

Sans souci par monts et par vaux

page 4

Interview

Premiers pas de la
nouvelle présidente

page 4

Vie moderne

Le nouveau site
web est prêt

page 7

Suisse romande

Prévention des
séismes en Valais

page 18





VICTORINOX



SWISSTOOL SPIRIT

26 Functions, 105 mm, 205 g, Swiss Made



MAKERS OF THE ORIGINAL SWISS ARMY KNIFE | ESTABLISHED 1884

Éditorial

Et que vive le secourisme en Suisse

À la mi-été, l'actualité samaritaine est à la peine et sous des températures à nouveau caniculaires, c'est un numéro light que nous sommes en passe de boucler.

Cela ne signifie pas que sur le terrain, les secouristes soient au chômage. L'été aussi draine son lot d'activités, culturelles, sportives ou récréatives et, ne serait-ce qu'à l'occasion des festivités du premier août, les samaritains sont sollicités à gauche et à droite. Puis, la collecte ne va pas tarder à pointer le bout de son nez. Nous la souhaitons fructueuse et gratifiante pour toutes les sections et associations qui se donnent la peine d'y participer.

Avec le second semestre de cette année, une nouvelle présidente prend ses fonctions à la tête de l'Alliance suisse des samaritains. Dans un entretien accordé à la rédactrice alémanique (voir en page 4), elle plaide pour la cohésion au sein du mouvement et une culture de la confiance réciproque sans laquelle il est difficile d'aller de l'avant. Et elle est convaincue que tout le monde ne souhaite que le meilleur pour le secourisme en Suisse. Pascal Martignier, président des samaritains vaudois, ne la contredirait certainement pas. Si vous souhaitez connaître le fond de sa pensée, son portrait figure en page 17 de ce numéro.



Chantal Lienert

Entretien

4 Regarder de l'avant sans œillères

Échanger avec les partenaires et les associations cantonales, analyser les structures et examiner de près comment l'organisation doit se positionner à l'avenir, Regine Aepli, la nouvelle présidente centrale, a un programme bien rempli en perspective.



En savoir plus

10 La randonnée en montagne n'est pas une promenade de santé

La randonnée et les courses de montagne comptent parmi les sports les plus appréciés en Suisse, ils sont bons pour la santé et permettent de vivre une multitude d'expériences. Mais le danger n'est souvent qu'à un pas : un instant d'inattention et c'est la chute en glissant ou en trébuchant. Les conséquences peuvent être très graves, surtout si la pente est raide. Une attitude réfléchie et le respect de règles de base permettraient cependant d'éviter la plupart des accidents.



Portrait

17 Ouvrir la voie vers l'avenir

Élu pour deux ans à la présidence des samaritains du canton de Vaud, Pascal Martignier estime que l'allégement des charges administratives et le recentrage sur le cœur de métier des samaritains sont décisifs pour la pérennité de l'ACVS.

Sections et associations

18 Nouvelles des samaritains en Suisse romande.

Agenda

22 Vos rendez-vous !

Regarder de l'avant sans œillères

Échanger avec les partenaires et les associations cantonales, analyser les structures et examiner de près comment l'organisation doit se positionner à l'avenir, Regine Aepli, la nouvelle présidente centrale, a un programme bien rempli en perspective.

« nous, samaritains » : Madame Aepli, vous avez été élue à la présidence centrale de l'Alliance suisse des samaritains (ASS) lors de l'Assemblée des délégués de la mi-juin à Einsiedeln et vous êtes en fonction depuis le 1er juillet. Quelles sont vos premières impressions ?

Regine Aepli : Ma nouvelle tâche est un vrai défi, car l'Alliance suisse des samaritains est la plus grande organisation de secouristes volontaires dans notre pays et doit le rester. J'ai l'impression que les nombreuses nouveautés et exigences introduites dans un passé récent ont induit chez certains une attitude de défiance opposant un « nous, ici en bas » à « eux la haut ». Il va falloir la surmonter, car elle ne nous permet pas d'avancer. Tout le monde veut le meilleur pour l'ASS et son avenir. Sans l'Alliance, les secours ne peuvent pas fonctionner en Suisse, en tout cas pas de la façon efficace et avantageuse qui a prévalu jusqu'ici. L'ASS ne peut assumer son rôle de première organisation de secouristes qu'à condition que tous les acteurs collaborent.

Lors de notre rencontre avant votre élection, vous avez déclaré que l'on ne peut pas procéder par décrets en fixant des objectifs, mais qu'il fallait faire un travail de persuasion. Actuellement, dans quel domaine estimez-vous qu'un tel travail s'impose ?

Une bonne collaboration ne se commande pas, elle doit reposer sur la confiance mutuelle à tous les niveaux et entre eux, soit au Comité central comme au sein des associations ou des sections. Je suis convaincue que tous les membres du mouvement samaritain partagent mon point de vue. Il incombe à l'organisation centrale de percevoir les changements en temps utile et de veiller à ce que les secouristes sur le terrain soient convaincus du bien-fondé et de la pertinence des nouveautés. La présidente, les membres du Comité central et de la direction, ainsi que les présidentes et les présidents des associations cantonales en sont responsables.

Vous l'avez mentionné, tout le monde n'était pas d'accord avec les changements intervenus ces dernières années. En plus, vous entamez la présidence après une période de restructuration qui s'est révélée très éprouvante pour nombre de samaritains. Malgré tout, l'association ne peut pas se reposer sur ses lauriers.

L'ASS doit constamment réexaminer son offre de cours et la maintenir à jour. Dans ce domaine, un travail important et nécessaire a été accompli au cours des dernières années avec la réorganisation de la formation et de la formation continue, la numérisation des moyens didactiques et d'autres innovations. Les prestations des sections doivent être attrayantes afin que la demande suive. Concernant la formation en premiers secours, les samaritains sont confrontés à de la concurrence. En même temps, leur présence est indispensable dans le domaine des secours. Pour se maintenir sur les deux fronts, il s'agit de rester agile et de s'entraîner régulièrement afin de ne pas perdre sa

souplesse. De bonnes conditions demeurent nécessaires, à l'avenir aussi. Le repos n'intervient qu'une fois le travail accompli.

Comment voyez-vous votre rôle et quelles missions vous semblent importantes en votre qualité de présidente centrale ?

Mon rôle de présidente est décrit dans les statuts. J'ai peut-être été élue parce que je connais les structures et les acteurs aux niveaux de la Confédération, des cantons et des grandes organisations telles que la CRS en raison de mon engagement politique. Cela facilite les contacts et crée les conditions pour une collaboration constructive. L'ASS et la CRS ont une mission commune et complémentaire qui sera d'autant mieux remplie que la collaboration est efficace. En tant que présidente, il ne s'agit cependant pas seulement d'agir sur l'extérieur, mais aussi vers l'intérieur. Avec les membres du Comité central et les présidents des associations cantonales, je souhaite faire un tra-



Au cours du second semestre, Regine Aepli prévoit un tour de Suisse pour prendre la température auprès des associations.

vail de persuasion afin que les sections de samaritains comprennent pourquoi des choses doivent être changées et dans quel but des efforts supplémentaires sont exigés. Et pour que les réformes réussissent, il faut le retour des utilisateurs !

Dans quels domaines particuliers souhaitez-vous effectuer un travail de persuasion ?

Toute organisation doit garder l'œil ouvert, observer les évolutions de l'environnement et examiner si ses prestations répondent à la demande et si les structures demeurent adaptées aux missions à accomplir. Quand je songe à l'évolution des communes politiques au cours des dernières décennies, je constate qu'elles sont nombreuses à avoir conservé leur autonomie et leur capacité d'intervention uniquement grâce à des regroupements. Il y a quinze ans, la Landsgemeinde de Glaris a choisi de passer de vingt-neuf à trois communes sur proposition d'un citoyen. Aujourd'hui, elles ont gagné en efficacité, car elles n'ont plus besoin de se syndiquer pour chaque mission afin de répondre aux exigences et attentes des habitants. La participation aussi est plus directe. Je trouve qu'il est important que l'ASS se penche sur ce genre de questions. Comment continuer d'assumer à l'avenir notre tâche de première organisation de secours en restant efficaces et proches de la population ?

Les sections devraient donc favoriser les synergies entre elles, voire avec les associations de la CRS ?

