ont de la peine à se déplacer, car on s'arrangera pour venir les chercher.



Entraînement de la mémoire l'après-midi.



Un autre regard sur les dossards.



Pour plus de flexibilité.

Laissez-nous nous occuper de vos achats pour vous donner le temps – pour ce qui est vraiment important dans la vie.

Vos avantages:

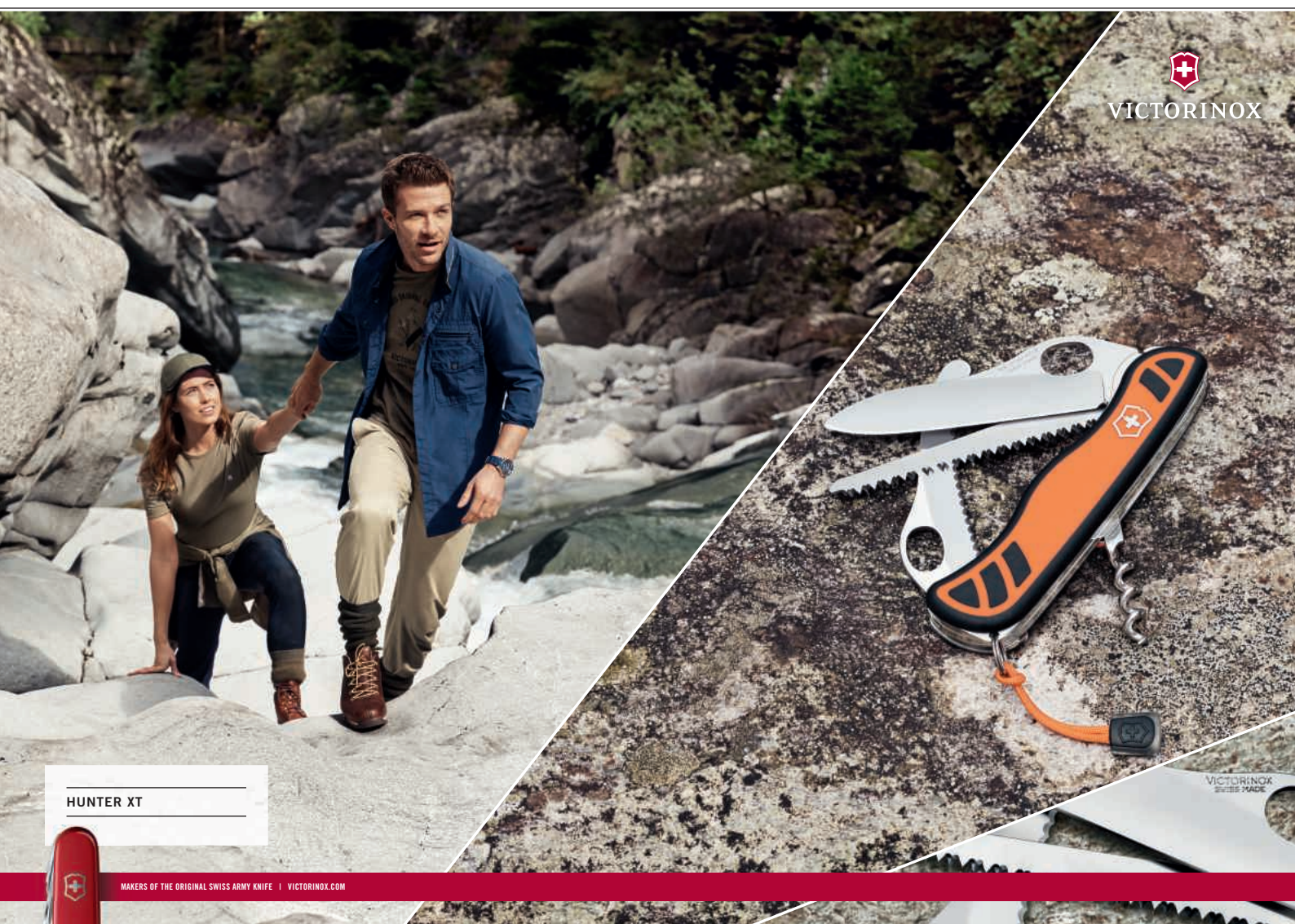
- Le choix que l'on trouve dans un grand supermarché aux mêmes prix que votre Coop
- Le meilleur choix de plus de 1'200 vins et spiritueux de toute la Suisse
- La livraison jusqu'à votre porte à l'heure près dans les agglomérations

CHF 20.- de réduction à partir de CHF 200.- d'achats effectués chez coop@home. Saisir le code «SAM17B-E» au moment du paiement. Bon valable une seule fois jusqu'au 31.07.2017.

www.coopathome.ch

coop

Pour moi et pour toi. **@home**



HUNTER XT

Apprivoiser l'eau pour éviter les accidents

L'observance des maximes propagées par la Société suisse de sauvetage doit permettre d'éviter la plupart des accidents aquatiques. Un accent particulier est mis sur la sensibilisation des personnes d'origine étrangère et sur les jeunes enfants.

En Suisse, la saison des baignades commence vers le début du mois de mai. Les piscines ouvrent leur portes tandis que certains amateurs de plaisirs moins encadrés retrouvent le chemin des lacs et des rivières. Fidèle à la tradition, la Société suisse de sauvetage (SSS) invite les amateurs de loisirs aquatiques à se remémorer les maximes de comportement développées à leur intention.

Ces règles simples et faciles à retenir s'adressent à toutes les personnes qui évoluent à proximité de, dans et sur l'eau. Il s'agit de rendre le public attentif sur la conduite à adopter au contact de l'élément liquide. Les six maximes de la baignade constituent en quelque sorte l'élément de base auquel viennent s'ajouter les maximes relatives à la plongée, aux baignades en eaux vives et, un peu moins de saison, au comportement sur des plans d'eau gelés. Les six maximes de la baignade permettent d'éviter 80 % des causes possibles d'accidents. Elles sont accessibles sur le site web de la SSS et sont tenues à jour en fonction de l'avancée des connaissances dans le domaine.

Sécurité des personnes venues d'ailleurs

En 2015, on a recensé un nombre relativement élevé de requérants d'asile parmi les victimes de noyades. Par conséquent, la SSS a souhaité, en collaboration avec le centre de compétence transculturel de la Croix-Rouge suisse, traduire les maximes de la baignade et du

comportement en rivières en d'autres langues que le français, l'italien et l'allemand. L'objectif est que les personnes récemment arrivées en Suisse ne soient pas perplexes devant les panneaux arborant les pictogrammes de mise en garde à proximité des plages et des cours d'eau.

Les traductions sont mises à disposition des centres de requérants d'asile et peuvent être téléchargées depuis le site de la SSS. Elles existent en anglais, arabe, farsi, portugais, serbo-croate, somali, tamoul et tigrigna.

Campagne de prévention « l'eau et moi »

La campagne de prévention « l'eau et moi » destinée aux jeunes enfants, à leurs parents et à leurs encadrants, court depuis plus de dix ans. La plupart des accidents aquatiques chez les enfants sont à mettre en relation avec une surveillance insuffisante de la part des adultes qui en avaient la charge. Les parents sous-estiment fréquemment les risques ou n'en sont pas conscients. Ils s'en remettent aussi souvent à des bouées ou d'autres accessoires facilitant la flottaison qui confèrent un faux sentiment de sécurité.

Dans le cadre de la campagne, des nageurs sauveteurs spécialement formés se rendent dans des écoles enfantines pour y effectuer une visite d'environ trois heures. À l'image de ce qui se fait pour la sensibilisation aux risques de la circulation routière, les enfants découvrent

dix messages aquatiques afin d'apprendre comment se comporter dans l'eau et à proximité. À la fin de la visite, une documentation est remise aux enfants afin que leurs parents et les personnes qui en ont la charge prennent connaissance des messages de prévention.

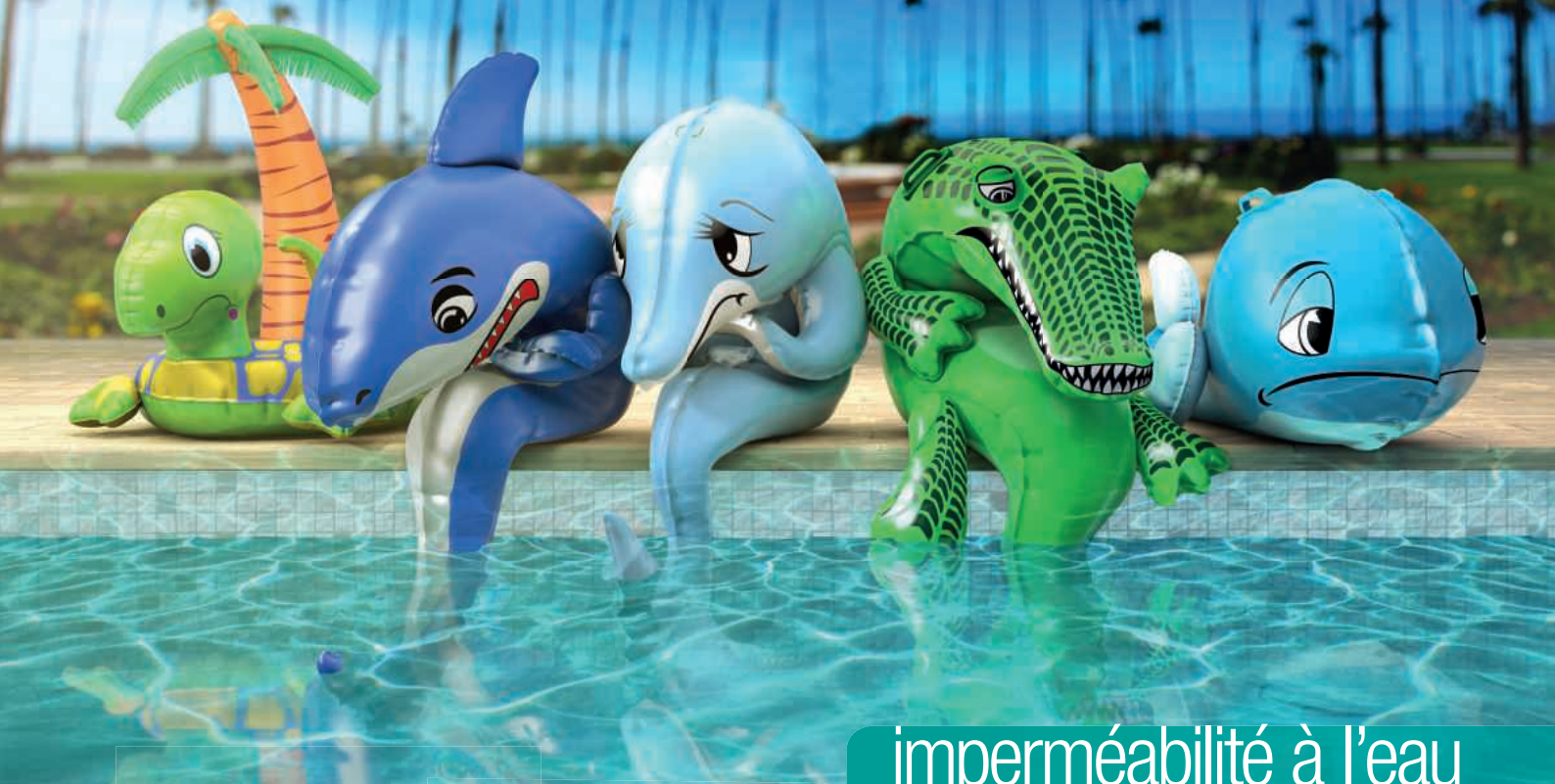
Pour en savoir plus, consulter également nous, samaritains 4/2016 qui aborde les premiers secours après une noyade. Le journal est disponible en version électronique sur le site web de l'ASS.



