

1/20

nous,

# SAMARITAINS

Le journal de l'Alliance suisse des samaritains



## Tendances d'avenir pour le secourisme

**12** EN SAVOIR PLUS

Le volontariat  
à l'ère numérique

**16** REPOSITIONNEMENT

La nouvelle stratégie,  
une œuvre commune

**28** SUR LE TERRAIN

Intervention impromptue  
pendant la formation



**Le secourisme  
a de nombreux  
visages**



**Merci pour votre  
don et votre aide.**





# AVENIR

Chère lectrice, cher lecteur,

Quand, il y a de nombreuses années, je rejoignais une section de samaritains en tant que jeune maman, je n'imaginai pas être encore active une fois grand-mère. Si, depuis mes débuts, beaucoup de choses ont changé – le matériel, les méthodes d'enseignement, les moyens didactiques – il y en a une qui est demeurée la même: les samaritains contribuent à sauver des vies et permettent aux personnes de s'aider elles-mêmes.

Cette année encore, nous continuerons de travailler sur notre stratégie. Comme l'année dernière il s'agit d'imaginer ensemble les samaritains du futur et de ne retenir du passé que ce qui nous fait avancer.

Les premiers secours aussi sont en pleine mutation. En pages 6 à 10, il est question de développements nouveaux et de tendances de fond. Du passé, nous retenons les valeurs éprouvées des principes de la Croix-Rouge et laissons les vieilleries derrière nous.

Les avantages du digital pour les organisations de volontaires sont abordés plus loin dans ce numéro. S'il y a des gens qui mettent ordinateurs, tablettes et smartphones au pilori, soyons francs, qui aimerait encore taper des procès-verbaux sur une machine à écrire mécanique, sans touche correc-

trice? Bien sûr, aujourd'hui comme hier, une lettre manuscrite ou une jolie carte créée avec amour font très plaisir.

Mais d'une manière générale, l'ordinateur nous

facilite la vie et les échanges. Les nombreux comités, animés par des kyrielles de bénévoles dans tout le pays, en profitent aussi.

Poursuivons ensemble notre route, en accueillant opportunités et défis. Et merci de cheminer à nos côtés, avec moi et l'ensemble du Comité central, afin de préparer un avenir dégagé et lumineux pour les samaritains.

**THERESIA IMGRÜTH NACHBUR**  
Membre du Comité central

●  
« La meilleure chose par rapport  
au passé est de pouvoir laisser  
derrière soi ce que nous ne voulons  
pas pour l'avenir. »  
●

# 6 DEMAIN QUELS PREMIERS SECOURS

**12 NUMÉRISATION ET VOLONTARIAT**

**16 «SAMARITAINS DE L'AVENIR» - UNE ŒUVRE COMMUNE**

**24 APPRENTISSAGE MIXTE ET VIVRE AVEC SON TEMPS**



## SOMMAIRE

**18 AU CŒUR DU SUJET**  
Peter Lack, directeur de l'ASS, explique où en est le processus stratégique

**21 JEUNES SAMARITAINS**  
Les jeunes prennent position sur les nouvelles orientations de l'Alliance

**22 VIE MODERNE**  
Un samaritain à la tête des CFF

La personne au cœur de la journée des malades

Symposium des premiers secours, une plate-forme d'échanges

Retrouvailles des anciens

**28 SECTIONS ET ASSOCIATIONS**  
Un exercice tourne à l'urgence

**31 À VOUS DE JOUER**  
Mot caché et Sudoku

**32 SERVICE DES VENTES**  
Offre d'échange de défibrillateurs de dernière génération



### **34 DE NOS ARCHIVES**

Florence Nightingale et l'Alliance suisse des samaritains

### **38 LA FAMILLE CROIX-ROUGE**

Équipes REDOG en Albanie

### **39 LE SAVIEZ-VOUS?**

Les dix objets les plus dangereux chez soi et au jardin

### **40 EN SAVOIR PLUS**

Premiers secours au carnaval

### **42 À L'ESSENTIEL**

Qu'est-ce qu'une organisation agile ?