La question des synergies se pose toujours. Mais avec un millier de sociétés de samaritains, elle n'est pas la même partout. Les besoins dans les montagnes ou des endroits décentrés ne sont pas les mêmes que dans les agglomérations urbaines. Il s'agit de procéder à une analyse fine et se poser la question si, avec les structures actuelles, on réalise ce qui est important et juste et si cela a de l'avenir. L'organisation centrale doit chercher les réponses avec les représentants des associations cantonales et des sections. Lorsque l'avenir de notre mouvement est en jeu, nous devons tirer à la même corde. Les conditions sont favorables. Au sein de l'ASS, il y a beaucoup de personnes d'expérience qui connaissent leur affaire et savent où le bât blesse. Mais la concurrence ne dort pas. C'est pourquoi nous devons nous prémunir sur le plan stratégique pour la prochaine décennie. Le savoir-faire et l'expérience des sections de samaritains sont nécessaires de même que la hauteur de vue des responsables cantonaux à la tête du mouvement.

Quelles seront vos premières actions officielles ?

En premier, j'ai cherché à m'entretenir avec la vice-présidente et le vice-président. J'ai des contacts quasi quotidiens avec la directrice (anciennement secrétaire générale, N.D.L.R.) et le Comité central tiendra sa première séance sous ma conduite à la fin août. Les cantons s'y joindront lors de la conférence d'automne. Le dialogue avec les partenaires de l'Alliance suisse des samaritains, notamment la Croix-Rouge suisse avec laquelle il existe de nombreux points de contact, est également important. Une prochaine séance est prévue avec le Service sanitaire coordonné de la Confédération avec lequel le contrat cadre doit être renégocié jusqu'en 2020. Pour le semestre d'automne-hiver, je prévois un tour de Suisse afin de rendre visite aux présidentes et aux présidents des associations et de découvrir leurs ambitions pour l'avenir de l'ASS.

Interview et photo : Sonja Wenger/
cli

La directrice

Dialoguer plus et mieux communiquer

Depuis le début du mois d'août, le nouveau site web de l'Alliance suisse des samaritains est en ligne. Clair et moderne, il contient une foule d'informations présentant notre organisation au public intéressé et explique de plus près nos prestations à la population dont tout le monde peut bénéficier.

Avec le nouveau site web, une partie de notre concept de communication a été mis en œuvre. Le périodique « nous, samaritains » et l'extranet en font aussi partie. Les travaux concernant le périodique qui doit paraître en février 2018 selon la nouvelle formule et dont les contenus doivent être mieux adaptés aux besoins des samaritains vont bon train. Et en ce qui concerne la refonte de l'extranet aussi, les choses avancent.

Nos moyens de communication repensés ne nous permettront pas seulement d'informer, d'orienter et de communiquer de manière appropriée, en fonction des publics et en quantités bien dosées. Nous pourrions également mieux saisir ce qui préoccupe les samaritains. En outre, il nous tient à cœur de favoriser le dialogue entre les membres des sections et des associations ainsi qu'avec l'organisation centrale.

Ce dialogue personnel est déterminant pour une bonne cohabitation. Cette dimension essentielle doit nous servir de guide dans notre travail au jour le jour et nous aider à contribuer ensemble au développement du secourisme.



Regina Gorza

Avantages et bons de réduction à la pelle



S+samaritains

Votre carnet plein de réductions

Remises et bons d'achat - une multitude d'avantages !

Le carnet de coupons 2017 de l'Alliance suisse des samaritains est une mine d'idées et de suggestions pour offrir des attentions et faire des cadeaux, aux autres et à soi-même. L'édition actuelle contient des bons pour des objets sympathiques et utiles, par exemple de bonnes chaussures, un sac à dos de la boutique de la Rega ou des accessoires de camping, mais également des bons d'achat à faire valoir dans une pharmacie ou une droguerie, chez Interdiscount ou pour commander des photos.

Le carnet peut être distribué aux participants à vos cours qui sauront certainement en faire bon usage. En outre, il 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



Promotion nouveaux clients

30% de remise + port offert
sur tous les produits photos avec vos photos numériques

30% de remise + port offert
des 50...

Marie
04.04.2017

13.30 CHF pour 10 Faire-part 2 Volets Panoramique
38.43 CHF pour 1 Photo sur Toile A4x60 cm

Commandez avec le **code promo NIKAK1087** sur:
www.smartphoto.ch/nouveau

smartphoto

Rabais de 30 % sur tous les produits photo chez Smartphoto. Qu'il s'agisse d'un album de photos, d'une housse de téléphone ou d'un jeu de cartes de vœux, le site fourmille d'idées pour faire vivre vos meilleures images numériques.

Rabais de 20 % sur l'entrée au musée du football de la FIFA à Zurich.
Sur 3000 m², une exposition multimédia et interactive retrace l'histoire mondiale du ballon rond.



Les questions officielles de l'examen - apprentissage rapide

20% Passe ta commande maintenant par SMS!

Les supports d'information éprouvés de préparation à l'examen théorique de base (cat. A + B) - avec les questions d'examen les plus récentes.

Chaque didacticiel contient un code de validation **gratuit!**

Commande: Passe ta commande maintenant avec le code **-autoroute-** et bénéficie d'un rabais de 20%

Code, produit, nom et adresse à envoyer à:
- E-Mail: info@verkehrstheorie.ch
- SMS: 079 404 48 55 (WhatsApp)
- Web-Shop: verkehrstheorie.ch
- Téléphone: 033 243 21 05

Licencié officiel de l'asa:
hánoi mikhal verlag gmbh
Kirchmättelweg 2
3653 Oberholten
info@verkehrstheorie.ch

verkehrstheorie.ch

Un rabais de 20 % est consenti sur les moyens didactiques permettant de préparer l'examen théorique de conduite disponibles sur le site examentheorie.ch.



20% DE RÉDUCTION

sur votre entrée au FIFA World Football Museum.

Offre valable sur remise du coupon jusqu'au 28 février 2018.

Nous attendons votre visite avec impatience!

FIFA WORLD FOOTBALL MUSEUM

Site web de votre section

Solution multi-site disponible prochainement

La nouvelle solution de site web adoptée par l'Alliance suisse des samaritains permet aux associations et aux sections de réaliser ou d'adapter leur propre site moyennant un investissement minime (voir nous, samaritains 4/2017).

Les organisations intéressées peuvent s'y préparer, c'est pour bientôt. Pour plus d'informations, elles s'adresseront au service marketing de l'ASS : marketing@samariter.ch.

La technique consiste à copier le site original (celui de l'ASS) avec ses contenus, puis de l'adapter et de le personnaliser en fonction des propres besoins. De nombreux éléments iconographiques et textuels permettent une mise en page individualisée, tout en conservant une charte graphique identique pour tous.

Les coûts uniques pour la mise à disposition du site sur le serveur de l'ASS se situent entre 700 et 800 francs et les frais de maintenance sont de 10 francs par mois.

Une fiche d'information contenant des précisions est disponible via l'extranet sous marketing > promotion de votre section > internet.

Texte et photo : ASS/cli



Un site web adoptant les mêmes codes visuels que celui de l'ASS permet de renforcer la marque « samaritains ».



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 «SAM17C-F» au moment du paiement. Bon valable une seule fois jusqu'au 31.10.2017.

www.coopathome.ch

coop

Pour moi et pour toi. @home

3M (Suisse) S.à.r.l.

Préserve la peau des petits et des grands! **3M**

Nous avons tous de la peau et pourtant nous nous en préoccupons peu. La peau est pourtant le plus grand organe de notre corps et elle vaut vraiment la peine d'être protégée. Différents facteurs tels que l'âge, le rayonnement solaire, l'alimentation, les substances irritantes externes, etc. peuvent également aggraver et endommager la peau.

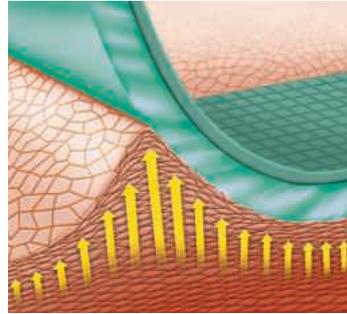
Les nouveaux produits Nexcare™ Sensitive pour peaux sensibles ont été spécialement conçus pour les enfants, les personnes âgées et les personnes ayant la peau sensible.

La gamme Nexcare™ Sensitive pour peaux sensibles repose sur l'innovation dont 3M a toujours fait preuve. Elle offre une nouvelle technologie adhésive à base de silicone assurant une fixation et un maintien sûrs. Les pansements peuvent être retirés de manière indolore et en arrachant un minimum de cellules épidermiques et de poils. Ils sont donc parfaitement adaptés aux peaux sensibles et fragiles.

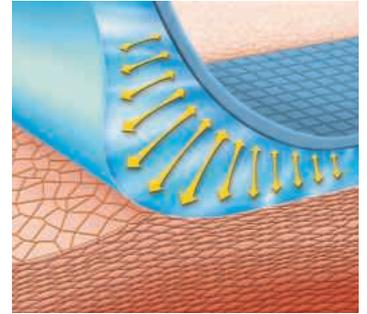
Perte minimale de cellules cutanées et de poils lors du retrait du pansement

- L'adhésif gel silicone est très différent des adhésifs acryliques traditionnels.
- La grande force d'adhérence des adhésifs acryliques peut impliquer un arrachage important des cellules épidermiques et des poils, et ainsi des lésions cutanées.