Afin que rien ne trouble le plaisir de la baignade, il est vivement recommandé de se conformer aux maximes propagées par la Société suisse de sauvetage.

**Texte : SSS/cli,
photo : Shut-
terstock**

Renoncer à une baignade rafraîchissante?
Pas avec 3M™ Tegaderm™ + Pad!



imperméabilité à l'eau
protection
sécurité



La peau n'est pas toujours en parfait état et prête pour la baignade.
Tegaderm + Pad est le meilleur pansement transparent stérile
avec compresse absorbante qui protège la plaie efficacement contre
l'eau, les germes et les saletés.

Quand ça gratouille et ça chatouille

Pourquoi un contact avec de minuscules pollens déclenche-t-il un « rhume des foins » ou de l'asthme ? Comment se fait-il que certains aliments rendent malades de plus en plus de personnes ? Comment expliquer que la peau réagisse à certaines substances par un eczéma ? La science et la médecine n'ont pas encore toutes les réponses. Une chose est sûre : les allergies et intolérances sont un phénomène de notre temps, sans doute dues au style de vie moderne.

Texte : aha. Photos : Shutterstock

En Suisse, trois millions de personnes sont touchées par des allergies ou des intolérances, surtout des enfants et des adolescents. Les allergies polliniques touchent environ 20 %, l'asthme jusqu'à 15 % de la population et presque un nourrisson sur cinq souffre d'eczéma atopique. Les allergies mettent rarement la vie en danger mais peuvent entraver considérablement le quotidien des enfants et des adultes. En savoir plus sur les origines multiples des allergies est sécurisant et permet d'améliorer la qualité de vie.

Qu'est-ce qu'une allergie ?

Une allergie est une réaction excessive du système immunitaire à des substances étrangères, en soi inoffensives, généralement des protéines, p. ex. dans le pollen, les acariens de la poussière de maison ou les aliments. Lorsque les personnes sensibles entrent en contact avec ces allergènes, l'organisme réagit par une défense naturelle exagérée. Ces réactions provoquent différents symptômes allergiques des voies respiratoires supérieures et inférieures, du tractus gastro-intestinal ou de la peau. Un cas extrême est le choc anaphylactique.

Environ 35 % de la population suisse sont sensibilisés aux allergènes et présentent donc une tendance allergique. Plus de deux millions de personnes sont plus ou moins touchées par des symptômes allergiques. Les enfants présentent un risque d'allergie plus élevé si les parents ont déjà des allergies. Si des symptômes apparaissent pendant l'enfance, il est recommandé d'en déterminer l'origine afin d'éviter dans la mesure du possible une « carrière allergique ».

Notre standard de vie et d'hygiène élevé est considéré comme une des raisons principales de l'augmentation des allergies au cours des dernières décennies. Selon cette théorie, notre système immunitaire est toujours moins confronté à des ennemis « naturels » (parasites, virus, bactéries), ce qui le conduit à vouloir se défendre contre des substances inoffensives.

Que faire en cas d'allergie pollinique ?

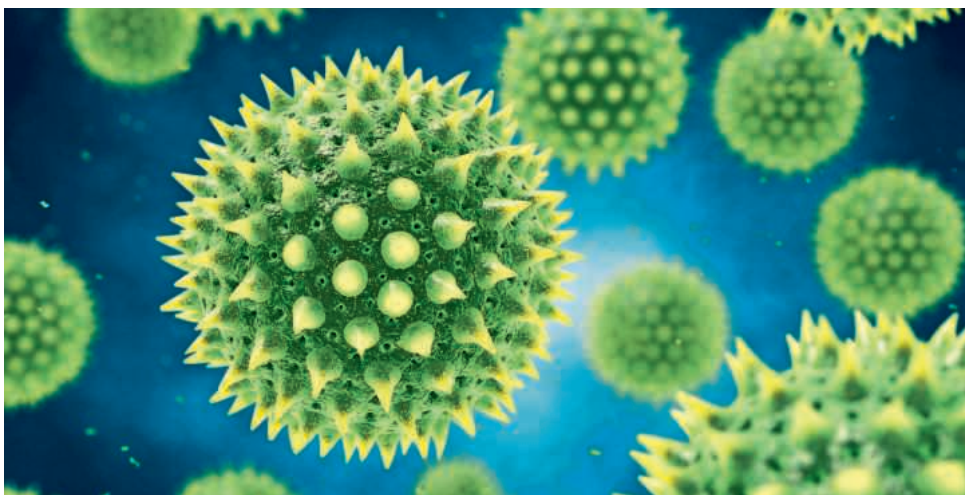
Environ 15 % à 20 % de la population présentent des symptômes allergiques communément appelés « rhume des foins » après l'inhalation de pollen. Le pollen des graminées ou des arbres provoque des symptômes comme

les yeux rouges qui démangent, un écoulement nasal, l'envie d'éternuer et une sensation d'étouffement. La majorité des personnes concernées réagissent au pollen de graminées.

Ces dernières années, on a constaté une augmentation des cas d'allergie au pollen de bouleau et de frêne. Les personnes concernées peuvent se prémunir en se tenant au courant de la présence de pollen dans l'air via l'appli pour smartphones « Pollen-News » ou la plateforme www.pollenetallergie.ch. La présence de pollens dans l'atmosphère devrait être prise en considération lors du choix du lieu de vacances ainsi que lors d'activités sportives en plein air. En été, il est préférable de renoncer au jogging, les sports en salle ou aquatiques étant une bonne alternative. Connaître les plantes susceptibles de déclencher une réaction et leurs périodes de floraison est important pour les personnes souffrant d'une allergie pollinique. Cela leur permet d'éviter des pics de pollens ou de prendre des mesures prophylactiques.

Qualité de l'air ambiant

Que ce soit à la maison, au bureau, à l'école ou chez des amis, nous passons 90 % de notre temps à l'intérieur. Un bon air ambiant est donc indispensable pour rester en bonne santé. Malheureusement, des vecteurs d'allergies comme les acariens, les moisissures, les animaux domestiques ou les plantes d'intérieur dans les locaux d'habitation et de travail donnent du fil à retordre à de nombreuses personnes. Elles souffrent alors de troubles des voies respiratoires associées à d'autres symptômes comme un nez bouché, des éternuements, une rhinite, des yeux rouges et qui démangent ou des réactions asthmatiques. Dans nos lits, ce sont surtout les acariens qui nous guettent. En Suisse, environ 5 % à 8 % des enfants et des adultes sont allergiques à ces minuscules araignées. Mais des substances irritantes, p. ex. des parfums d'ambiance ou des particules de matériaux de construction, peuvent aussi entraîner des problèmes de santé.



Des pollens présents dans l'atmosphère peuvent déclencher le rhume des foins.

Allergie ou intolérance ?

On appelle allergie alimentaire une réaction excessive du système immunitaire à des composants inoffensifs, généralement des protéines contenues dans les aliments. Les symptômes fréquents sont des démangeaisons et des gonflements dans la zone buccale et d'autres, plus rares, des vomissements, des problèmes gastro-intestinaux, des réactions cutanées, de l'asthme ou dans des cas extrêmes, un choc anaphylactique. Les adultes sont le plus fréquemment allergiques aux noix et aux noix, au céleri, aux pommes et au kiwi. Les cacahouètes, les fruits de mer ou le sésame entraînent souvent des réactions prononcées. Les enfants réagissent typiquement au lait de vache, aux œufs de poule, aux cacahouètes et aux noix. Une allergie alimentaire peut être diagnostiquée par auto-observation et à l'aide de tests cutanés et sanguins. Ensuite, il faudra strictement éviter toute substance allergène et notamment celles qui se « cachent » par exemple dans des mélanges d'épices.

En cas d'intolérance alimentaire, ce n'est pas le système immunitaire qui est en cause. Le corps ne digère tout simplement pas une certaine substance ce qui entraîne des troubles immédiats. L'intolérance au lactose et la maladie cœliaque (intolérance au gluten) sont les

affections les plus fréquentes. En cas d'intolérance au lactose, l'organisme ne produit pas ou trop peu de lactase, une enzyme digestive. En cas de maladie cœliaque, la muqueuse de l'intestin grêle est attaquée par le gluten (composant de différentes sortes de céréales).

Allergies : la peau dans le rôle principal

Avec cent dix milliards de cellules, dont deux milliards de cellules pigmentaires, deux millions de glandes sudoripares et trois cent cinquante mille glandes sébacées, la peau est un véritable chef-d'œuvre de la nature. Notre enveloppe corporelle est non seulement notre plus grand organe, mais aussi celui dont les fonctions sont les plus variées et revêtent une importance physiologique, sociale et émotionnelle souvent sous-estimée.