### **43 À VOTRE SERVICE**

Messages et divers

## **IMPRESSUM**

*nous, samaritains* 1/2020  
Parution : 12 février

### **Organisation éditrice**

Alliance suisse des samaritains (ASS)  
Martin-Disteli-Strasse 27  
Case postale, 4601 Olten  
Téléphone 062 286 02 00  
Téléfax 062 286 02 02  
redaction@samaritains.ch  
www.samaritains.ch

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

### **Prix de l'abonnement**

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

4 numéros par an  
Tirage : 22 600 exemplaires

### **Rédaction**

Christoph Zehnder (cze)  
Matthias Zobrist (mzo)  
Stefanie Oehler (soe)  
Suisse romande : Chantal Lienert (cli)  
Suisse italophone : Mara Zanetti  
Maestrani (m.z.)  
Secrétariat : Monika Nembrini  
Téléphone 062 286 02 00  
Téléfax 062 286 02 02  
redaction@samaritains.ch  
Adresse postale :  
Rédaction « nous, samaritains »  
Case postale, 4601 Olten

### **Annonces**

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

### **Mise en page, impression et expédition**

Stämpfli SA, 3001 Berne



# PREMIERS SECOURS 4.0

Les développements technologiques rapides affectent aussi les premiers secours. Ils permettent des approches inédites pour porter secours et sauver des vies.

---

TEXTE : Christoph Zehnder | cli



Les secouristes de demain disposeront de possibilités que nous ne pouvons guère nous imaginer.  
(Photos : Shutterstock)

En 1952, pour la première fois, des médecins américains parvinrent à relancer les battements de cœur d'un patient à l'aide d'impulsions électriques. Que diraient les secouristes de l'époque si on leur montrait un défibrillateur automatique externe contemporain ? Ils seraient sans doute impressionnés et stupéfaits d'apprendre qu'à l'aide de ces appareils,

des personnes sans aucune connaissance préalable sont en mesure de sauvegarder des vies. Aujourd'hui, le maniement de défibrillateurs fait partie de la formation de base en premiers secours. Pour en arriver là, des décennies de recherches et de développements furent nécessaires.

Les défibrillateurs modernes sont conçus de telle façon que tout un chacun peut les utiliser. Des instructions acoustiques et visuelles limpides viennent à bout de toutes les hésitations. En même temps, ces appareils sont de plus en plus compacts et, détail non négligeable, financièrement plus accessibles. Les modèles récents enregistrent aussi la fréquence et l'amplitude des compressions thoraciques pendant la réanimation et fournissent un feed-back en temps réel. Cela permet de récolter des données utiles en vue de développements futurs. Certains sont même interconnectés et peuvent être programmés de telle sorte que dès qu'ils sont utilisés, ils lancent automatiquement un appel vers une centrale d'intervention et alertent les secours professionnels.

## En cas d'urgence, l'intervention humaine demeure le facteur décisif.

### **Le smartphone pour sauver des vies**

Désormais, le défibrillateur ne se contente pas d'assister les secouristes pendant la réanimation, mais également pour donner l'alerte. Cet élément crucial de toute opération de sauvetage a subi une mutation profonde au cours des dernières années. La généralisation de la téléphonie mobile a permis à quiconque de solliciter de l'aide depuis n'importe où et dans toutes les situations. Mais les smartphones ont encore élargi les possibilités. Ainsi, Google, le géant de l'internet, a développé une application qui reconnaît immédiatement si le propriétaire d'un smartphone est impliqué dans un accident de la circulation. S'il ne désactive pas le dispositif, le téléphone envoie automatiquement un appel de détresse. En outre, les sauveteurs professionnels trouveront des informations médicales utiles sur l'écran de verrouillage de l'appareil.