- L'adhérence uniforme de l'adhésif silicone réduit les forces d'arrachage du pansement, ce qui permet de retirer ce dernier sans abîmer les couches fragiles de la peau.



Traction sur la peau
Pansement conventionnel
avec adhésif acrylique.



Traction minimale sur la peau
Nexcare™ Sensitive
avec adhésif silicone.

Les études confirment que lors du décollage, l'adhésif de Nexcare™ Sensitive avec la technologie silicone entraîne un arrachage minimal des cellules épidermiques et une traction réduite sur les poils.



PLUS DE SOURIRES



PANSEMENTS POUR PEAUX SENSIBLES

Spécialement conçus pour les enfants, les personnes âgées et les patients à la peau sensible.



Une nouvelle génération de pansements avec une technologie adhésive unique

Nexcare™
PRODUCTS

3M



DES MILLIONS POUR DES ŒUVRES CARITATIVES ET UNE RÉDUCTION IMPORTANTE DES ÉMISSIONS DE CO₂

TEXAID a clos avec succès l'exercice de l'année dernière. On notera plus particulièrement les montants versés à des organisations caritatives et la réduction importante du CO₂. La vente des vêtements usagés a rapporté plus de 7 millions de francs à TEXAID que l'entreprise a mis à la disposition d'organisations caritatives comme les sections régionales de samaritains pour des projets sociaux.

TEXAID et sa filiale CONTEX ont collecté l'année dernière une quantité impressionnante de vieux vêtements dans toute la Suisse. La participation de la population aux collectes de rues, par conteneurs ou en magasin a permis de collecter plus de 36 000 tonnes de vêtements, chaussures et textiles domestiques usagés. Qu'ils soient portés à nouveau, transformés en chiffons d'essuyage ou en matériau d'isolation, les vêtements usagés ont droit à une seconde vie dans le cycle des textiles. Cela permet d'économiser de précieuses ressources et de réduire nettement les nuisances pour l'environnement. TEXAID a pu économiser en 2016 près de 180 millions d'éco-points par la collecte, le tri et la valorisation de textiles usagés (calcul effectué avec l'économie moyenne relevée dans l'écobilan dressé par Carbotech AG 2012). Ce résultat correspond par exemple à une économie de 540 millions de kilomètres parcourus en voiture.

Plus de 7 millions pour des projets sociaux

La vente de textiles a permis à TEXAID de réunir en 2016 une somme de 7,2 millions de francs au bénéfice d'organisations caritatives. Près de 2,2 millions sont destinés aux œuvres d'entraide parties prenantes. En font partie la Croix Rouge Suisse, le Secours suisse d'hiver, Solidar Suisse, Caritas Suisse, Kolping Schweiz et l'entraide protestante suisse. 5 autres millions vont aux nombreuses associations de samaritains et à d'autres organisations d'utilité publique. Les sections de samaritains consacrent cet argent à leur précieux travail d'intérêt général au sein de la commune. Nous remercions cordialement les sections actives de samaritains qui travaillent main dans la main avec TEXAID dans de nombreuses communes.

Réduction de 22 pour cent des gaz à effet de serre

TEXAID étend continuellement sa stratégie de durabilité et réduit sa consommation de ressources. L'entreprise s'est fixé comme objectif de réduire les émissions de CO₂ dues à son activité. Diverses mesures prises l'année dernière dans le cadre de la certification par Swiss Climate ont permis d'économiser 22 pour cent de CO₂ par tonne de vêtements usagés collectés (par rapport à 2013, l'année de référence pour les évaluations).

Des mesures couronnées de succès

Pour le ramassage des conteneurs, TEXAID emploie son propre système logistique assisté par ordinateur qui permet de définir individuellement les intervalles de vidage pour chaque conteneur. Après l'actualisation des cartes, les trajets peuvent maintenant être planifiés de manière optimale. La décision d'inclure une part de granulés recyclés dans la fabrication des sacs de collecte a elle aussi contribué à réaliser des économies de gaz à effet de serre. L'évaluation qui sera effectuée l'année prochaine montrera à combien s'élèvera l'économie d'émissions de CO₂.

La randonnée en montagne n'est pas une promenade de santé

La randonnée et les courses de montagne comptent parmi les sports les plus appréciés en Suisse, ils sont bons pour la santé et permettent de vivre une multitude d'expériences. Mais le danger n'est souvent qu'à un pas : un instant d'inattention et c'est la chute en glissant ou en trébuchant. Les conséquences peuvent être très graves, surtout si la pente est raide. Une attitude réfléchie et le respect de règles de base permettraient cependant d'éviter la plupart des accidents.



En Suisse, le réseau de chemins pédestres est entretenu et bien signalé. Il est cependant toujours utile de se munir de cartes actuelles et de se renseigner sur la météo.

ASS/td, photos : Shutterstock

« La randonnée est le mode de déplacement idéal pour découvrir la vraie vie. C'est le chemin vers la liberté. » Tous les randonneurs ne partagent peut-être pas l'opinion de la romancière britannique Elizabeth von Arnim. Mais ce qui est sûr, c'est que la randonnée

ainsi que les activités de loisirs en montagne sont devenues au cours des dernières décennies un sport populaire de masse. Rien qu'en Suisse, près de 44 % de la population résidente pratiquent la randonnée. Plus particulièrement à la fin de l'été et à l'automne, on rencontre en montagne de nombreuses personnes de tous âges.

Le réseau suisse de chemins de randonnée et d'itinéraires de montagne comporte environ 20 000 kilomètres de sentiers bien entretenus. Pourtant, tandis qu'il suffit sur la plupart des parcours sur terrain plat de s'équiper de bonnes chaussures de marche, d'emporter quelques provisions et une carte, il convient dans tous les cas, avant de partir en mon-



Évoluer dans la nature en solitaire peut être très enrichissant, il est toutefois déconseillé d'entreprendre seul des excursions inconnues ou des courses techniquement exigeantes.

tagne, d'observer quelques règles de base pour que l'excursion dans la nature reste un plaisir et se déroule sans incident.

L'évaluation 2016 des accidents en montagne qui vient d'être publiée par le Club alpin Suisse (CAS) montre que leur fréquence est plus importante que la plupart des gens ne l'imaginent. Ainsi, il a fallu porter secours à 2828 personnes blessées ou malades dans les Alpes suisses et dans le Jura. Près de la moitié des accidents se sont produits lors de randonnées en montagne ou de courses d'alpinisme. On déplore 178 décès, la plupart s'étant produits pendant les mois d'été.

Prêt pour la rando ?

Cette accidentalité relativement importante a motivé le Bureau de prévention des accidents (bpa) à s'intéresser à la prévention dans le domaine des sports de montagne dès 2010. Les experts s'accordent sur la nécessité de commencer par l'attitude et le comportement des sportifs. Les campagnes d'information ont pour objectif de familiariser les adeptes de la montagne aux dangers spécifiques, de leur apprendre à les évaluer correctement et de les inciter à prendre les bonnes décisions et agir dans le respect de la sécurité.

Le bpa met à disposition diverses publications pour une pratique sûre de la randonnée en montagne. Le site web du Club alpin contient des informations détaillées sur les échelles de difficultés d'itinéraires de randonnée ou de courses de haute montagne. Les deux organisations exploitent en outre depuis 2013 un site internet (securitealpine.ch) permettant aux amateurs de sports de montagne de décrire des situations à risque ou des accidents évités de justesse de manière anonyme. Les contributions sont analysées et commentées par des spécialistes de la prévention

dans le but que d'autres personnes puissent profiter de ces expériences.

En principe, le bpa conseille à tous les amateurs de montagne de bien planifier leurs activités et d'appliquer la règle de base de la randonnée PEEC (préparation – évaluation – équipement – contrôle).

• Préparation : quelle course envisager ?

Marcher en montagne est une activité exigeante. Une bonne préparation permet d'évi-

ter bien des désagréments. Planifiez le parcours et le temps nécessaire en prévoyant une marge de sécurité ainsi qu'un itinéraire alternatif. Pour ce faire, consultez des cartes, des guides ou internet. Tenez compte des difficultés (catégorie de chemin, escarpement, passages exposés), de l'état du chemin (attention aux champs de neige résiduelle au début de l'été) et de la météo. Signalez votre départ à une tierce personne et indiquez-lui votre itinéraire, en particulier si vous partez en solitaire.

• Évaluation : cette course est-elle faite pour moi ?