La peau accomplit chaque jour des prouesses. Elle nous protège du vent, du froid, du soleil, des substances nocives et d'agents pathogènes. Et selon notre idéal de beauté, elle devrait toujours être lisse et impeccable. Pour de nombreuses personnes, la réalité est cependant toute autre : la peau est rouge, pèle et démange.

Le plus important est de protéger la peau afin de préserver son état et ses fonctions. La

prévention est donc prioritaire et commence par un nettoyage avec un produit doux pour éliminer la sueur et la saleté. L'idéal est une douche brève et pas trop chaude. Appliquer une crème en guise de soin stimule la régénération de la peau en rétablissant la couche protectrice. Les produits de soin sont particulièrement importants pour les personnes souffrant de neurodermatite ou de dermatite atopique.

Les allergies cutanées ne constituent pas seulement un problème de santé sérieux, elles peuvent aussi entraîner des difficultés dans la vie sociale. Il est par conséquent vivement conseillé de bien se renseigner et de solliciter un diagnostic précis afin de bénéficier d'un traitement personnalisé.

Ces textes ont été aimablement mis à disposition de « nous, samaritains » par aha !, le Centre d'allergie suisse. Il propose des informations, des conseils et des formations en général à titre gratuit, et organise des campagnes d'information et de prévention destinées à un large public.

Plus d'informations au sujet des allergies sur www.aha.ch.

aha ! infoline : conseils individuels au téléphone, du lu au ve de 8 h 30 à 12 h, téléphone : 031 359 90 50.

Précisions

Choc anaphylactique

Le choc anaphylactique est la forme la plus grave de réaction allergique. Du fait de la libération d'histamine et d'autres médiateurs, les vaisseaux sanguins se dilatent dans de telles proportions qu'il se produit une chute de pression artérielle ou un rétrécissement des voies respiratoires qui constitue une menace pour la vie. Les personnes souffrant d'allergie, au venin d'abeille par exemple, et qui présentent une forte réaction au contact de ce dernier, ont souvent un auto-injecteur d'adrénaline avec elles (par ex. EpiPen). Si la personne n'est plus en mesure de se faire cette injection vitale elle-même, elle a absolument besoin d'aide.

Symptômes

Peau : rougeur et gonflement de tout le corps

Voies respiratoires : gonflement du larynx (œdème) ; dyspnée sévère (crise d'asthme)

Système cardiovasculaire : chute de pression artérielle (voile noir devant les yeux, étourdissements) ; perte de connaissance.

Premier gestes

Alertez les secours sanitaires via le 144

Utiliser l'EpiPen

Prenez l'auto-injecteur dans la main, retirez le capuchon gris. Appuyez la partie noire contre la cuisse pour déclencher l'aiguille (à travers les vêtements si nécessaire). Restez dix secondes dans cette position. Massez ensuite le point d'injection pendant dix secondes.

Si la personne est consciente : l'allonger, jambes surélevées

En cas de perte de connaissance avec respiration normale : position latérale de sécurité

En cas de perte de connaissance avec respiration anormale : massage cardiaque

Une réaction allergique peut être une urgence vitale. En cas d'apparition d'une dyspnée ou d'une tuméfaction croissante, alertez les secours sanitaires.



Source : « Premiers secours – les bons gestes », éditions Careum, 2^e édition

Lexique

Allergène

Un allergène est une substance en soi inoffensive qui déclenche des réactions d'hypersensibilité induites par le système immunitaire. Les allergènes sont généralement des protéines.

Antihistaminique

Également appelé antagoniste des récepteurs à l'histamine. Il contient des substances qui affaiblissent ou qui contrent l'effet de l'histamine, une substance messagère endogène, en bloquant les récepteurs histaminiques. Les antihistaminiques sont utilisés entre autres pour le traitement des allergies.

Cortisone

La cortisone et les préparations à base de cortisone (dérivés) sont utilisées depuis des décennies. Les doses très élevées que l'on administrait par le passé entraînaient de nombreux effets secondaires. Aujourd'hui, les préparations de cortisone (appelées corticostéroïdes) permettent de doser finement les traitements. Les effets secondaires peuvent être évités en grande partie, surtout en cas d'utilisation locale avec une pommade, un spray nasal ou un spray contre l'asthme. En raison de leur importante action anti-inflammatoire et antiallergique, les préparations de cortisone sont souvent indispensables pour le traitement de maladies allergiques graves des voies respiratoires et de la peau.

Crise d'asthme

En cas de crise d'asthme, les voies respiratoires se rétrécissent à un tel point qu'expirer exige beaucoup d'efforts. Les personnes concernées ont l'impression de manquer d'air, ce qui peut entraîner des poussées d'angoisse. L'activation des muscles soutenant la respiration (relèvement des épaules) et une respiration sifflante sont des signes typiques d'une crise d'asthme.

Enzyme

Les enzymes sont des protéines déclenchant des réactions biochimiques. Elles occupent des fonctions importantes du système métabolique. De plus, elles sont impliquées dans la plus grande partie de la digestion.

Test d'allergie

En cas de suspicion d'allergie, un test d'allergie peut être réalisé pour pouvoir identifier ou exclure un allergène spécifique. On différencie entre les tests cutanés, les tests sanguins et les tests de provocation.

Voir www.allergiecheck.ch/fr

L'allergie pollinique

L'allergie pollinique (le rhume des foins, rhinite saisonnière) est l'allergie la plus fréquente sous nos latitudes. Les personnes allergiques ressentent les troubles suivants : attaques d'éternuement, écoulement nasal (rhinite), nez bouché, yeux larmoyants et qui picotent, démangeaisons au niveau du palais, du nez et des oreilles. Les pollens servent à fertiliser les plantes. On distingue entre la pollinisation par les insectes et par le vent. C'est cette dernière qui déclenche l'allergie pollinique.



Origines et déclencheurs

L'allergie pollinique, dont la prédisposition est souvent héréditaire, est une réaction à un ou plusieurs types de pollen. Il s'agit d'une réaction du système immunitaire aux protéines en soi inoffensives des pollens. L'inspiration ou le contact direct avec le pollen entraîne chez la personne allergique une libération d'histamine qui mène à une inflammation de la conjonctive des yeux et de la muqueuse nasale.

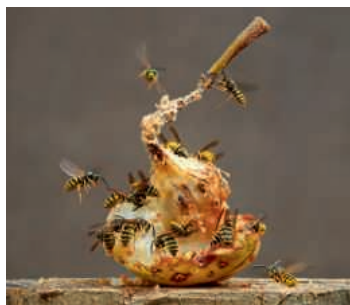
Symptômes

Les personnes allergiques ressentent les troubles suivants : attaques d'éternuement, écoulement nasal (rhinite), nez bouché, yeux larmoyants et qui picotent, démangeaisons au niveau du palais, du nez et des oreilles. Le mucus accumulé dans les sinus paranasaux peut induire des douleurs dans la mâchoire et des maux de tête. Une allergie pollinique non traitée pendant une longue période peut se développer en asthme allergique.

Thérapie

Différents médicaments disponibles sous forme de spray nasal, de collyre ou de comprimés/gouttes peuvent être utilisés pour traiter les symptômes d'une allergie pollinique. Les antihistaminiques, les corticostéroïdes (préparations à base de cortisone), les antagonistes des leucotriènes et les stabilisateurs de mastocytes font partie des groupes de principes actifs les plus importants.

Les allergies au venin d'insectes



Les allergies au venin d'insectes sont souvent déclenchées par des piqûres d'abeille ou de guêpe. Des piqûres dans la bouche ou la gorge peuvent provoquer des gonflements mettant la vie en danger, chez la personne non allergique également. En Suisse, cette allergie entraîne trois à quatre décès par année.

Origines et déclencheurs

Les piqûres d'abeille se produisent surtout au printemps et en été. Contrairement aux guêpes, les abeilles perdent leur aiguillon après la piqûre. Les différentes espèces d'abeilles et de bourdons ont un potentiel d'agressivité différent. Les bourdons sont les plus paisibles, leurs piqûres sont rares et inoffensives pour la plupart des gens. L'allergie au venin d'insectes n'est pas héréditaire.

Les piqûres de guêpe se produisent surtout à la fin de l'été et en automne. Contrairement aux abeilles, les guêpes conservent leur aiguillon après la piqûre et peuvent donc piquer plusieurs fois. Les frelons sont plus grands et appartiennent au même genre que les guêpes. L'allergie au venin de guêpe n'est pas héréditaire.

Symptômes

Lors d'une réaction allergique à une piqûre d'abeille ou de guêpe, les symptômes apparaissent en quelques minutes, au plus tard après une heure. Ils vont des gonflements locaux en passant par des démangeaisons, de l'urticaire, des vomissements jusqu'à des crises d'étouffement, des palpitations, une chute de tension, une perte de connaissance, un arrêt respiratoire et un collapsus cardio-vasculaire (choc anaphylactique).

Thérapie

Les personnes ayant déjà eu une réaction allergique à une piqûre d'abeille ou de guêpe doivent être informées du danger de toute nouvelle piqûre. Leur médecin leur remettra une trousse d'urgence contenant des antihistaminiques, de la cortisone et éventuellement une seringue d'adrénaline prête à l'emploi (la manipulation et la date de péremption doivent être contrôlées régulièrement) ainsi qu'une attestation d'allergie.

Important pour les personnes allergiques au venin d'abeille ou au venin de guêpes : garder toujours la trousse d'urgence sur soi.



Les premiers secours pour toute la famille

Pansements de flawa – à chaque peau son pansement.

www.lohmann-rauscher.ch/flawa



Lohmann & Rauscher



Disponible sur shop.samariter.ch

« Jour de l'action » – avec

Pour nombre de personnes souffrant d'une maladie sanguine potentiellement mortelle comme la leucémie, la transplantation de cellules souches du sang représente la seule chance de guérison. Peu le savent. C'est pourquoi le 16 septembre aura lieu la quatrième édition du « jour de l'action ».



De nombreux samaritains et de nombreuses samaritaines sont engagés pour le « jour de l'action » – le 16 septembre aura lieu la quatrième édition.

Le « jour de l'action » a déjà été mené à trois reprises en Suisse. Des centaines de volontaires, dont de nombreux samaritains et samaritaines, ont informé la population dans tout le pays sur le don de cellules souches du sang. L'effet était à chaque fois marqué.