Actuellement, ce service n'est disponible qu'aux États-Unis. Mais il existe des applications d'urgence chez nous aussi. Par exemple, celle de la



Grâce au téléphone portable, nous pouvons aujourd'hui appeler à l'aide dans pratiquement n'importe quelle situation.

Garde aérienne suisse Rega. Selon le paramétrage sélectionné, l'appli envoie régulièrement la position du téléphone à la centrale. En cas de recherche de personne, les sauveteurs se servent de ces données afin de reconstituer l'itinéraire et la dernière localisation de la personne disparue. Ces informations peuvent aussi être partagées avec des proches. L'application contient en outre un mode de veille. L'utilisateur peut enregistrer plusieurs contacts qui sont informés automatiquement si le détenteur du smartphone ne quitte pas les appels automatiques qui parviennent sur son appareil ou s'il ne bouge pas pendant un temps prolongé. Tous ces programmes ont pour but de réduire le délai jusqu'à ce que les secours soient alertés et de fournir des informations utiles aux équipes de secours.

### **Premiers secours par les airs**

Dans les airs aussi, la Rega table sur les technologies les plus modernes. Un drone récemment développé est censé être utilisé dès cette année pour la recherche de personnes disparues, blessées ou malades, par exemple, lorsque la visibilité est mauvaise et empêche le recours à l'hélicoptère. Le drone peut survoler de vastes surfaces et est équipé de divers capteurs, par exemple une camé-

ra thermique. La Rega estime que dans certains cas, le drone rendra des services utiles, sans pour autant remplacer l'hélicoptère et son équipage. Une fois la personne en détresse localisée, seuls les humains seront à même de lui porter secours.

Mais les drones ne servent pas seulement à trouver des personnes en difficulté, ils peuvent aussi acheminer rapidement du matériel ou des produits thérapeutiques. Défibrillateurs de plus en plus compacts et drones performants semblent très prometteurs pour sauver plus de vies à l'avenir. Des chercheurs canadiens ont d'ailleurs réalisé des tests comparatifs pour savoir quelle solution était la plus rapide, l'ambulance ou le drone. Ils ont imaginé quatre scénarios avec des distances à parcourir situées entre six et trente kilomètres. À chaque fois, le drone était vainqueur et plus le site d'intervention était éloigné, plus l'écart entre le drone et l'ambulance se creusait.

Étant donné l'étendue du pays, le recours à des drones munis de défibrillateurs semble réaliste au Canada. Dans un pays comme la Suisse, un réseau dense de défibrillateurs publiquement accessibles est sans doute plus pertinent. Malgré tout, l'Europe aussi se préoccupe de drones. Un projet de

l'Université technique de Delft a d'ailleurs fait parler de lui. Les ingénieurs néerlandais ont développé un drone ambulance qui achemine un défibrillateur sur le site d'un incident. « Si nous arrivons plus rapidement sur place, nous pourrions sauver de nombreuses vies et améliorer les chances de guérison des patients. Cela s'applique notamment pour des urgences telles que des insuffisances cardiaques, des noyades, des traumatismes et des problèmes respiratoires », déclare Alec Momont, auteur du dispositif. C'est grâce au fait qu'aujourd'hui, les défibrillateurs sont devenus très compacts que de tels développements sont possibles. L'ingénieur voit son robot comme une « trousse médicale » volante. La vitesse de déplacement dans les airs peut atteindre 100 km/h. Le drone localise le signal du téléphone de la personne qui appelle les secours et se rend immédiatement sur place en fonction des coordonnées reçues. En outre, il est muni d'une caméra, d'un microphone et d'un haut-parleur et est directement connecté avec une centrale d'intervention. Le personnel médical peut suivre ce qui se passe à distance et donner des instructions aux secouristes qui sont sur place. Les concepteurs ont calculé que le taux de survie en cas d'urgence cardiaque pourrait être amélioré et passer de 8 % jusqu'à 80 % à l'aide d'un réseau de drones ambulances équipés de la sorte.