Dépasser ses limites augmente le risque d'accident et limite le plaisir. Les chemins de montagne (marquage blanc-rouge-blanc) sont raides, étroits et parfois exposés. Pour les emprunter, il faut avoir le pied sûr. Les chemins de randonnée (marquage jaune) sont moins exigeants. Portez un regard réaliste sur vos capacités du moment (ou celles du membre le plus faible de votre groupe) et adaptez votre plan en conséquence. Êtes-vous suffisamment en forme ? Pouvez-vous faire face aux difficultés ? La condition physique et les facultés de coordination déclinent chez les aînés et ils se fatiguent plus vite, peuvent présenter des troubles de l'équilibre et une capacité de réaction réduite. Évitez les

Précisions

Randonnées – courses d'école – excursions

Les activités de plein air avec l'école sont souvent les seuls moments de l'année où enfants et adolescents marchent à pied pendant des heures. Heureusement, les accidents sont rares. Les exceptions s'inscrivent donc d'autant plus douloureusement dans les mémoires. Mais elles ne devraient pas empêcher enseignants et élèves de s'adonner à des excursions passionnantes et, si possible, sans accident. Les précisions suivantes vous indiquent la voie à suivre :

- Préparer à l'avance : en préparant une sortie minutieusement et en temps voulu ainsi qu'en surveillant attentivement sa classe pendant l'excursion, l'enseignant satisfait à des points essentiels du devoir de diligence. Ce dernier comprend aussi le fait de ne pas seulement informer les élèves et les accompagnateurs, mais que ces derniers participent activement à la préparation et à la réalisation.
- Repérage : rien ne remplace le repérage personnel du terrain, p. ex., de l'itinéraire de la course par l'enseignant.
- Accompagnateurs : afin d'atteindre son but en sécurité, une classe (24 élèves) est accompagnée par l'enseignant et par au moins un à deux accompagnateurs. Ainsi, en cas d'urgence, la classe peut être subdivisée et tous les élèves restent sous la surveillance d'un adulte.
- Check-lists : elles facilitent de nombreuses tâches de routine et permettent de diminuer les contraintes de temps et de limiter les erreurs. Les check-lists sont également très utiles en dehors du cadre scolaire.

Vous trouverez de plus amples informations sur : www.randonnees.bpa.ch

courses difficiles en solitaire et optez pour des itinéraires moins engagés et moins isolés.

• **Équipement : ai-je emporté tout ce qu'il faut ?**

Les chemins de montagne peuvent être glissants. Portez des chaussures de randonnée robustes avec une semelle bien profilée. Emportez de quoi vous protéger du soleil et de la pluie ainsi que des vêtements chauds. En montagne, le climat est plus rude et le temps change vite. Une carte actuelle et éventuellement un GPS peuvent être utiles à des fins d'orientation.

D'une manière générale, la règle pour l'équipement est le moins possible, mais autant que nécessaire. On compte parmi les choses nécessaires :

- des chaussures de randonnée robustes avec une semelle en caoutchouc profilée
- des vêtements chauds : un pull, une veste imperméable, év. un bonnet et des gants
- des protections contre le soleil : lunettes, chapeau, crème
- une carte actuelle
- à manger, à boire, un couteau de poche
- év. des bâtons de randonnée
- en cas d'urgence : une pharmacie de poche, une couverture de survie, un téléphone portable

• **Contrôle : en cours de route, tout se passe-t-il bien ?**

Consultez la météo avant de prendre la décision de partir. En cours de route, vigilance et prudence sont de mise. Avec la fatigue, le pied est moins sûr. Pour maintenir vos performances et votre concentration, hydratez-vous et alimentez-vous régulièrement, faites des pauses. Assurez-vous que vous respectez votre horaire et contrôlez l'évolution du temps.



Des chaussures avec des semelles profilées permettant une bonne adhérence font partie de l'équipement de base. En montagne, les chemins sont facilement glissants ou plein de pierres.



Les ampoules sont douloureuses et comportent un risque d'infection. Dans une pharmacie de randonnée, on trouve tout ce qu'il faut pour les soigner.

Ne quittez pas les chemins balisés. Attention aux traces et aux raccourcis, ils peuvent se révéler dangereux. Si vous vous êtes égarés, restez groupés et retournez au dernier point connu. En cas de brouillard, attendez que la visibilité s'améliore ; ne descendez pas en terrain inconnu. Si nécessaire (p. ex. si le temps menace de changer brusquement), faites demi-tour ou mettez-vous à l'abri dans un refuge.

Premiers secours en route

Aussi bonne soit la préparation – un certain risque demeure. Ainsi, il existe quelques règles à respecter au cas où une personne devrait avoir un accident ou tomber malade en montagne.

En cas d'accident, commencez par appliquer les mesures immédiates permettant de sauvegarder la vie, puis alertez les secours. L'alarme peut être transmise via le 144, la

Rega au 1414 ou encore le 112, le numéro d'appel d'urgence européen. L'appli gratuite de la Rega transmet en outre immédiatement les données de localisation de la personne qui appelle. Les personnes blessées ne doivent pas être laissées seules jusqu'à l'arrivée des sauveteurs. Il est également important de ne pas oublier sa propre sécurité afin d'éviter les accidents en cascade. Marquez bien le lieu de l'accident. Faites des signes clairs aux sauveteurs.

Les appels de détresse suivants s'appliquent pour l'hélicoptère :



Y = Yes/oui
nous demandons de l'aide



N = No/non
nous n'avons pas besoin d'aide

Une pharmacie de randonnée bien garnie permet de soigner soi-même les petites plaies simples sans problème et assez facilement. Un bon désinfectant prévient les infections, un pansement protège la plaie. Ceci vaut aussi pour le traitement des ampoules qui peuvent se former lorsque l'on marche avec des chaussures inadaptées, lors de longues descentes ou en cas de pieds humides.

Frottement et pression permanente entraînent le soulèvement de l'épiderme, la couche supérieure des trois couches cutanées. Une cavité se forme et se remplit d'une lymphe transparente qui protège les couches inférieures. Quelques conseils pour traiter des ampoules :

- Ampoule intacte et indolore : soulager et protéger
- Ampoule intacte et douloureuse : laver, désinfecter, pratiquer de petits trous à la base de l'ampoule à l'aide d'une aiguille stérile, la vider et la recouvrir d'un pansement stérile. Surveiller les signes d'infection.
- Ampoule ouverte : laver, désinfecter, laisser en place la peau formée par l'ampoule si elle n'est pas gênante et recouvrir d'un pansement stérile. Surveiller les signes d'infection.

Sources :

- Bureau de prévention des accidents (bpa)
- Club alpin Suisse (CAS)
- www.randonner.ch
- www.securitealpine.ch

La pharmacie de randonnée est disponible dans la boutique de l'ASS. Plus d'informations page 14 ou via shop.samaritains.ch.

Sécurité des enfants en voiture



De nouvelles prescriptions concernant les sièges pour enfants sont en vigueur en Suisse depuis 2014. (Photo : obs/Touring club suisse)

Un enfant sur deux est mal assuré en voiture. Afin d'y remédier, le Touring club suisse (TCS) propose des ateliers d'une journée consacrés aux sièges pour enfants. Ils ont lieu sur le site du TCS à Emmen

(LU). Les formations sont spécialement conçues pour les moniteurs et monitrices de cours de l'Alliance suisse des samaritains, afin qu'ils et elles puissent transmettre les connaissances acquises dans leurs propres cours.

Le programme inclut les réglementations légales les plus récentes, des statistiques d'accident, la biomécanique du nourrisson, les différentes catégories de sièges pour enfants, le test de sièges réalisé par le TCS, des conseils utiles, etc.

Le Fonds de sécurité routière FSR participe au financement de ces journées. C'est ce qui permet au TCS de les proposer gratuitement aux samaritaines et aux samaritains, y compris repas et documentation. Seul le voyage à Emmen est à la charge des participants.

Prochaines dates :

6 novembre 2017 en français (début 10 heures)

8 novembre 2017 en allemand (début 9 heures).

Durée : une journée présentielle de 5,5 heures

Les formations sont annoncées sur la plate-forme MyLearning avec des précisions quant à l'itinéraire.

Le dernier délai pour s'inscrire est fixé au 30 octobre 2017.

Texte ASS et TCS/cli

Offre de lancement

Sac de natation aux couleurs samaritaines

Grâce au matériau imperméable, le nouveau sac de natation aux couleurs samaritaines protège vos objets importants de l'humidité, de la poussière et de la saleté, dans l'eau, à la piscine et sur les rivages. Grâce à sa lanière réglable, le sac peut être porté en bandoulière ou sur le dos et vous accompagnera dans toutes vos activités.