L'édition 2017 du Jour de l'action se déroulera simultanément à la Journée mondiale du donneur de moelle osseuse le 16 septembre. Ce jour particulier est dédié aux patients atteints d'une maladie sanguine potentiellement mortelle comme la leucémie et aux donneurs potentiels de cellules souches du sang. Des personnes du monde entier s'investissent pour le don de cellules souches du sang. Nous espérons que les participants seront à nouveau nombreux cette année en Suisse. En effet, plus il y a de gens qui s'engagent pour ce thème important, plus ils retiennent l'attention du public.

Des nouveautés ont été introduites cette année qui offrent différentes possibilités de s'engager lors du jour de l'action :

Nouveau : action WhatsApp

Pour la première fois, nous utiliserons la communication mobile. Nous aurons besoin à cet effet de beaucoup de volontaires. Le « jour de l'action », nous leur enverrons un message WhatsApp, qu'ils transmettront à un maximum de connaissances en leur demandant de le faire suivre à d'autres contacts. Si 400 personnes participent et que chacune envoie le message à quatre amis, nous aurons déjà atteint 1600 personnes. Si celles-ci à leur tour diffusent le message, des milliers recevront notre message « En t'enregistrant comme donneur de cellules souches du sang, tu offres un espoir de guérison aux patients leucémiques ».

Kit pour les actions sur place

Le thème du don de cellules souches du sang doit être présent virtuellement mais aussi visible publiquement. C'est pourquoi toute personne qui se prend deux ou trois heures ce samedi pour sensibiliser au don de cellules souches du sang avec des proches ou des amis du club à un endroit de son choix est la bienvenue. Nous leur remettons à cet effet un kit d'action, qui peut être utilisé à une autre occasion que le « jour de l'action », telle une journée portes ouvertes.

Le revers de la médaille

La diffusion d'informations allant croissant, les gens sont toujours plus nombreux à s'enregistrer comme donneur de cellules souches du sang : 25 000 rien que l'année dernière – un record jamais atteint. Cette évolution positive a son revers : les coûts devant être couverts par des fonds de donateurs augmentent aussi. Les engagements visant à collecter des fonds sont donc d'autant plus précieux. Il peut s'agir d'une vente de pâtisseries le « jour de l'action », d'un concert gratuit avec une collecte ou d'une course contre la leucémie. Il n'y a (presque) aucune limite aux idées – chaque contribution compte.

Texte et photos : Transfusion CRS Suisse

vous ?



Participer

Participer – commander le kit pour l'action

Il sera possible de commander un kit pour l'action contenant notamment des dépliants, des affiches, de petits cadeaux à distribuer et des ballons en forme de cœur dès le 24 avril et ce jusqu'au 14 juillet 2017 sur www.ensemble-contre-la-leucemie.ch. Les paquets seront envoyés fin août.

Participer – à la course sponsorisée à Zurich

L'organisation d'étudiants Marrow organise le 16 septembre une course sponsorisée en faveur du don de cellules souches du sang. Vous trouverez toutes les informations sur www.ensemble-contre-la-leucemie.ch dès le 24 avril.

Participer – à l'action WhatsApp



Votre numéro de téléphone est utilisé exclusivement pour l'envoi de messages au sujet du « jour de l'action ».

Une nouvelle opportunité pour les sections et les associations

Plus de 85 % de la population consulte l'internet pour y trouver des informations, réaliser des achats ou entretenir des contacts à partir d'appareils fixes ou nomades et près de 60 % y effectuent des recherches. Aujourd'hui, un site web ne joue plus seulement le rôle de vitrine pour une entreprise ou une organisation, mais il est devenu un véritable comptoir d'échanges et de transactions. C'est une des raisons parmi d'autres qui ont incité l'Alliance suisse des samaritains à reprendre sa présence sur la grande toile et, en parallèle, à opter pour une solution multi-site.

Les associations et les sections aussi peuvent en profiter. L'approche multi-site permet à toute organisation membre de l'ASS de mettre rapidement en place son propre site. La technique consiste à copier le site originel (celui de l'ASS) avec ses contenus, puis de l'adapter et de le personnaliser en fonction de ses propres besoins.

Gain de temps

Les détenteurs d'un multi-site peuvent accéder à l'ensemble des contenus (textes, photos, etc.) présents sur le site de l'ASS et récupérer automatiquement les mises à jour effectuées sur ce dernier. Le gain de temps peut être important, car l'administrateur n'a pas besoin de se soucier des tâches d'entretien relevant des parties communes.

Une seule Alliance, une seule façon de se présenter

Un autre avantage de la solution multi-site est l'unification de la manière dont les samaritains se présentent. Ainsi, la marque « samaritains » en sort renforcée et a plus de chances d'être mémorisée par le public, ce qui est à l'avantage de tous les samaritains sur le terrain. Afin de garantir une certaine unité visuelle, la solution multi-site ne permet pas de modifier tous les éléments graphiques et de mise en page.

Un multi-site offre de nombreux avantages

Conditions avantageuses pour les sites web des sections et des associations :

- mise en place du multi-site sur le serveur de l'ASS: frais uniques de CHF 700.- à CHF 800.-; sur une plate-forme externe: frais uniques d'environ CHF 3000.-
- frais d'entretien estimés à environ CHF 10.-/mois
- les coûts pour des adresses électroniques associées seront publiés courant avril
- le site web est développé à l'aide du système de gestion de contenu Drupal 8, une solution CMS libre, sans frais de licence
- système d'arrière-plan (back-end) en français, italien ou allemand
- accès au pool de contenus de l'ASS (textes et photos)
- récupération automatique des contenus de l'ASS, par exemple agenda ou textes médico-techniques
- les fonctionnalités améliorées ou nouvellement développées sont accessibles à tous

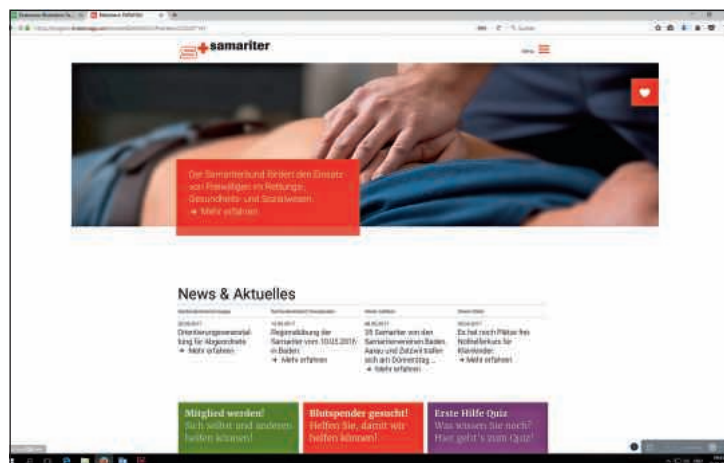
Une information au sujet du nouveau site web en français, italien et allemand est disponible sur l'extranet sous marketing > promotion commerciale de votre section > internet.

Important

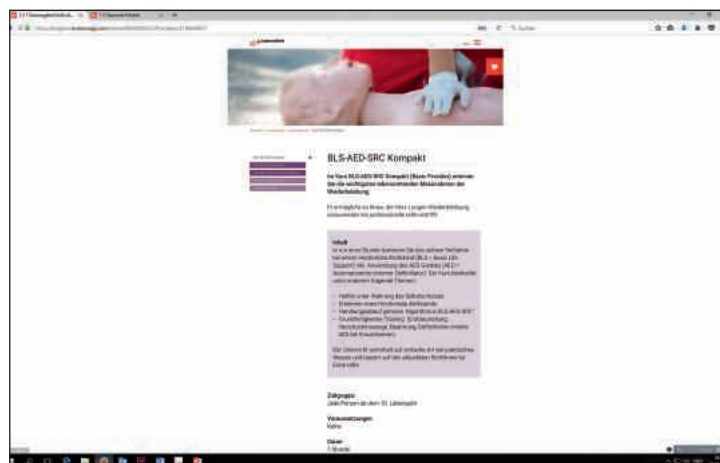
Pendant la phase de transition qui court jusqu'en mai, certaines associations et sections sont déjà incluses. Dès le mois de juillet 2017, l'offre sera disponible pour toutes les associations cantonales et toutes les sections, la totalité des fonctions étant intégrées au fur et à mesure d'ici la fin août. Ainsi, les sections qui sont dans l'urgence disposeront rapidement d'une solution.

Les personnes intéressées voudront bien s'adresser à marketing@samariter.ch.

Texte et photo: ASS/cli



Un look identique pour la page d'accueil afin de renforcer la marque samaritaine.



Exemple de présentation d'un écran présentant le cours BLS-AED.

Lettre ouverte

Au sujet de l'article « les blessures du genou »

Madame, Monsieur,

Après avoir lu l'article sur les blessures du genou paru dans nous samaritains 2/2017, je souhaite faire part de mon étonnement concernant les conseils donnés sur la façon de procéder en présence d'un patient ayant subi un traumatisme.

Je conteste particulièrement l'affirmation répétée plusieurs fois : consultation au service des urgences de l'hôpital le plus proche (et pas uniquement chez le médecin traitant). En outre, dans l'encadré, on suggère à maintes reprises une hospitalisation avec transport en ambulance.

Ces conseils ne rendent pas service à la cause samaritaine et alimentent un sentiment de méfiance à l'égard des médecins de famille.

Il faut au contraire réitérer que les médecins de famille (catégorie à laquelle j'appartiens, à l'instar de nombreux médecins de sections qui constituent l'ossature du mouvement samaritain) sont des professionnels au bénéfice d'une grande expérience, à même d'évaluer et de traiter de façon ambulatoire 95 % des lésions d'origine traumatique, comme le relèvent plusieurs études scientifiques.

Leurs connaissances, acquises au fil de longues années de pratique, permettent d'apprécier si et quand il est nécessaire de recourir aux services des hôpitaux et des urgences. Ces dernières sont fréquemment assurées par de jeunes médecins assistants qui doivent respecter des protocoles précis, incluant souvent des examens radiologiques, des scanners, des résonances magnétiques inutiles et coûteux, surtout s'ils sont réalisés en urgence.