De nombreuses questions restent posées. Il n'est par exemple pas clair s'il faut envisager un pilotage automatique ou un guidage manuel depuis une centrale d'intervention. Techniquement, les deux approches sont possibles. Dans un pays comme la Suisse, la gestion automatisée des vols serait toutefois problématique. En outre, les développeurs ne cessent d'attirer l'attention sur un élément à ne jamais perdre de vue : en cas d'urgence, l'intervention humaine demeure le facteur décisif. Un drone ne peut pas lancer une réanimation.

### Plus de technique pour la formation et la prévention

Dans le domaine de la formation, l'avenir a déjà largement commencé. En introduisant l'apprentissage mixte pour le cours de sauveteur, l'Alliance suisse des samaritains a fait œuvre de pionnière. À l'avenir aussi, la technologie jouera un rôle dans la formation de secouristes. Des mannequins modernes, par exemple, sont bourrés de technologie. Ils enregistrent chaque action et mesurent avec précision l'efficacité des mesures de réanimation en temps réel sur un téléphone portable ou une ta-

quette. Les moniteurs et les participants disposent d'informations exactes sur ce qui doit encore être amélioré.

Bientôt, c'est la réalité virtuelle qui pourrait faire son entrée dans la formation. Certaines organisations travaillent déjà avec de tels systèmes. En enfilant un casque de réalité virtuelle, les utilisateurs

## Dans le domaine de la formation, l'avenir a déjà commencé.

sont immergés dans un scénario d'accident. L'environnement virtuel en trois dimensions pousse à intervenir. En actionnant quelques boutons, le local d'exercice se mue en site d'accident réaliste. Pour le moment, cette technologie n'est pas encore tout à fait au point et elle est surtout utilisée dans le cadre de jeux. Mais avec des ordinateurs de plus en plus puissants et des possibilités graphiques dont le raffinement ne cesse d'augmenter, les simulations deviennent stupéfiantes. C'est précisément le but des développeurs, car plus la simulation sera proche de la réalité, meilleur sera l'effet émotionnel et partant, le potentiel d'apprentissage.

En prévention aussi, la technologie joue un rôle de plus en plus important. Tension artérielle et cardiogramme peuvent être mesurés sur smart-



La Rega aussi mise sur la technologie moderne. (Photo: Rega)

phone, même si la précision n'est pas aussi grande que celle des mesures prises par des professionnels. Des scientifiques de l'EPFL ont même développé un minuscule implant qui effectue des analyses de sang et envoie les résultats via *Bluetooth* à un téléphone mobile. Le smartphone reconnaît les signaux annonciateurs d'un infarctus et lance automatiquement un appel d'alerte. Des applications de ce genre pourraient transformer fondamentalement la médecine. Aujourd'hui, il faut que quelque chose se dérègle et la médecine cherche à réparer les dégâts. À l'avenir, il s'agira de plus en plus d'intervenir avant que le problème ne se produise.

### Gel en guise de pansement compressif ?

Si les avancées sont le plus spectaculaires dans les domaines numériques et techniques, d'autres champs aussi font l'objet de développements, par exemple le traitement des plaies. Selon la nature de la blessure, les secouristes disposent déjà d'une grande variété de bandages et de pansements. La cicatrisation en milieu humide a pendant longtemps été réservée aux milieux hospitaliers. Aujourd'hui, les secouristes non professionnels y ont recours. Depuis un certain temps, les blessures superficielles peuvent être pansées à l'aide de sprays et la recherche s'efforce à toujours les améliorer. Demain, les pansements ne protégeront pas seulement la plaie mais surveilleront et favoriseront sa cicatrisation.