Un alléchant rabais de quantité vous est proposé à l'occasion du lancement : si vous achetez quatre sacs munis du logo samaritain au prix de CHF 39.60, le cinquième vous est offert.

Pour passer commande, adressez-nous un courriel avec vos coordonnées et la quantité désirée à l'adresse : marketing@samariter.ch.

Dès le mois de septembre, le sac de natation figurera dans l'assortiment régulier du service des ventes.

Texte et photos : ASS/cli

Sac de natation aux couleurs samaritaines : étanche et polyvalent.



Message clé du mois

Parce que secourir est l'affaire de tous et que chacun en est capable, nous proposons une vaste palette de formations. Le sauvetage et les premiers secours constituent les gestes les plus élémentaires d'humanité. Chacune et chacun peut, à tout âge, apprendre à aider correctement. La formation continue permet de gagner en assurance et d'avoir le courage d'agir. Les personnes intéressées peuvent approfondir leurs connaissances afin d'être capables de seconder les professionnels.

Les messages clés sont disponibles sous www.samaritains.ch > extranet > information > textes de promotion > messages clé.

Offres du mois – valables jusqu'au 17.9.2017

Action spéciale

Pharmacie de randonnée

- 1 Couverture de sauvetage
 - 2 Paires de gants en vinyle
 - 18 Chaussées pour diverses applications
 - 1 Drap triangle
 - 1 Petite paire de siseaux
 - 1 Brucelle ferrochrome 9cm en biais
 - 1 Carte à tiques
 - 4 Tampons désinfectants
 - 1 Brochure „Premiers secours“
- etc.

Dimensions: 20 x 15 x 10cm
Art. 3362

au lieu de **CHF 59.-**

CHF 49.-

TVA comprise



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



Chèques samaritains

Encourager le secourisme

Un cadeau fait toujours plaisir, mais qu'offrir lors d'un anniversaire ou pour récompenser un examen réussi ? Avec les chèques samaritains, l'ASS propose une solution qui convient à toutes les occasions et aux personnes qui souhaitent encourager le secourisme. Les associations et les sections peuvent commander les chèques d'une valeur de dix, vingt ou cinquante francs auprès de l'Alliance suisse des



Cadeau, remerciement ou geste de motivation, les chèques samaritains conviennent à de multiples usages. (photo : ASS)

samaritains et s'en servir à des fins promotionnelles ou pour exprimer des remerciements.

Plus d'informations au sujet des chèques samaritains ainsi qu'un formulaire de commande sont à disposition sur l'extranet sous marketing > promotion de la section > supports publicitaires > chèques samaritains.

Texte : ASS/cli

«ET SOUDAIN, JE ME SUIS ÉCROULÉE DE DOULEUR.»



Écoutez l'histoire
de Cindy Essl, 35 ans.
monsauvetage.ch/cindy

Devenez donatrice ou donateur.



Pascal Martignier, président de l'Association cantonale vaudoise des samaritains

Ouvrir la voie vers l'avenir

Élu pour deux ans à la présidence des samaritains du canton de Vaud, Pascal Martignier estime que l'allégement des charges administratives et le recentrage sur le cœur de métier des samaritains sont décisifs pour la pérennité de l'ACVS.

Texte : Chantal Lienert
photo : LDD

Au fond, Pascal Martignier ne voulait pas du tout devenir président cantonal. Après de longues années chez les Help et deux mandats de trois ans entre 1995 et 2001 au comité de l'Association cantonale vaudoise des samaritains (ACVS), il était heureux à la tête de la section d'Yverdon-les-Bains quand Jean-Daniel Duruz, son prédécesseur, est venu le rechercher en 2007 pour siéger à nouveau au comité. Puis, quand ce dernier s'est retiré il a accepté d'assurer le relais pendant une année afin de permettre à la personne pressentie pour la présidence de se préparer. Cependant tout ne se passe pas toujours comme prévu et finalement, il a été reconduit dans sa fonction lors de la dernière Assemblée des délégués (AD) (*nous, samaritains* 4/2017). « Mais pour deux ans seulement », assure-t-il, « car après un peu plus de trente ans chez les samaritains, j'estime que j'aurai donné ce que j'avais à donner. »

Membre fondateur des Help

C'est à peine sorti de l'enfance que Pascal Martignier a été contaminé par le secourisme, à l'occasion d'un cours de sauveteur proposé dans le cadre scolaire. C'était au siècle passé, en 1986, le jeune homme avait tout juste treize ans. Un moniteur charismatique qui avait été mis au défi de créer un groupe Help à Yverdon était parvenu à convaincre une équipe d'adolescents, dont plusieurs sont toujours actifs chez les samaritains, par exemple Christelle, l'épouse du président cantonal aujourd'hui monitrice.

Bien que résidant depuis quelques années à Estavayer-le-Lac, Pascal Martignier est resté Yverdonnois de cœur. Il a passé toute son enfance dans la ville du Nord vaudois et s'en souvient avec émotion. Menuisier de formation, il a dû cesser cette activité pour des raisons de santé. Au même moment, l'Alliance suisse des samaritains était chargée du service sanitaire d'expo02. Pascal Martignier n'a pas hésité longtemps pour se faire embaucher comme permanent sur l'artéplage de sa ville préférée et a encore des étoiles dans les yeux quand il parle de l'été 2002.

Les secouristes vaudois ont donc élu un samaritain expérimenté, qui connaît très bien les réalités du terrain. Avant le tour de scrutin, Cécile Baptiste Douchet, membre du comité de l'ACVS, l'avait décrit comme dévoué, loyal et honnête, comme quelqu'un qui défend des valeurs et ne recule pas devant l'adversité, sait déployer une réflexion stratégique et aime les challenges.

Relever les challenges

Le plus grand challenge actuel est sans doute d'ouvrir la voie pour assurer l'avenir des samaritains. Selon son président, l'ACVS est dotée d'une structure qui ne correspond plus à notre époque. Il s'offusque à l'idée que les sections se fassent concurrence pour les dispositifs médico-sanitaires (DMS), au sein et au-delà des frontières du canton. Dans la région de la



Pascal Martignier s'inquiète pour la pérennité du mouvement samaritain.

Broye, la situation est particulièrement sensible, puisque la frontière fait de la dentelle entre Vaud et Fribourg qui brouillent en plus les cartes à force d'enclaves et d'exclaves.

Une offensive pour mieux s'affirmer sur le marché a été acceptée lors de la dernière AD, les représentants des sections vaudoises ayant voté en faveur de prix d'appel pour les cours publics les plus porteurs. L'harmonisation des prix des DMS est plus délicate, mais parfaitement envisageable si localement, les acteurs conservent une certaine marge de manœuvre.

Avec le comité cantonal, dont il ne tarit pas d'éloges – « nous sommes sur la même longueur d'ondes et travaillons main dans la main » – il souhaite trouver des solutions pour simplifier la vie des sections. À l'image de la centralisation des inscriptions aux cours concrétisée depuis un certain temps déjà, pourrait-on envisager un secrétariat cantonal ou plusieurs secrétariats régionaux pour gérer les DMS sur le plan administratif ? Les sections n'auraient-elles pas intérêt à se rapprocher et à regrouper leurs forces ? Dans un passé récent, celle dont est issu Pascal Martignier a d'abord réalisé les exercices en commun avec Grandson avant de fusionner sous le nom de Nord vaudois.

Ces sujets, parmi d'autres, ont également été mis sur le tapis par les samaritains eux-mêmes, lors du Forum ouvert* organisé à Gollion à la fin du mois de mai (*nous, samaritains* 6-7, 2017).

Cœur de métier

« Les samaritains, ce qu'ils veulent, c'est apprendre les premiers secours et les donner quand c'est nécessaire », le président sait de quoi il parle. C'est pourquoi, dans sa stratégie, l'ACVS a mis l'accent sur la formation et les DMS. Augmenter la qualité des services médico-sanitaire est une des priorités du programme d'activités. Par ailleurs, le président garde un œil attentif sur les Groupes d'appui samaritains (GAS) insérés dans le système d'intervention en cas de catastrophe vaudois.

« Mais l'avenir des samaritains, ce n'est pas moi », rappelle-t-il avec clarté. Et même si les membres du comité s'entendent comme larrons en foire, à quatre, la structure reste fragile. Alors que les personnes qui seraient tentées de rejoindre l'équipe le sachent, Pascal Martignier est non seulement une personne directe, à l'esprit vif, mais également un redoutable pince sans rire doté de toutes les qualités du bon vivant. En fin de séance, ce n'est pas à négliger. •

* Forum ouvert : l'ACVS avait convié tous les samaritains qui le souhaitaient à imaginer pendant une journée les samaritains de demain.