Certes, les samaritains ne sont pas appelés à poser de diagnostics, mais ils ne devraient pas non plus encourager la consommation de soins médicaux, dont les coûts ont explosé, et le recours intensif à l'ambulance qui, partant, est soustraite aux véritables urgences. La prolifération d'examens diagnostics invasifs urgents ne permet pas nécessairement un diagnostic plus précis ou un raccourcissement du temps de guérison.

Aujourd'hui, on préconise plutôt la « sage décision » (choosing wisely), selon le principe qu'en faire trop ne signifie pas nécessairement faire mieux. Il s'agit de pratiquer une médecine de qualité, mais sobre et respectueuse, qui n'alimente pas la surconsommation de prestations inappropriées, d'examens inutiles, de frais de diagnostic et de cure gonflés sans limites, et qui respecte les durées de diagnostic et de thérapie dictées par l'expérience et la nature.

Par conséquent, il me semble opportun que nous, samaritains corrige le tir en publiant ma prise de position et mon conseil de consulter d'abord le médecin de famille, en son absence, le médecin de garde, et de solliciter l'ambulance uniquement dans des cas vraiment graves et urgents. Précisons encore que si l'intervention de premier recours de la part des samaritains est correctement exécutée, le transport en ambulance est superflu dans la très grande majorité des cas.

Avec mes salutations distinguées,
Docteur Vincenzo Liguori, spécialiste FMH de médecine interne générale
Médecin de famille et médecin de la section de samaritains Castagnola-Cassarate

La secrétaire générale*Rester dynamiques*

Au sein des groupes de jeunes samaritains, de nombreux enfants et adolescents enthousiastes apprennent les premiers secours et s'engagent pour notre cause. Contrairement à ce qui se raconte ailleurs, dans ce cadre les jeunes acceptent l'intégration dans des structures formelles. Cela signifie qu'ils apprécient leurs activités et qu'ils sont prêts à s'y consacrer sur la durée.

Les nouvelles fonctions d'encadrement créées à l'intention de la jeunesse constituent une magnifique possibilité de transférer des tâches importantes à la relève, de lui permettre de valider ses compétences et de lui confier des responsabilités. C'est ce que demandent les jeunes et pour cela, ils sont prêts à payer de leur personne et à acquérir le savoir-faire nécessaire. Le nombre important de participants aux formations organisées à leur intention pendant le week-end de Pâques aux Paccots en témoigne.

Mais que nous reste-t-il à nous, les quinquagénaires et plus ? Reconnaître la richesse de la cohabitation et la mettre en évidence. Les participants à la conférence des présidents ont assisté à un palpitant exposé, inspiré de la pratique, qui leur a fourni de nombreuses idées et pistes pour mettre en place un mode de fonctionnement garantissant le respect mutuel et l'épanouissement de toutes les générations.

Si nous comprenons à quelle étape de leur vie se trouvent les représentants des diverses générations, une cohabitation constructive devient possible, permettant de tirer le meilleur parti des compétences et potentialités de chaque génération en faveur de la cause samaritaine. Ainsi, jeunes et

vieux resteront dynamiques, de même que le mouvement samaritain.



Regina Gorza

Informations et foire aux questions



Le passage au nouveau moyen didactique en ligne et la certification par l'IAS impactent le monde samaritain dans de nombreux domaines et entraînent les modifications les plus diverses. Celles-ci sont radicales et pas toujours faciles à comprendre. Par conséquent,

un grand nombre de questions et de doutes surgissent. Avec cet article, nous aimerions apporter une réponse aux questions les plus fréquemment posées actuellement, ainsi que des éclaircissements.

Coûts et taxes pour la certification IAS

Le changement entraîne également une modification des coûts qui incombent à une section de samaritains pour les moyens didactiques, les taxes de cours et la certification par l'IAS.

Taxe forfaitaire de site IAS

La taxe forfaitaire de site d'un montant de CHF 200.- doit être réglée chaque année et vaut chaque fois pour la période entre le 1^{er} novembre et le 31 octobre de l'année suivante. Cette taxe comprend des prestations telles que frais de certification, utilisation de la plate-forme IAS, utilisation du label de qualité « First AID » et support par le secrétariat de l'IAS. L'IAS envoie directement la facture aux sections (ou aux AR/AC).

On entend par « site » : sections de samaritains, associations régionales et associations cantonales.

Coûts et taxes pour le moyen didactique

Taxe de base de CHF 150.-

Pour le moyen didactique électronique, une taxe unique de CHF 150.- a été facturée aux sections de samaritains pour les monitrices/moniteurs de cours 1 ASS, monitrices/moniteurs de cours 2 ASS, monitrices samaritaines / moniteurs samaritains et formatrices / formateurs jeunesse qui ont été transférés, dans le sens d'une « mise à jour du moyen didactique ». Ceci est similaire à la méthode du système des 3 classeurs, où les mises à jour étaient également facturées.

Cette taxe de base unique sera facturée également aux personnes qui suivront à l'avenir une formation aux fonctions sus-citées.

Important : taxe d'utilisation annuelle à partir de 2018

Le changement de concept de financement à compter du 1.1.2018 entraînera la réduction et l'harmonisation des taxes de cours, lesquelles s'élèveront désormais à CHF 20.- pour tous les cours standard. Sauf : la taxe de cours pour le cours de secouriste niveau 3 IAS, qui s'élèvera à CHF 60.-, et celle pour le cours « Soins à domicile en cas de risque de contagion » à CHF 10.-.

Il en résultera pour l'organisation centrale un montant négatif par rapport à aujourd'hui, qui sera couvert à l'avenir par la taxe d'utilisation annuelle pour le moyen didactique. Le montant de la taxe dépendra de la fonction exercée. Vous trouverez ce montant par fonction dans le tableau « Taxe d'utilisation du moyen didactique » dans l'Extranet sous Formation et offre de cours > Cours 2017 > Taxes et coûts.

Les coûts qui incomberont à l'IAS pour la délivrance des certificats de cours seront supportés par l'ASS. Vous trouverez les tarifs pour les certificats sur le site Web de l'IAS.

Pourquoi l'ASS a-t-elle dû sauter le pas de la certification par l'IAS ?

La définition des niveaux 1 à 3 de secouriste et les exigences correspondantes de l'IAS en matière d'assurance-qualité pour le maintien de la certification resp. du label de qualité « First AID » rendront possibles à l'avenir les développements les plus divers dans l'ensemble du domaine des premiers secours. Ces développements ne concerneront pas uniquement l'ASS ; ils pourront aussi avoir une grande influence sur l'organisation et ses activités :

Exemple n° 1 : les entreprises exigent de leurs prestataires de cours le label First AID resp. la certification IAS en tant qu'organisation prestataire. En tant que prestataire certifiée, l'ASS pourra satisfaire à cette exigence, et sections de samaritains et associations cantonales pourront toujours dispenser des cours d'entreprise sans faire chuter les effectifs de participants.

Exemple n° 2 : comme prévu au départ, l'OFROU aurait confié la certification du CSauv. à l'IAS dès le 1.1.2017.

Exemple n° 3 : en tant qu'organisation membre de l'IAS avec 3 voix au sein de l'Assemblée des délégués, l'ASS pourra participer activement aux orientations futures de l'IAS comme par exemple la doctrine directrice ou la politique de l'association, et émettre des propositions à l'attention de l'Assemblée.

Exemple n° 4 : sans une adhésion à l'IAS, il serait difficile de siéger dans divers groupes de travail pour représenter nos intérêts et les questions qui nous occupent. Actuellement, l'ASS est représentée au sein du groupe de travail « Service médico-sanitaire » et peut s'attacher à faire que les directives en matière de service médico-sanitaire restent à un niveau acceptable et adapté pour notre organisation.

C'est sur la base de cette réflexion et d'autres que l'ASS a donc décidé à l'époque de se faire certifier comme organisation prestataire.

Service médico-sanitaire

Tous les samaritaines et samaritains actifs ont été transférés vers le niveau 2 IAS

Au 31.12.2016, tous les samaritaines et samaritains actifs ont été transférés automatiquement vers le niveau 2. Et ce, à l'appui d'un accord que l'ASS et l'IAS ont pu conclure sur la base de la compétence technique des samaritaines et samaritains. Les samaritaines et samaritains qui continuent d'assurer un service médico-sanitaire mais qui ont des doutes ou certaines lacunes au niveau des connaissances sur les contenus du niveau 2, doivent impérativement y remédier. La section de samaritains est responsable de ses membres lors d'un service médico-sanitaire. De même, les personnes qui assurent un service médico-sanitaire doivent avoir suivi la formation « Bases du service médico-sanitaire ».

Comment obtenir mon certificat pour le niveau 2 IAS ?

Tous les samaritaines et samaritains qui ont enregistré une adresse électronique chez nous recevront automatiquement le certificat au cours du premier semestre 2017 par courriel. Si vous ne disposez pas d'adresse électronique propre, veuillez nous communiquer une adresse électronique (p. ex. une de votre section) à laquelle nous pourrions envoyer le certificat. Si vous n'êtes pas certain(e) d'avoir enregistré un contact par courriel, veuillez nous envoyer également un courriel.

Prière d'indiquer « Certificat niveau 2 IAS » dans l'objet de votre courriel.

Obligation pour les personnes assurant un service médico-sanitaire : maintien du niveau 2 IAS

La formation continue est une obligation pour les personnes qui assurent un service médico-sanitaire. Conformément aux réglementations actuelles de l'ASS, elles doivent assister à 5 exercices par an, dont un sur le thème du « service médico-sanitaire ».

Après que l'IAS a transmis automatiquement le niveau 2 à tous les samaritaines et samaritains, nous recommandons de le tenir à jour et de suivre dans les deux ans le cours « Secouriste niveau 2 Refresher ». Comme nous l'avons dit plus haut, l'IAS remanie actuellement ses directives relatives aux services médico-sanitaires. Nous partons du principe que celles-ci feront du niveau 2 IAS actuel une exigence.

Dès que les nouvelles directives de l'IAS pour les services médico-sanitaires seront disponibles, l'ASS remaniera son Règlement du service médico-sanitaire OC 355 et procédera à toutes les modifications nécessaires.

Texte : ASS. Image : Shutterstock

Elles nous ont quittés

Hommages

Chavornay

Au mois de février, la section de Chavornay pleurait la disparition de Liliane Gorgerat, membre d'honneur depuis 1999. Entrée au sein de la section en 1977, Liliane était devenue caissière du comité en 1986. Elle avait assuré cette fonction jusqu'en 1999 et avait obtenu la médaille Henry Dunant cette même année.