Peut-être que dans le domaine de l'hémostase aussi, les secouristes disposeront bientôt de toutes nouvelles solutions. Un gel à base d'algues développé par un jeune chimiste aux États-Unis relève d'une approche inédite. L'effet hémostatique du

## Il faudra toujours des femmes et des hommes disposés à donner les premiers secours.

gel intervient en l'espace de secondes, il peut être injecté dans des plaies même importantes. Pour le moment, il est uniquement admis en médecine vétérinaire. Mais à croire l'inventeur, une solution pour les humains ne saurait tarder, rapidement



Des technologies telles que la réalité virtuelle sont utilisées en médecine de pointe.

suivie par une version entrant dans les pharmacies de ménage.

### De la médecine de pointe aux premiers secours

De nombreux développements techniques et médicaux nous semblent encore appartenir à la science-fiction. La médecine de pointe est souvent précurseuse pour développer des techniques plus tard adoptées en premiers secours. Aujourd'hui déjà, médecins et scientifiques simulent à l'aide de modèles 3D des interventions compliquées, pilotent des robots hyper précis en microchirurgie ou produisent de la peau à l'aide d'imprimantes 3D. Cela semble loin des premiers secours, mais on pensait sans doute la même chose il y a un peu plus d'un demi-siècle lors de l'avènement des premiers défibrillateurs.

Il n'est guère possible de prévoir aujourd'hui quels développements techniques perceront dans le domaine des premiers secours. Les secouristes disposeront sans doute de possibilités que nous peinons à imaginer. Mais une chose ne changera pas, à l'avenir aussi, il faudra toujours des femmes et des hommes disposés à donner les premiers secours.

# Toux?

## winterfit

Les sirops contre  
la toux pour  
toute la famille  
Pour enfants et adultes



**Similasan Antitussif**  
En cas de toux sèche  
lors de refroidissements

**Similasan Expectorant**  
En cas de toux avec formation de  
mucosités lors de refroidissements

Ce sont des médicaments autorisés. Lisez les notices d'emballage.  
Disponible dans les pharmacies et drogueries. Similasan AG

**Similasan**

# Volontaires et bénévoles à l'ère du numérique

La vie associative aussi est affectée par la numérisation, cependant, les avantages potentiels ne sont pas encore épuisés estiment des experts. Quelles sont les possibilités à disposition des organisations sans but lucratif et quelles en sont les difficultés ?

TEXTE: Christoph Zehnder | cli

Vous cherchez un appartement, un emploi ou vous souhaitez vendre votre voiture? Avec un peu de chance, vous connaissez quelqu'un qui peut vous tuyaouter ou vous faire une offre qui vous convient. Dans le cas contraire, c'est sur la Toile que vous chercherez la solution. Le maillage numérique permet la rencontre rapide entre personnes partageant des intérêts communs. Aujourd'hui, le web pullule de plates-formes, dans tous les domaines et pour tous les besoins, donc également dans les domaines du volontariat et du bénévolat. De nombreuses organisations s'en sont aperçues et font volontiers usage des nouveaux moyens techniques, qu'il s'agisse de recruter la relève ou de soutenir les membres dans leur engagement.

•  
« La numérisation ne se limite pas à l'introduction d'une nouvelle technologie. »  
•

La numérisation a déjà largement fait son entrée dans le quotidien des volontaires. Chez les samaritains aussi, qu'il s'agisse de moyens didactiques, d'applications de premiers secours ou de groupes de discussions propres à une section. « La digitalisation peut aider les organisations d'utilité publique à gagner des supporters, à simplifier la paperasse et à utiliser les moyens disponibles à meilleur escient », estime Stephan Peters, chercheur en communica-

tion, dans une publication de la fondation *Mercator* suisse. Des professionnels issus de domaines très divers s'y expriment au sujet de la numérisation dans le contexte du volontariat. Ils sont tous d'avis que ces nouveaux outils apportent une aide précieuse, p. ex. pour échanger des expériences, mettre en œuvre des projets ou entretenir des réseaux.