Quand le plancher des vaches se dérobe

En Suisse, les tremblements de terre représentent un danger naturel conséquent, le canton du Valais et la région de Bâle étant particulièrement exposés. Lancé au printemps, un programme destiné à sensibiliser les jeunes Valaisans aux risques sismiques comprend un module consacré aux premiers secours. Il a été confié aux samaritains.

En Valais, la collaboration entre l'Organisation cantonale des valaisanne des secours (OCVS) – qui célèbre ses vingt ans d'existence cette année – et les samaritains a commencé très tôt. C'est donc tout naturellement qu'Alain Rittiner, coordinateur des partenaires de l'OCVS, a pensé à eux pour le volet « réagir après un séisme » du programme de formation mis sur pied par le Centre pédagogique pour la prévention en cas de séismes (CPPS) abrité à la HesSO Valais-Wallis à Sion. Ce volet vise à inculquer les gestes pour assurer la sécurité des personnes, prodiguer les premiers secours et permettre de sauver des vies. Sachant qu'en cas d'événement majeur, les secours peuvent mettre plusieurs jours pour arriver sur place, il est crucial que la population soit à même de se prendre en mains et qu'elle connaisse les mesures nécessaires pour assurer sa survie.



Jean-Bernard Rossier, moniteur de la section de Sion Deux Collines.



Anne Ducrey, monitrice de la section du haut-Lac et vice-présidente de l'ASSVR.

Participants très motivés

C'est ainsi que le matin du 22 juin, seize jeunes filles et jeunes hommes, élèves du collège de St-Maurice, accompagnés par une enseignante, se sont rendus dans les bâtiments de la HesSO Valais à la route du Rawyl, sur les hauts de la ville de Sion. Anne Ducrey, vice-présidente des samaritains du Valais romand et monitrice de la

Le CPPS

Un programme en trois temps

Le Centre pédagogique pour la prévention en cas de séismes a été mis sur pied à la demande de l'État du Valais afin de former et de préparer les jeunes Valaisans et la population à l'éventualité d'un tremblement de terre. Le programme comporte trois modules : comprendre un séisme, ressentir un séisme et réagir après un séisme. À ces fins, la Haute école d'ingénierie de la HesSO Valais a développé une approche inédite qui permet de ressentir, éprouver et expérimenter les différents paramètres caractéristiques d'un tremblement de terre. Un simulateur de 5 x 6 mètres, pouvant recevoir jusqu'à trente personnes, est à même de reproduire fidèlement les données de séismes passés, tels que celui de 1946 en Valais central ou ceux ayant frappé plus récemment l'Aquila (I) ou le Népal. Comprendre la survenue d'un séisme, apprendre à se protéger et fournir des compétences de base pour porter secours sont les ambitions de cette formation lancée au printemps de cette année et qui s'adresse à plus de neuf mille élèves du canton du Valais.

Le programme, qui prend une bonne demi-journée, est également accessible à des groupes et organisations extérieures. Canton bilingue oblige, il existe bien sûr également en allemand. Les tarifs et conditions peuvent être consultés sur le site web du CPPS.

Pour en savoir plus : cpps-vs.ch

Les limites de la science

En Suisse, la terre tremble entre cinq cents et huit cents fois par ans, le Valais représentant le plus fort aléa sismique du pays. Sur le plan statistique, un séisme de forte magnitude se produit tous les cinquante à cent ans. Le dernier remonte à 1946, les sismologues estiment par conséquent que la date à laquelle une nouvelle secousse violente va se produire se rapproche de plus en plus. Aujourd'hui, si la science est en mesure de détecter pratiquement en temps réel les mouvements du sol, même de faible ampleur, elle ne dispose pas de moyens pour les anticiper. Pour les personnes intéressées par le sujet, le site du Service sismologique suisse regorge d'informations : seismo.ethz.ch

Le billet

Nouveauté de plus en plus appréciée

Depuis ma première participation à un cours de samaritain en 1988, il y a eu de nombreux changements au niveau de la technique d'intervention. Nous nous sommes toujours adaptés avec passion et engagement, en acceptant l'évolution. Souvent, quand nous avons bien intégré la nouveauté, la prochaine était annoncée. Mais nous étions prêts à remettre l'ouvrage sur le métier et à partager innovation et moyens didactiques avec nos collègues et la population.

Le mois d'août est un mois de vacances pour une grande partie d'entre nous, pourtant la desserte médico-sanitaire et notre présence lors de manifestations sont assurées grâce à vous, merci !

Cependant, nous méritons tous des vacances, particulièrement cette année. Les changements dans le domaine de la formation et des cours sont énormes. L'adhésion commence à transparaître de la part de nombreux formateurs. Les déceptions, le temps passé à comprendre le nouveau système, les courriels et les téléphones sont-ils déjà oubliés de votre part ? J'en profite pour remercier toutes les personnes positives, concrètes, sceptiques ou critiques, en fait tous les samaritains qui, dans leurs diverses fonctions, ont contribué de manière substantielle à la naissance du nouveau concept de formation.

Nous, les membres du Comité central sommes toujours proches de la base, des associations cantonales ou régionales et du siège principal. Nous voulons encore apporter des améliorations, nous avons compris vos messages et vos exigences. Vous avez besoin de notre soutien et de celui du secrétariat central comme nous avons

besoin de vous. À vous tous, je souhaite d'ores et déjà une bonne rentrée.



Renato Lampert, vice-président de l'ASS

section du Haut-Lac et Jean-Bernard Rossier, moniteur de la section Sion Deux Collines, avaient exactement soixante minutes à disposition pour dérouler un programme spécialement développé dans le cadre de la campagne de sensibilisation et de prévention. Hémorragies, pansements compressifs et garrot ; fractures et immobilisations ; dégagement d'urgence d'un blessé et posture latérale de sécurité



Fixer une fracture avec les moyens du bord.

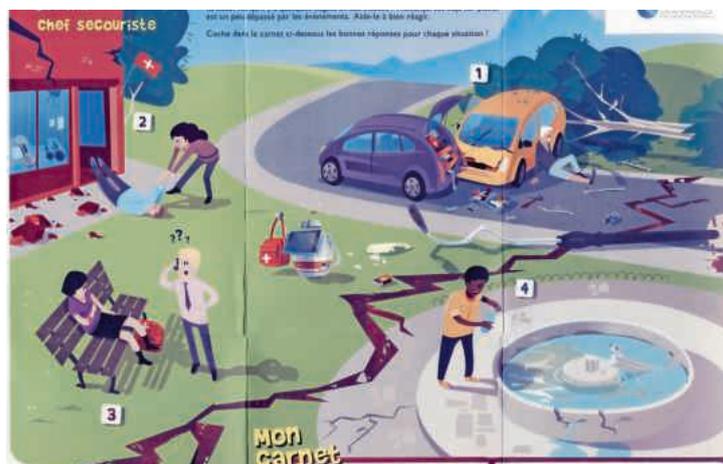
constituaient les thèmes à voir avec les participants, y compris des exercices pratiques. Il ne s'agissait donc pas de traîner ! Très motivés, c'est avec empressement et bonne humeur que les jeunes gens se sont pansés mutuellement, ont emmaillotté jambes et bras fracturés ou se sont bordés dans des couvertures de survie en posant nombre de questions pertinentes.

Pour les moniteurs, c'était la première fois qu'ils intervenaient ensemble et dans le cadre de ce programme spécifique. Les cours, coordonnés par le secrétariat de l'Association des sections de samaritains du Valais romand (ASSVR), ne peuvent évidemment qu'être donnés par des formateurs pouvant se libérer la journée. Professionnellement, Anne Ducrey est adjointe scientifique de la HesSO, donc en quelque sorte à la maison, et en raison de son métier de garde-frontière, Jean-Bernard Rossier travaille selon des horaires irréguliers qui lui permettent parfois de se libérer la journée. Quatre sessions de formation ont eu lieu depuis le lancement de la campagne qui a pour objectif d'atteindre toutes les jeunes Valaisannes et tous les jeunes Valaisans âgés entre 10 et 14 ans.



Ne pas être pris au dépourvu le jour où la terre tremblera, c'est l'objectif de la formation.

Texte et photos : Chantal Lienert



Jeux et quiz sont destinés aux plus jeunes pour faciliter l'apprentissage.

Service d'endurance pour course d'endurance

À l'occasion du service médico-sanitaire des 24 h VTT de la Birse, sur les hauts de Reconvilier (BE), nous avons fait un saut dans le Jura bernois et pris des nouvelles des samaritains jurassiens francophones dont l'association était en panne depuis plusieurs mois.



De gauche à droite, Rachel Charpiloz, Marie-Florence Mukantabana et Marie-Claire Charpiloz assuraient le service médico-sanitaire le samedi soir.