Très dévouée et toujours souriante, Liliane aimait particulièrement le contact avec les gens.

Genève

À toi, Gladys, qui viens de nous quitter pour un monde paraît-il meilleur !

En 1964, tu as été admise comme membre de notre société des Samaritains de Genève-ville et depuis, tu en as fait du chemin.

D'abord comme « simple samaritaine » puis, au fil des années, l'expérience étant venue, tu as pris la responsabilité et l'organisation des services sanitaires même des plus grands comme les Fêtes de Genève de l'époque avec son corso fleuri, les concours hippiques, fêtes de la musique, course de l'Escalade et j'en passe de nombreux tel que le Salon de l'auto, etc.

Tu as fait également partie du Comité durant de nombreuses années, tu as reçu la médaille Henry Dunant en 1988, puis, les années passent et tu es toujours active pour notre section.

Ne pouvant plus faire de l'activité sur le terrain, tu t'occupes désormais de la facturation des services sanitaires de la section et ce depuis chez toi.

Et puis, ce 14 mars tu as été admise aux HUG et le lendemain déjà, tu quittais notre monde à notre grande stupéfaction.

Tu resteras pour tous les membres de la section dans notre cœur.

Adieu Gladys, que ton voyage vers l'au-delà te permette de retrouver ton fils décédé il y a très peu de temps.

Les samaritains de la section de Genève-ville.



Gladys Ruttiman

Polyvalent et applicable universellement

Offre du mois valable jusqu'au 23.05.2017

CHF 40.-
au lieu de 49.90
TVA incl.

Pour tous les ménages!

Bandage de secours pour les premiers soins. Utilisation à une main du pied à la tête. Un «MUST» pour toute situation d'urgence

- ✓ pour blessures ✓ comme bandage élastique
- ✓ pour stabiliser ✓ pour fixation ✓ comme pansement compressif

Article no:
3230 Orange
3231 Camouflage



Vous trouvez d'autres informations dans le webshop de l'ASS. Tél. 062 286 02 85.

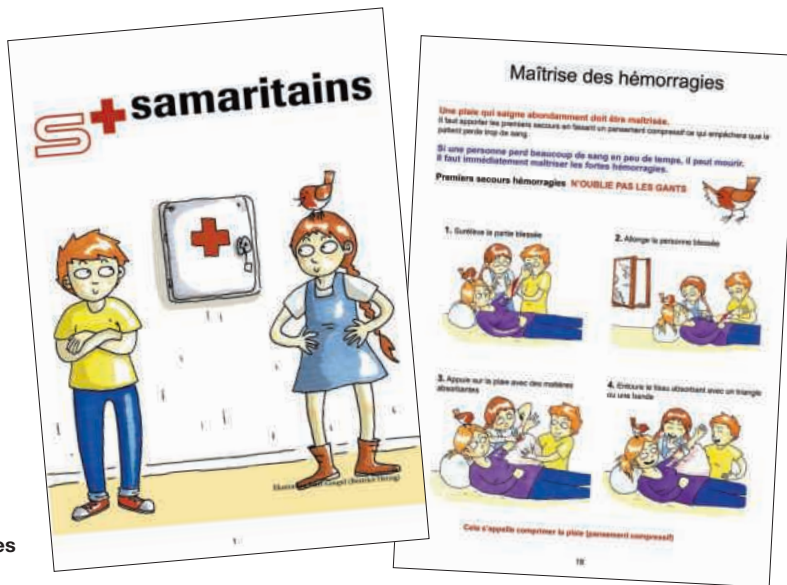
Email shop@samariter.ch ou shop.samariter.ch. Participation de frais d'envoi de CHF 9.- pour les commandes inférieures à CHF 200.-

Jeunes samaritains romands

Bienvenue à Nina et Rémy

Désormais, un manuel de premiers secours conçu explicitement à l'intention des membres des groupes de jeunes samaritains romands est disponible auprès du service des ventes de l'ASS. Il est le fruit du travail d'une équipe genevoise.

Nina et Rémy montrent l'exemple aux jeunes secouristes romands.



Bécassine, Oui-Oui, le petit Nicolas et autre Titeuf, chaque génération grandit avec ses mascottes, ses personnages fétiches et ses chouchous. Mais rares sont les figures qui suscitent l'enthousiasme des filles et des garçons au-delà des frontières linguistiques. Il en va ainsi avec Globi, volatile bleu bien connu outre-Sarine, mais peu familier aux têtes blondes de Suisse occidentale.

C'est ce qui a incité Sandra RoCHAT, une des fondatrices du groupe de Samas'Kids genevois et mandataire pour les activités avec la jeunesse, à empoigner la question d'un manuel de premiers secours pour les enfants, d'autant plus qu'une partie du contenu du livre avec Globi était devenu obsolète du point de vue technique. Forte du soutien de la Commission d'encadrement et de formation (CEF) genevoise ainsi que de celui de Chantal Studer, à l'époque collaboratrice du secrétariat central au service de la jeunesse, elle s'est lancée en 2014.

Travail d'équipe

Avec Véronique Volken, instructrice technique, les deux jeunes femmes se sont attelées à la tâche et ont composé un support didactique clair et limpide, bien structuré et conçu spécifiquement pour les aspirants secouristes francophones. Les illustrations signées Petit Goupil, pseudonyme de la dessinatrice, bédéaste et blogueuse genevoise Béatrice Herzig, expliquent parfaitement le propos et apportent une note de couleurs bienvenue. Ainsi, ce sont Nina et Rémy qui, au fil des pages, présentent la règle ORA, montrent tout ce que l'on peut faire avec un triangle, comment réagir en cas d'intoxication ou se comporter en cas d'insolation entre autres. Un groupe de soutien composé de Laurence Addadi Quere, instructrice technique honoraire, Christiane Hänni, secrétaire de la CEF, Raymonde Ozainne, instructrice technique, et Thierry Pache, instructeur technique, a accompagné le projet. L'un dans l'autre, il a fallu deux bonnes années pour arriver à bout touchant.

Le manuel validé par la CEF genevoise et approuvé par l'ASS, préfacé par la présidente centrale Monika Dusong et Jean-Marc Guinchard, président des samaritains genevois, est sorti de presse en 2016 grâce au soutien d'un mécène privé. Il se présente sous la forme d'un classeur de 24 x 32 cm (un peu plus grand qu'A4) comportant 45 pages. Tiré à 500 exemplaires, il est disponible au service des ventes de l'ASS au prix de 18 francs, numéro d'article 5885. Une adaptation en langue italienne est à l'étude.

Chantal Lienert, Images © AGSS-Béa Herzig

Le billet

On s'accroche

En découvrant les nouveaux cours, beaucoup de monitrices et de moniteurs ont vite compris la nécessité d'y investir un temps certain.

Cette idée a parfois probablement eu autant de charme qu'un rendez-vous chez le dentiste...

Il est vrai qu'il s'agit de votre temps libre, souvent rare et d'autant plus précieux.

C'est votre sens de la responsabilité individuelle, votre ténacité, votre plaisir à vous trouver devant une classe qui vous font serrer les dents et vous donnent la motivation pour venir à bout de ce travail.

Travail qui vous permet maintenant de mettre en pratique ce que vous faites bien : donner des cours et susciter un retour positif des participants.

Et oui : notre mouvement samaritain a besoin de cette image de sérieux et de modernité pour garder notre place de référence concernant les cours de premiers secours.

Par ces quelques mots, j'aimerais vous faire part de mon respect pour ce que vous avez accompli, et vous remercier pour votre constance.

Ça va aller !



Dagmar Baettig, membre du Comité central



ENGAGEMENT
DANS LA RECHERCHE

TEXAID REJOINT MISTRA FUTURE FASHION

TEXAID a rejoint le programme suédois de recherche Mistra Future Fashion. L'entreprise apporte son savoir-faire de la collecte, du tri et de la valorisation écologiques des textiles et veut contribuer au perfectionnement de méthodes de recyclage de textiles.

Une vision commune : Closed Loop

TEXAID et Mistra Future Fashion partagent une vision commune : boucler le cycle textile et modeler le secteur mondial du textile pour le rendre plus durable. « La réutilisation intégrale des textiles usagés aurait pour effet d'économiser une part importante de ressources naturelles et de réduire la pollution de l'environnement » explique Martin Bösch, CEO du groupe TEXAID. Guidé par la vision d'une closed loop, TEXAID travaille sans relâche à l'optimisation de ses processus de travail et de ses standards de qualité.

En rejoignant Mistra Future Fashion, TEXAID renforce son engagement au profit d'un perfectionnement des méthodes de recyclage de textiles. Vous trouverez davantage d'informations sur le programme de recherche sous www.mistrafuturefashion.com



Salons et expositions – nouveau catalogue

Pour se présenter de façon professionnelle



Comptoirs régionaux, salons, campagnes de Don du sang, services médico-sanitaires, etc., pour les sections, les occasions ne manquent pas de se présenter en public. Profitez-en pour faire bonne figure et vous montrer sous votre meilleur jour. Car en vous présentant de façon professionnelle, vous dégagez une image de sérieux qui inspire confiance et conforte la réputation des samaritains.

Nous mettons à votre disposition une palette de matériel d'exposition, de cadeaux promotionnels et de documentation pour réussir vos apparitions en public. Afin de vous permettre d'avoir rapidement une vue d'ensemble, nous avons tout regroupé dans un nouveau catalogue. Vous y trouverez les éléments que le service des ventes propose en location de même que ceux que vous pouvez acheter ainsi qu'une foule d'idées d'objets à distribuer en guise de souvenir au public.

Le catalogue est disponible sous forme électronique à la rubrique marketing > promotion de la section sur l'extranet.

ASS/cli

Association des sections de samaritains du Valais romand (ASSVR)

Une raclette bien méritée !

Toilettage des statuts, reconduction du comité cantonal et de nouvelles perspectives de collaboration avec l'OCVS figuraient au programme de l'Assemblée générale des samaritains valaisans francophones qui s'est tenue le samedi 25 mars à Chippis, au centre du canton mais aux confins du territoire de l'association.