## Au-delà de la technologie

La numérisation ne se limite cependant pas à l'introduction d'une nouvelle technologie, estiment les experts unanimes. Cela signifie aussi que les organisations de volontaires doivent se remettre en question par rapport à leurs objectifs. Au sein de l'Alliance des samaritains, ce processus est déjà en cours avec le développement de la nouvelle stratégie. La Croix-Rouge suisse, également en plein travail sur sa stratégie, a même créé un poste à la direction consacré au « développement numérique », soulignant ainsi l'importance de ce champ d'action. Une étude des besoins a mis en évidence que les organisations membres de la CRS utilisent de nombreux moyens pour coordonner les bénévoles.

Un avantage du digital est que son utilité est indépendante de la forme d'une organisation ou de sa taille. Il ne sert pas que de grandes entités. Des applications informatiques peuvent être utiles à une échelle modeste et être adaptées aux besoins propres. Les développeurs attachant beaucoup d'importance à la facilité d'utilisation, il n'est pas nécessaire d'être informaticien pour les utiliser. Ce qui est nécessaire est de se familiariser avec de nouvelles technologies.

Mais il semble que souvent, les organisations sans but lucratif sous-estiment les changements induits par la numérisation. Un bon exemple sont les sites web et les réseaux sociaux. Avec ces outils, les associations les plus modestes peuvent attirer l'attention. Les membres peuvent se tenir au courant et les personnes intéressées reçoivent un aperçu des activités de l'organisation. Mais des informations non mises à jour et des profils en ligne en déshérence deviennent une mauvaise carte de visite. Il est par conséquent important de réfléchir aux buts que l'on poursuit avec sa présence en ligne et d'attribuer clairement les responsabilités. Toutefois, il n'est pas non plus productif d'avoir un site web magnifique s'il ne correspond pas à la réalité. Le monde numérique doit correspondre au monde analogique.

### Monde virtuel et analogique

Environ un quart des personnes vivant en Suisse s'engagent formellement au sein d'une association ou d'une organisation et environ le même nombre s'investissent sur l'internet. Souvent, il s'agit des mêmes personnes. Elles animent des groupes Facebook, gèrent le site web de leur association ou dispensent des conseils. Les personnes présentes sur la Toile s'investissent aussi fréquemment dans le monde analogique. L'engagement en ligne est surtout répandu auprès de la génération des moins de 35 ans et va se développer à l'avenir.

•  
**Les personnes qui s'engagent dans le monde numérique s'investissent aussi souvent dans le monde analogique.**  
•

La numérisation galopante engendre également des inquiétudes. Allons-nous passer encore plus de temps face à nos écrans alors que l'engagement volontaire porte souvent sur les contacts interpersonnels? Les organisations sans but lucratif doivent réfléchir à la façon de réagir aux changements sociétaux. La tendance va très nettement de l'engagement à long terme vers des interventions ponctuelles, en relation avec des projets précis. Le développement sociétal et le développement technologique s'alimentent réciproquement.

### Participation et codécision

Aujourd'hui, en termes de flexibilité et d'emploi du temps, les volontaires sont plus exigeants que par le passé. L'exigence de participation aussi s'est développée. Les personnes qui s'engagent pour le bien public souhaitent faire bouger les choses et non pas simplement accomplir des devoirs. La numérisation offre de nouvelles voies pour répondre à cette demande. «À l'aide des outils numériques, l'engagement devient de plus en plus flexible, bref et limité, par exemple sous forme de micro-engagements, de projets à court terme ou d'engagements ad hoc en cas de catastrophes», constate Stephan Peters. Les plates-formes numériques comme l'application «Five up» promue par la CRS (voir encadré) sont un exemple de ce développement. De tels outils ne font pas de miracles, mais ils permettent de faciliter les échanges afin que les personnes qui s'engagent librement pour les autres puissent mieux déployer leur potentiel.