Quand vers vingt-et-une heures, nous prenions congé de l'équipe de piquet à l'infirmerie des 24 h VTT de la Birse, quinze personnes avaient déjà reçu des soins alors que la course n'en était pas encore à la mi-temps. De nombreux cyclistes s'étaient présentés avec des éraflures aux genoux et aux coudes, l'un s'était même entièrement râpé le flanc de la jambe droite, du haut de la cuisse jusqu'à la cheville. Pour lui, la course était finie, mais d'autres avaient hâte de repartir en quittant le poste de secours.

Les 24 h VTT de la Birse sont une course d'endurance pendant laquelle les participants parcourent une boucle d'environ 5,5 km pour 180 m de dénivelé. La compétition démarre le samedi à midi et s'achève 24 h plus tard à midi, l'objectif étant d'accomplir un maximum de tours. On peut s'y inscrire en solo ou par équipes de deux à six coureurs, les coureuses étant aussi les bienvenues. Le samedi, les enfants se mesurent sur un parcours d'un kilomètre, pendant deux heures pour les plus jeunes (7 à 9 ans) et quatre pour leurs aînés (10 à 13 ans), mais dès 14 ans ont court avec les grands ! Comme quoi, à VTT, l'endurance s'entraîne dès un âge encore tendre.

Services à plusieurs

Pour les membres de la section de Tavannes-Malleray, les 24 h VTT de la Birse représentent aussi un exercice d'endurance, puisque le poste de secours médico-sanitaire, installé dans la salle des fêtes de Reconvilier, est ouvert sans discontinuer, du samedi à midi au dimanche à midi. Les samaritains se relayent par tranches de six heures, ce qui signifie quatre équipes de deux personnes. Pour une section qui compte une dizaine de membres actifs, il s'agit d'un joli exploit !

Le week-end précédent, à la Pentecôte, ils avaient déjà été sollicités dans le cadre de la Juracime, une course pédestre en cinq étapes, entre Moutier, Tavannes et St-Imier, organisée tous les deux ans. Pour assurer ce service-là, les sections voisines de Tramelan et de St-Imier étaient aussi de la partie, d'autant plus que du vendredi soir au lundi, il fallait assurer huit postes, dont certains volants, en divers endroits en fonction de l'évolution des coureurs.

Casquettes multiples

On sent l'experte en observant Marie-Claire Charpiloz, monitrice de la section de Tavannes-Malleray, à l'œuvre avec les blessés. Elle est très efficacement secondée par Rachel Charpiloz et Marie-Florence

Mukantabana, jeune stagiaire qui vient de faire ses débuts dans la section.

Avec calme et méthode, les samaritaines nettoient, désinfectent et pansent coupures et écorchures en utilisant quantités de compresses et de bande adhésive.

Dans un Jura bernois quelque peu fragilisé par le recul des membres et un manque de formateurs, Marie-Claire Charpiloz endosse plusieurs caquettes. En ses qualités de monitrice de section et de monitrice de cours 1 et 2, elle officie non seulement pour la section de Tavannes-Malleray, mais elle dépanne aussi celles de Moutier et de Tramelan, pour des exercices et des cours, sans oublier les formations en entreprises qui se développent de façon réjouissante. Et elle vient d'accepter la mission de mandataire jeunesse de l'ASBJBJ pour remplacer au pied levé la responsable démissionnaire.

Bonnes nouvelles

Alors qu'il y a un peu plus d'une année, nous quittons Tramelan et une ASBJBJ en capilotade (nous, samaritains 3/2016), la bonne nouvelle est qu'à fin mai, les délégués de Bienne, du Jura bernois et du Jura ont élu un président en la personne de Cédric Hiltbrand, président des samaritains de Tramelan, secondé par Olivia Zmoos, monitrice à Saint-Imier et Marie-Claire Charpiloz, qui s'amuse d'être nouvellement responsable de la jeunesse alors qu'elle vient d'achever sa formation en vue de l'obtention du certificat FSEA1 pour la formation d'adultes !

Il était temps, car le flottement n'est jamais bon et l'absence de structure faitière de référence a un effet déstabilisant et constitue un



Qu'ils soient jeunes ou moins jeunes, la tenue des cyclistes rend bras et jambes très vulnérables.



Nettoyer des plaies et poser des compresses font partie de la routine pour les samaritains assurant le service des 24 h VTT de la Birse.

frein pour le développement de projets. En ce qui concerne le dispositif médico-sanitaire de la foire de Chindon, une des plus importantes manifestations du Jura bernois qui draine un public de trente-cinq mille personnes et a lieu à Reconvilier le premier lundi de septembre, il sera géré par la Coordination BE-JU qui se chargera

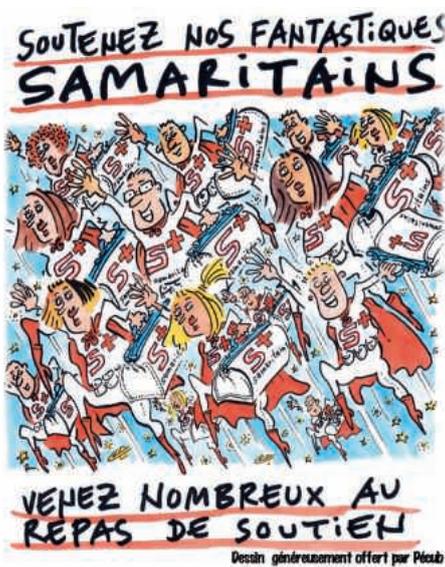
d'organiser les postes et les équipes de samaritains provenant de l'ensemble de l'association transcantonale qui veilleront sur les exposants et les visiteurs dès 5 heures du matin.

Texte et photos : Chantal Lienert

Cœur de la Côte

Mort par hasard

Afin de rassembler des sous et de mieux se faire connaître dans la région, les samaritains du Cœur de la Côte ont eu l'idée d'organiser un dîner-spectacle de soutien.



L'illustrateur Pécub avait généreusement offert l'illustration de la publicité.

ainsi qu'a émergé l'idée de solliciter la troupe de comédiens qui organise des spectacles sous le thème « Meurtres et mystères » pour une soirée de soutien. Au moyen d'une campagne de publicité dans le journal La Côte et sur sortir.ch, ainsi qu'à l'aide du bouche à oreille, les membres de la section du Cœur de la Côte ont donné rendez-vous aux amateurs

Pour ne plus subir de mésaventure comme lors du giron de Féchy l'année dernière, lorsque la tente des samaritains a décidé de s'envoler, la section du Cœur de la Côte projette d'acquiescer une unité mobile de soins, à l'image de celles des samaritains de Nyon ou d'Onex-Bernex-Confignon (nous, samaritains 6-7 et 10/2016). Le comité de la section s'est donc creusé la tête comment lever des fonds d'une manière originale. C'est

de théâtre et supporters des samaritains un vendredi soir du mois de mai. De l'apéritif au dessert, les convives allaient être tenus en haleine par cinq comédiens, mais il pouvaient également influencer le cours des choses, car l'intrigue se jouait sur un mode interactif.

Têtes connues et inconnues

Près de huitante personnes avaient été d'accord de déboursier cent trente francs pour le dîner-spectacle. « Parmi elles, il y avait beaucoup de têtes connues, mais également des gens venus en curieux qui ne connaissaient pas les samaritains », explique Jacqueline Labhard, présidente de section. « L'ambiance était très sympathique et si nous n'avons pas eu tout à fait autant de spectateurs qu'espéré, nous avons tout de même fait un petit bénéfice. En outre, les samaritains se sont montrés sous un jour nouveau, ce qui est excellent en termes d'image et de notoriété. »

Forte de vingt-cinq membres actifs, la section du Cœur de la Côte (Aubonne-Gimel-Rolle) est le produit de regroupements successifs, le dernier datant du 18 mars 2015, quand Rolle l'a rejointe et que Jacqueline Labhard a accédé à la présidence (nous, samaritains 4/2015). Avec l'agrandissement du territoire couvert par la section, les demandes de services médico-sanitaires sont à la hausse et la section est contente de pouvoir compter sur les collègues de celles de Chéserex, avec lesquels elles font aussi des exercices, ainsi que sur les Saint-Preyards et les Nyonnais.

Chantal Lienert avec le concours de Jacqueline Labhard



Destinations lucernoises pour la course d'école des samaritains avenchois.

Avenches

Les samaritains en balade

Samedi, 10 juin, quelques membres de la section des samaritains d'Avenches ont eu l'immense opportunité de pouvoir visiter le centre de rééducation pour handicapés de Nottwil. La visite du centre avec une guide – merci au traducteur ! – a permis de découvrir le travail de tout le personnel qualifié. Une journée très instructive.