Des sections à cheval sur leurs prérogatives et un comité cantonal soucieux de doter les samaritains du Valais romand de statuts conformes aux exigences modernes de bonne gouvernance – la révision des statuts de l'ASSVR, qui relevait surtout de réglages fins, a pris le temps qu'il fallait. Mais au final, après divers amendements et corrections de fautes d'orthographe comprises, ils ont pu être votés en bloc. À l'issue de l'exercice, le président Ilan Garcia, soulagé, a noté non sans une pointe d'ironie qu'un président ne s'aventurerait sans doute qu'une fois au cours de sa mandature dans une telle révision.

Parmi les affaires ordinaires au menu de l'assemblée, relevons la reconduction du comité cantonal ainsi que celle du président. Il est également à noter que pour équilibrer ses finances, l'association valaisanne s'est employée à emprunter de nouvelles voies, notamment en développant une collaboration avec Texaid, car comme un peu partout dans le pays, le produit des taxes de cours est en recul. Par ailleurs, grâce à un rapprochement avec la banque Raiffeisen, cette dernière alloue un montant de 60 francs aux jeunes conducteurs qui suivent un cours de sauveteur chez les samaritains.

Projet d'envergure de l'OCVS

De longue date, les samaritains collaborent avec l'Organisation cantonale valaisanne des secours (OCVS) en participant au réseau de premiers répondants. Parmi les invités, Alain Rittiner, ambulancier chef des secours du Valais, plus particulièrement en charge des événements majeurs, a présenté un nouveau projet pour lequel il souhaite impliquer les samaritains.

En termes de risques sismiques, le canton du Valais compte parmi les régions les plus exposées de Suisse. Statistiquement, un tremblement de terre de forte magnitude s'y produit tous les cinquante à cent ans, le dernier a eu lieu en 1946.

C'est pourquoi il a été décidé de mettre en place un programme de sensibilisation et de prévention à l'intention des élèves du canton. Il est articulé en trois volets qui portent sur la compréhension du phénomène, l'expérimentation à l'aide de simulateurs et, *last but not least*, les premiers secours. C'est bien sûr pour ce chapitre que les samaritains sont sollicités, l'OCVS ayant besoin d'un chapelet de moniteurs dispo-

sés à instruire les écoliers.

Ronde des honneurs

La traditionnelle ronde des distinctions a commencé par la nomination de Monique Palacci, section de Sion Deux-Collines, en qualité de membre d'honneur de l'ASSVR. Sept samaritains, ou leurs représentants, se sont vus décerner la médaille Henry Dunant des mains de Dag-



Monique Palacci, nouvelle membre d'honneur de l'ASSVR.

mar Baettig venue apporter le salut du Comité central. Il s'agit de Jean-Michel Allaz, section de Massongex ; Joël Crettenand, Jean-Laurent Monnet, Pierre-Louis Monnet et Alain Zarillo de la section de La Faraz (Riddes-Isérables), Andrew Bushnell, section de Sierre, et Giovanna Pala, section de Sion.

Finalement, Cédric Roh, également de la section de Sion, a reçu son diplôme de moniteur.

La salle bourgeoise de Chippis était pleine à craquer et après plus de trois heures de délibérations, les personnes présentes étaient heureuses de pouvoir se dérouiller les jambes avant de calmer leurs

estomacs qui criaient famine. Une raclette attendait les chanceux qui ont pu rester sur place.

Pour l'année prochaine, il faudra trouver une salle plus grande, car conformément à la révision des statuts, tous les samaritains qui le souhaitent pourront assister à l'assemblée avant de partager un moment de convivialité.

Chantal Lienert,
texte et photos •



Trois médaillés de la section de La Faraz.

Que des avantages

Les cadeaux entretiennent l'amitié et des bons pour des objets sympathiques et utiles comme des chaussures confortables, des sous-vêtements chauds ou des accessoires de camping s'y prêtent très bien. Ainsi, le carnet de coupons 2017 de l'Alliance suisse des samaritains contient par exemple un bon d'une valeur de CHF 20.– valable chez Sherpa Outdoor ou des bons de réduction à faire valoir dans des musées ou lors d'achats dans certaines pharmacies et drogueries.

Avec les nombreux avantages proposés dans le carnet de coupon 2017, les participants aux cours garderont des samaritains le meilleur souvenir. En outre, le carnet se prête particulièrement bien pour être distribué dans le cadre de manifestations publiques auxquelles votre section participe. Bien entendu, il peut également être glissé dans l'enveloppe contenant la lettre d'appel au don envoyé à l'occasion de la collecte.

Le carnet de coupons 2017 est disponible gratuitement auprès du service des ventes de l'Alliance suisse des samaritains : téléphone 062 286 02 86, courriel shop@samariter.ch ou site web shop.samariter.ch.

Texte et photo : ASS/cli



FORUM D'ÉCHANGE :

QUELS SAMARITAINS DEMAIN ?

Le 13 mai prochain, le comité de l'Association cantonale vaudoise des samaritains (ACVS) organise un forum d'échange dans les locaux de Gollion. Une centaine de membres des sections vaudoises prendra part à cette journée qui se déroulera sous la forme de Forum Ouvert.

Cadre, formateur ou samaritain de terrain, chaque participant pourra échanger et partager librement ses idées pour bâtir l'avenir de notre mouvement, dans une ambiance conviviale et vivifiante.

Objectif du forum

Exigences de formation de plus en plus chronophages, forte concurrence au niveau des DMS et des cours, difficulté à assurer la relève, disparition des sections, désengagement... Tout ceci remet en cause la notion même du bénévolat et met en lumière les limites de nos structures actuelles. Une réflexion approfondie permettant de garantir la durabilité et la qualité de la mission des samaritains dans un environnement en plein changement est nécessaire. C'est pourquoi, le comité cantonal a souhaité mettre en commun les idées, les réflexions et les expériences à tous les échelons de l'organisation pour inventer ensemble les samaritains de demain.

La méthode de travail en Forum Ouvert a été privilégiée. Il s'agit d'une approche très participative, dans laquelle l'ordre du jour est défini en fonction des sujets et questions qui ressortent sur place.

Toutes les propositions issues de cette journée seront analysées et priorisées par le comité de l'ACVS qui dressera ensuite un plan d'action pour la mise en œuvre des suggestions retenues.

QUAND :

- Samedi 13 mai 2017 de 9 h à 18 h
- Centre cantonal de la protection de la population, à Gollion
- Accueil dès 8 h 30 avec café et amuse-bouche

INSCRIPTIONS (dans la limite des places disponibles) :

- Par téléphone : 021 648 78 70
- Par mail : secretariat@samaritains-vaud.ch

Association cantonale vaudoise des samaritains

Tournant historique ?

Standardisation de l'offre de formation et imaginer les samaritains de demain, ce sont deux pistes proposées par le comité cantonal des samaritains vaudois pour pérenniser le mouvement.

Avec l'énergie qui le caractérise, Pascal Martignier a ouvert la 69^e Assemblée générale de l'Association cantonale vaudoise des samaritains (ACVS) au Centre de protection de la population de Gollion, situé sur la commune de Cossonay, à 20 heures précises le vendredi 24 mars dernier. Après le départ de Jean-Daniel Duruz, il avait été élu à la tête de l'association il y a une année pour assurer une transition de douze mois. L'intention était de permettre à Cécile Baptiste Douchet de se préparer à reprendre la présidence. Mais la vie en a décidé autrement puisque la désormais ex-candidate va bientôt quitter la Suisse pour deux ans, son époux ayant été appelé à se rendre à Hong Kong pour des raisons professionnelles.

Dès lors, Pascal Martignier s'est déclaré d'accord de poursuivre sa mission pendant deux années supplémentaires, mais pour la dernière fois, a-t-il bien insisté après avoir été réélu à une écrasante majorité des délégués des sections.

Standardisation de l'offre de cours

La pièce de résistance de la soirée était la proposition du Comité cantonal de standardiser l'offre de cours. Suite au remaniement de la palette des formations destinées à la population et pour riposter contre les offensives de la concurrence, le Comité cantonal a procédé à une analyse détaillée du marché et a développé une stratégie de reconquête. L'idée est de proposer les deux cours les plus porteurs en termes de notoriété, d'image et de recrutement, soit le cours de sauveteur et le cours UPE destiné aux jeunes parents, à des prix d'appel, quitte à rogner sur la marge des sections, et d'unifier les prix des autres cours à des niveaux permettant de rester concurrentiel.

En baissant le prix du cours de sauveteur, un effet espéré est également de mieux remplir les classes, comme l'a précisé Jean-Luc Menetrey, membre du comité cantonal et moniteur, ce qui doit permettre de compenser la réduction de marge. Dans la foulée, les taxes à verser à l'ACVS ont été unifiées pour tous les cours, comme ce sera également bientôt le cas à l'échelle de l'ASS. Moyennant un

Honneurs

Médailles et autres distinctions

Monika Dusong, la présidente centrale de l'ASS, a fait l'éloge de trois samaritaines honorées pour leur fidélité et leur infatigable engagement. Il s'agit de Fabienne Gaudard de la section de Bex, d'Elisabeth Weber de celle de Morges et de Marianne Besson de la section d'Yvonand. Par ailleurs, Olivier Tribolet, instructeur, et Cécile Baptiste Douchet, vice-présidente des samaritains vaudois, ont reçu l'insigne or de l'ACVS. Finalement, Pascal Martignier a adressé de chaleureux remerciements à Monika Dusong, présidente centrale sur le départ, pour son engagement, notamment en faveur des samaritains de Suisse romande, et a proposé à l'assemblée de la nommer membre d'honneur de l'ACVS, ce qui fut fait avec acclamations.

léger aménagement financier, la proposition du comité cantonal a été approuvée à une confortable majorité.

Imaginer le secourisme du futur

Finalement, le comité cantonal n'a pas caché son inquiétude quant à l'avenir des samaritains. Une concurrence de plus en plus vive, des exigences à la hausse et des difficultés de recrutement fragilisent le mouvement et soulèvent de nombreuses interrogations. C'est pourquoi rendez-vous a été donné à tous les samaritains vaudois qui sont attachés à leur mouvement et se préoccupent de son développement le samedi 13 mai, toujours à Gollion. À l'occasion d'un Forum d'échange inédit, ils seront invités à dessiner et bâtir ensemble leur avenir (voir ci-contre).