### Sources

«Freiwilliges Engagement in einer digitalisierten Welt», Mercator-Stiftung Schweiz/Observatoire du bénévolat 2016

### DISTINCTION POUR « FIVE UP »



Les nouveaux dispositifs comme l'application «Five up» simplifient l'accès aux personnes intéressées et facilitent la coordination des interventions de volontaires (cf. nous, samaritains 2/19). L'appli est notamment utilisée et promue par la Croix-Rouge suisse. Au mois de novembre dernier, ses développeurs ont reçu le premier prix dans la catégorie «Entreprise» lors de la septième édition des «Best of Swiss App Awards».

## TEXAID ET LA HAUTE ÉCOLE DE LUCERNE SE LANCENT DANS LA RECHERCHE DE SOLUTIONS DE RECYCLAGE TEXTILE

Chaque année, TEXAID collecte près de 37 000 tonnes de vêtements usagés en Suisse, en veillant à ce que ces derniers soient réutilisés de manière écologique et à des fins utiles. 30% des textiles collectés sont en si mauvais état qu'ils ne peuvent pas être portés comme vêtements de seconde main, une tendance qui se veut pourtant croissante, la mode des vêtements bon marché et produits à bas coûts perdurant. Le projet « Texcycle » repose sur la question suivante : ces textiles peuvent-ils être recyclés en haute qualité ? C'est prouvé : il est possible de fabriquer du fil et du non-tissé pour de nouveaux tapis et matériaux isolants à partir de vêtements usagés.



### Questions de recherche

TEXAID poursuit l'approche « Close the Loop » : elle souhaite fermer les boucles textiles intégralement et durablement, tout comme trouver de nouvelles utilisations, également de qualité supérieure, pour les matières premières issues des vêtements usagés. À cette fin, la société a mis sur pied le projet « Texcycle », une collaboration entre TEXAID, la Haute École de Lucerne et Coop, avec le soutien d'Innosuisse.

Une étude axée sur le design a offert la possibilité d'aborder la problématique ultra-complexe de la durabilité des boucles textiles sous un nouveau jour. Les chercheurs ont alors dû se poser les questions suivantes : quels matéri-

aux textiles existe-t-il avec les possibilités de tri actuelles dans le cadre du traitement des vêtements usagés ? De quelle manière et par quel moyen ces derniers peuvent-ils être à nouveau traités ? À quoi pourrait ressembler une gamme de produits fabriqués avec des matériaux reconditionnés à partir de vêtements usagés ?

### Trier non pas uniquement en fonction du type de vêtement, mais également selon la matière

Dans un premier temps, les chercheuses et chercheurs ont analysé les processus de traitement des vêtements usagés et ont optimisé ces derniers en vue de nouvelles applications. Jusqu'à présent, les vêtements collectés ont toujours été triés selon leur type : p. ex. chemise pour homme, pantalon pour femme, manteau, etc. Cependant, les matières des vêtements jouent un rôle majeur dans le cadre de l'amélioration de la réutilisation, et pourtant, ce critère n'est guère pris en compte dans les opérations de tri à l'heure actuelle.

De nos jours, un pull-over en coton qui n'est plus portable est transformé en chiffons, bien que sa matière pourrait être utilisée dans des produits haut de gamme. C'est justement là que les chercheuses et les chercheurs souhaitent changer les mentalités. Ils ont donc proposé d'introduire six catégories de matériaux. Ainsi, par exemple, des produits avec une teneur élevée en coton seront triés séparément. En effet, plus le matériau est pur, plus il est facile de trouver des possibilités de réutilisation.

### Prototype de tapis

Dans l'entreprise de filature Huttwil AG, des matériaux sont filés et transformés en fils. Il s'est alors avéré que les meilleurs résultats étaient obtenus lorsque le matériau recyclé, issu de vêtements usagés, était combiné avec des déchets de laine de la filature. Il est alors possible de fabriquer un fil 100% recyclé et de transformer ce gros fil en tapis. Les premiers prototypes se veulent prometteurs.