Après le repas, les membres participants se sont promenés à Lucerne. Ce fut une magnifique et inoubliable journée. Merci aux organisateurs.

Christine Cuhat

Prochaine clôture rédactionnelle :
jeudi 6 septembre 2017, 9 heures

Prochaines parutions de « nous,
samaritains » :
09/2017, 20 septembre
10/2017, 25 octobre

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, 30 août, 20 h, *exercice* ; 27 septembre, 20 h, *exercice*

Courfaivre/Courtételle, 23 août, *pique-nique à 18 h 30* ; 20 septembre, 20 h, Courtételle, *exercice*

Les Breuleux, 28 août, 20 h, bâtiment communal, *exercice* ; 18 septembre, 20 h, bâtiment communal, *exercice*

Montfaucon, 6 septembre, 19 h 45, *exercice de section*

Moutier et environs, 13 septembre, 19 h, *exercice*

Porrentruy, 28 août, 19 h 30, local, *exercice* ; 25 septembre, 19 h 30, local, *exercice*

Saint-Imier, 12 septembre, 20 h, local, *exercice mensuel*

Tavannes-Malleray et environs, 7 septembre, *exercice*

Tramelan, 30 août, *exercice*

Vicques, 5 septembre, 20 h 15, *exercice*

FRIBOURG

Belfaux, 4 septembre, 20 h, *schéma ABCDE + casque + cas concrets*

Châtel-St-Denis, en septembre, *exercice intersections*

Domdidier, 23 août, 19 h 15, Avenches, *exercice intersection*

Estavayer-le-Lac et environs, 4 septembre, 19 h 30, local des samaritains, *matériel de premiers secours* ; 23 septembre, *course des samaritains*

Faug, 23 août, *exercice intersections Faoug, Avenches et Domdidier* ; 26 août, *sortie du cinquantième* ; 26 septembre, 20 h, local, *exercice*

Farvagny, 14 septembre, 19 h 30, local PC du CO du Gibloux, *exercice 3 cours secouriste 2*

Fribourg, 4 septembre, 19 h 30, *postes médico-sanitaires*

Intyamou, 4 septembre, *exercice extérieur avec les sections de Gruyère & Broc*

Marly et environs, 11 septembre, *formation niveau 2 IAS*

Neyruz et environs, 26 août, *collecte à Avry Centre* ; 2 et 3 septembre, *sortie des samaritains* ; 14 septembre, 19 h 30, local, *exercice* ; 22 et 23 septembre, *Schlager Nacht* ; 30 septembre, *loto à Cottens*

Rue et environs, 17 septembre, MISV : *exercice intersections, Attalens*

GENÈVE

Carouge, 11 septembre, *cas par cas*, obligatoire membres RPS

Genève, 27 septembre, 20 h, *paraplégie / tétraplégie (intervenant externe)*

Grand-Saconnex, 4 septembre, 19 h 30, CVHS, intersections avec Versoix

NEUCHÂTEL

La Chaux-de-Fonds, 29 août, 19 h 45, *exercice* ; 26 septembre, 19 h 45, *exercice*

Le Locle, 24 août, 19 h 30, *exercice extérieur (ou cours sama)* ; 21 septembre, 19 h 30, local, *exercice*

Saint-Blaise • Hauterive • La Tène, 6 septembre, 20 h, *exercice mensuel*

Vallée de la Brévine, 17 août, 20 h, Brévine, *exercice « système D »* ; 9 septembre, 13 h 30, Brévine, *course vélo « Edelweiss »* ; 16 septembre, 13 h 30, Cerneux-Péquignot, *Rockillarde* ; 21 septembre, 20 h, Chaux-du-Milieu, *exercice*

VALAIS

Les Grands Rocs, 23 août, 19 h 30, Leytron, *gestion des conflits* ; 13 septembre, 19 h 30, Fully, *les états de choc EMIC* ; 17 septembre, 13 h 30 à 17 h 30, *exercice obligatoire 2^e partie : SMS*

Massongex, 14 septembre, 20 h, *préparation à la fête de l'automne*

Monthey Choëx, 22 septembre, 18 h 30, *rallye en compagnie des Help*

Nendaz, 21 août au 2 septembre, *collecte samaritaine* ; 6 septembre, 19 h 30, école de Brignon, *ambulance*

Sion Deux Collines, 5 septembre, 19 h 30, local St-Guérin, *exercice mensuel : fractures*

VAUD

Avenches et environs, 23 août, 20 h, *exercice à Avenches* ; 20 septembre, 20 h, *exercice à Avenches*

Chavornay, 13 septembre, *exercice à la Vallée*

Cheseaux et environs, 4 septembre, 20 h, local collège Derrière-la-Ville, *exercice* ; 11 septembre, *exercice intersections à la Venoge*

Cœur de la Côte, 12 septembre, 19 h 30, Rolle, *cas concrets en extérieur*

Haute-Broye Jorat, 6 septembre, 20 h, *exercice*

La Serine, 4 septembre, *cas concrets en extérieur*

La Venoge, 12 septembre, *intersections avec Cheseaux, Echallens et Venoge*, rdv 19 h 20, local de Cossonay ; 27 septembre, 19 h 20, local de Cossonay, *exercice*

Lausanne-mixte, 13 septembre, 20 h, collège des Bergières, *allons jouer dehors*

Lutry & Lavaux, 6 septembre, *exercice intersections avec Haute Broye-Jorat*

Morges, 6 septembre, *comportement avec des chiens dont le maître est attaqué*

Nord Vaudois, 28 août, 19 h 45 à Grandson ; 26 septembre, 19 h 45 à Grandson

Nyon, 7 septembre, 19 h 30, *exercice en plein-air*

Ollon-Villars, 4 septembre, 20 h, local à Ollon, *maladie et accidents chez les enfants*

Sainte-Croix, 3 septembre, VTT ; 6 septembre, 19 h 45, local, *exercice*

Vevey, 13 septembre, 20 h, Vevey, *au secours, je saigne*

Yvonand, 21 septembre, *exercice*

JEUNES SAMARITAINS ET GROUPES HELP

Help ASBJBJ, 30 septembre, *piscine*

Help Chablais, 25 août, exercice 4 ; 9 et 10 septembre, *week-end des 30 ans des Help's Chablais* ; 22 septembre, *exercice 5*

Help Entremont, 1^{er} septembre, Montagnier, *abri PCi, momification, immobilisation, matériel d'urgence*

Help Neuchâtel, 2 septembre, 14 h à 16 h 30 ; 30 septembre, 14 h à 16 h 30

Help Neyruz, 2 au 3 septembre, *week-end samaritains & Help* ; 16 septembre, 9 h, local, *exercice*

Samas'Kids VD, 2 septembre, 9 h, Gollion, *exercice*

COURS BLS-AED ET RÉPÉTITIONS

Belfaux, 14 et 18 septembre, centre paroissial Belfaux

Chavornay, 25 et 26 septembre

Cheseaux et environs, 22 août, 18 h 45 à 22 h, 24 août 19 h à 22 h, local collège Derrière-la-Ville à Cheseaux

Marly et environs, 2 septembre, en association avec Fribourg cœur

Nyon, 28 septembre, refresh, début 18 h 45

COURS DE SECOURISTE 1 IAS (SAUVETEUR + BLS-AED)

Grand-Saconnex, 8 et 15 septembre, 18 h à 22 h, 16 septembre, 9 h à 16 h, CVHS

COURS UPE

La Brévine, 9 septembre, 9 h à 12 h, Cerneux-Péquignot

DON DU SANG

Avenches, 28 septembre, 15 h 30 à 19 h 30, salle du théâtre

Bassecourt, 16 août, 15 h 30 à 20 h

Chavornay, 30 août, Grande salle au Verneret

Cœur de la Côte | Aubonne, 27 septembre

Cœur de la Côte | Rolle, 5 septembre

Courtepin, 18 septembre, 18 h à 20 h, salle paroissiale sous l'église

Cugy, FR, 21 août, 17 h à 20 h 30, salle polyvalente

Domdidier 30 août, 17 h 30 à 20 h 30, halle de gymnastique buvette

Estavayer-le-Lac, 13 septembre, 17 h à 20 h, salle La Prillaz

Farvagny | Villarimboud, 27 septembre, 16 h 30 à 20 h, salle communale

Monthey, 11 septembre, salle de la gare CFF

Moutier, 6 septembre, 15 h 30 à 20 h, sociét'halle, avenue de la Liberté, Moutier

Sainte-Croix, 26 septembre

St-Martin, FR, 23 août, 18 h 30 à 20 h 30, salle polyvalente

Tramelan, 28 septembre

Yvonand, 24 août

Impressum

nous, samaritains 08/2017
Parution: 16 août

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

Directrice: 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