Chantal Lienert, texte et photos



Les délégués des sections ont suivi toutes les propositions du Comité cantonal de l'ACVS.



De nombreux invités d'autres cantons et organisations ont partagé le verre de l'amitié à l'issue de la manifestation.

Prochaine clôture rédactionnelle :
jeudi 11 mai 2017, 9 heures

Prochaines parutions de « nous, samaritains » :
05/2017, 24 mai
06-07/2017, 28 juin

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

Bassecourt, 26 avril, 20 h, *exercice* ; 31 mai, 20 h, *exercice*

Courfaivre/Courtételle, 19 avril, 20 h, Courtételle, *exercice* ; 17 mai, 20 h, Courtételle, *exercice*

Les Breuleux, 24 avril, 20 h, bâtiment communal, *exercice* ; 29 mai, 20 h, bâtiment communal, *exercice*

Montfaucon, 3 mai, 19 h 45, *exercice de section*

Moutier et environs, 19 avril, 19 h, *exercice* ; 10 mai, 19 h, *exercice*

Porrentruy, 24 avril, 19 h 30, local, *exercice* ; 29 mai, 19 h 30, local, *exercice*

Saint-Imier, 9 mai, 20 h, local, *exercice mensuel*

Tavannes-Malleray et environs, 4 mai, *exercice*

Vicques, 2 mai, 20 h 15, *exercice*

FRIBOURG

Belfaux, 1^{er} mai, 20 h, *divers cas concrets (exercice sous pression)* ; 5 mai, 20 h, centre paroissial, *loto*

Châtel-St-Denis, 15 mai, *le diabète*, le Lussy

Domdidier, 1^{er} mai, 19 h 45, local, *exercice* ; 12 mai, 18 h 45, *exercice ACSB*

Estavayer-le-Lac et environs, 22 avril, 8 h, local des samaritains, *cours de base poste sanitaire* ; 12 mai, 19 h, *exercice Broye*

Faoug, 25 avril, 20 h, local, *exercice* ; 30 avril, *DMS Slow-up du lac de Morat* ; 30 mai, 20 h, local, *exercice*

Farvagny, 27 avril, 19 h 30, local PC du CO du Gibloux, *exercice 1 cours secouriste 2* ; 16 mai, 19 h 30, local PC du CO du Gibloux, *exercice 2 cours secouriste 2*

Fribourg, 1^{er} mai, 19 h 30, *cours pédiatrique*

Intyamou, 8 mai, *le schéma ABCDE : CD en détail*

Marly et environs, 18 mai, *formation niveau 2 IAS*

Neyruz et environs, 29 avril, *loto à Cottens* ; 4 mai, 19 h 30, local, *exercice*

Rue et environs, 4, 5, 6 et 7 mai, *poste médico-sanitaire, fête des musiques, Promasens* ; 13 mai, *poste médico-sanitaire, VTT Ursy*



GENÈVE

Carouge, 8 mai, *chef, oui chef !*

Genève, 25 avril, *relèves avec professionnels de la santé* ; 31 mai, 20 h, *mobilisation des connaissances*

Grand-Saconnex, 8 mai, 19 h 30, CVHS, *conférence pédiatre*

NEUCHÂTEL

La Chaux-de-Fonds, 27 avril, 19 h 45, *exercice* ; 31 mai, 19 h 45, *exercice*

Le Locle, 20 avril, 19 h 30, local, *exercice* ; 11 mai, 19 h 30, *exercice extérieur*

Saint-Blaise • Hauterive • La Tène, 3 mai, 20 h, *exercice mensuel*

Vallée de la Brévine, 20 avril, 20 h, Brévine, *exercice « pharmacie »* ; 5 mai, 20 h, *souper de section* ; 17 mai, 17 h, Cerneux-Péquignot, *course vélo « Edelweiss »* ; 18 mai, 20 h, Cerneux-Péquignot, *exercice « Corback »*

VALAIS

Les Grands Rocs, 22 avril, 13 h 30 à 17 h 30, *exercice obligatoire 1^{re} partie : SMS* ; 28 avril, 19 h 30, Vétroz, *exercice d'évacuation avec EMIC* ; 17 mai, 19 h 30, Fully, *retrait du casque*

Massongex, 18 mai, 20 h, *pouls, TA glycémie*

Monthey Choëx, 27 avril, 20 h, *travail pratique, cas concrets* ; 31 mai, 20 h, *exercice pratique avec le secours régional*

Nendaz, 18 mai, 19 h 30, Îles à Sion, *exercice intersection*

Sion Deux Collines, 26 avril, 19 h 30, local St-Guérin, *exercice mensuel : base service médico-sanitaire* ; 18 mai, 19 h 30, *exercice extérieur les Îles à Sion, lésions musculaires*

VAUD

Avenches et environs, 3 mai, 20 h, *exercice à Avenches*

Chavornay, 19 avril, *exercice à la Vallée* ; 10 mai, *exercice à Chavornay* ; 31 mai, *exercice intersections à Chavornay*

Cheseaux et environs, 8 mai, 20 h, local collège Derrière-la-Ville, *exercice*

Cœur de la Côte, 25 avril, 19 h 30, Rolle, *urgences chez les enfants* ; 9 mai, 19 h 30, Aubonne, *urgences dans le sport*

Haute-Broye Jorat, 3 mai, 20 h, *exercice*

La Serine, 1^{er} mai, *protocoles*

La Venoge, 3 mai, 19 h 30, *exercice intersection avec la section d'Orbe à Cossonay* ; 29 mai, 19 h 30, *exercice de section au local PCi de Cossonay*

Lausanne-mixte, 27 avril, 20 h, St-Roch, *oui chef !* ; 15 mai, 20 h, St-Roch, *aïe mon dos*

Lutry & Lavaux, 2 mai, 20 h, local, *exercice mensuel des sections*

Morges, 16 mai, *intersections à Écublens*

Nord Vaudois, 27 avril, 19 h 45 à Grandson ; 31 mai, *exercice intersections à Chavornay*

Nyon, 2 mai, 19 h 30, *exercice obligatoire*

Ollon-Villars, 3 mai, 20 h, local à Ollon, *les nouveautés du cours de sauveteur* ; 24 mai, *poste médico-sanitaire finale course Radio Chablais à Villars*

Prilly, 2 mai, 20 h, local, *inscription sur l'extranet*

Sainte-Croix, 3 mai, 19 h 45, local, *exercice*

Vevey, 10 mai, 20 h, Vevey, *en voiture Simone !*

JEUNES SAMARITAINS ET GROUPES HELP

Help ASBJBJ, 29 avril, 13 h 30, CIP ; 20 mai, *CIP et Balade en forêt*

Help Chablais, 19 avril au 24 mai, *Tour du Chablais*

Help Cugy-Broye, 13 mai, 9 h 30 à 11 h, *exercice*

Help Entremont, en mai, *exercice en collaboration avec les sapeurs-pompiers*

Help Neuchâtel, 6 mai, 14 h à 16 h 30

Help Neyruz, 29 avril, 9 h, local, *exercice, loto à Cottens* ; 13 mai, 9 h, local, *exercice*

Petits Rochers, 21 avril 2017 ; 19 mai 2017

Samas'Kids GE, 29 avril ; 6 mai

Samas'Kids VD, 6 mai, 9 h, Gollion, exercice ;
13 mai, 9 h, *vente de pâtisserie, selon circulaire*

COURS BLS-AED ET RÉPÉTITIONS

Grand-Saconnex, 19 et 20 avril, 19 h à 21 h,
CVHS ; 2 mai, 19 h à 22 h, *refresh*, CVHS

Sainte-Croix, 29 avril

Vevey, 25 et 27 avril, 19 h 30 à 22 h 30

COURS DE SECOURISTE 2 IAS (ANCIENNEMENT COURS SAMARITAIN)

Chavornay, 24, 27 et 29 avril

Grand-Saconnex, 30 mai et 1^{er} juin, 18 h à 22 h,
3 juin, 9 h à 16 h, CVHS

COURS UPE

Belfaux, 8, 11 et 15 mai, centre paroissial de Belfaux

Grand-Saconnex, 17 mai, 18 h 15 à 22 h, CVHS

Marly et environs, 25 et 26 avril, 2 et 3 mai

DON DU SANG

Avenches, 18 mai, 15 h 30 à 19 h 30, salle du théâtre

Châtel-St-Denis, 22 mai, 17 h à 20 h 30, cycle
d'orientation Univers@lle

Chavornay, 26 avril, Grande salle au Verneret

Cœur de la Côte | Aubonne, 17 mai

Cœur de la Côte | Rolle, 9 mai

Domdidier, 24 avril, 17 h 30 à 20 h 30, halle de
gymnastique buvette

Estavayer-le-Lac, 31 mai, 17 h à 20 h, salle La
Prillaz

Farvagny | Farvagny, 10 mai, 18 h à 20 h 30, salle
communale

Farvagny | Villarimboud, 17 mai, 16 h 30 à 20 h,
salle communale

Granges, 29 mai, 18 h 30 à 20 h 30, bâtiments des
sapeurs-pompiers, route d'Attalens

Haute-Broye Jorat | Mézières, 23 mai, Mézières

Les Breuleux, 15 mai, 17 h à 19 h 30, la Pépinière

Les Grands Rocs | Chamoson, 24 avril, Chamoson,
salle polyvalente

Montfaucon, 26 avril

Ollon-Villars, 10 mai

Orbe | Orbe, 31 mai, 16 h à 20 h, salle du Casino

Orbe | Vallorbe, 15 mai, 16 h à 19 h, salle de
paroisse

Treyvaux, 3 mai, 18 h 30 à 20 h 30, grande salle de
l'école

Ursy, 19 avril, 18 h 30 à 20 h 30, salle communale
bleue

Cœur de la Côte

Mort par hasard

Le 12 mai 2017, à 19 h 30, les supporters,
amies, amis et collègues des samaritains du Cœur de
la Côte (Aubonne – Gimel – Rolle et dix-huit communes
de la Côte vaudoise) sont invités à participer au repas
de soutien organisé avec l'équipe de
« Meurtres & Mystères ».
Pour plus d'informations :
<http://www.sama-aubonne.ch/>,
inscriptions à soutien@sama-aubonne.ch.

Impressum

nous, samaritains 04/2017
Parution : 19 avril

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