De la laine renaissance au fil



Fil 100% recyclé



Prototype de tapis

### Des vêtements recyclés pour matériaux isolants

Les chercheurs en design du département Design et Art, et les chercheurs en matériaux du département Technique et Architecture, de la Haute École de Lucerne, sont à même de présenter les premiers prototypes. Ils ont utilisé les fibres courtes pour fabriquer du non-tissé, un assemblage lâche et non-tissé de fibres, et ont développé différentes possibilités d'utilisation à titre de matériaux isolants. Ces étoffes de non-tissé peuvent être utilisées avant tout dans le domaine de l'isolation acoustique de pièces intérieures ou de façades. Toutefois, une difficulté subsiste : les exigences techniques en matière de produits de construction en architecture doivent satisfaire à des obligations et à des normes strictes, ce qui n'est pas le cas du côté des vêtements ou des équipements textiles. Afin que le matériau puisse être utilisé en construction, il faut prouver que celui-ci ne contient aucune substance nocive et qu'il peut être certifié comme non-dangereux.



Matériaux non tissés



Dans le cadre d'un projet ultérieur, de nouvelles méthodes de traitement des vêtements usagés ont été découvertes, lesquelles permettent d'obtenir des fils tellement fins que la confection de nouveaux vêtements devient possible.

# Main dans la main vers la nouvelle stratégie

**Le processus stratégique avance à grands pas, les «Samaritains de l'avenir» se profilent de plus en plus clairement. À tous les niveaux de l'Alliance, des personnes s'impliquent et travaillent main dans la main.**

**TEXTE: Christoph Zehnder et Stefanie Oehler**

En juin prochain déjà, la stratégie sera soumise au vote des délégués réunis à Arbon. D'ici là, des représentants et des représentantes des associations cantonales de tout le pays travailleront encore intensément avec les membres du Comité central et de la direction pour définir les «Samaritains de l'avenir». Au mois de novembre 2019, un premier projet a été soumis aux associations cantonales. Dans le cadre d'une réunion consacrée exclusivement au sujet, les participants ont examiné sous la loupe l'axe stratégique présenté sous la forme de six champs d'action assortis d'objectifs concrets. Les critiques et commentaires exprimés par les représentants des associations cantonales lors de cette réunion constituent la base à partir de laquelle le projet de stratégie est en cours d'être amendé pour déboucher sur une seconde version.

Les présentations des groupes de travail «Nouveau financement» et «Formation» effectuées le 25 janvier 2020 ont fourni un aperçu supplémentaire du

processus en cours. En raison du temps très court pour l'établissement de la stratégie finale, la traditionnelle conférence d'automne a été reportée en ce début d'année afin de céder la place à l'atelier du mois de novembre. La prochaine étape du processus stratégique commun aura lieu le 23 mars 2020, lors de la conférence des présidents. Le projet retravaillé sera présenté et les participants à la conférence auront à nouveau la possibilité de faire part de leurs commentaires et observations. Ces derniers seront pris en compte pour la mouture finale qui sera soumise à l'Assemblée des délégués des associations cantonales le 20 juin 2020 à Arbon.

## Une stratégie pour tous

La stratégie «Samaritains de l'avenir» repose sur la mission et la vision qui ont été approuvées lors de la dernière Assemblée des délégués à Locarno (voir *nous*, *samaritains* 4/2019). L'axe stratégique comprend six champs d'actions.

1. Une des plus grandes organisations de volontaires d'utilité publique de Suisse
2. Développement d'une organisation agile, moderne et proposant des services de haut niveau sous l'égide de la marque *Samaritains suisses*
3. Développement des cours pour entreprises et des services médico-sanitaires
4. Renforcement de la collaboration avec les organisations partenaires
5. Assurer un financement solide et un secrétariat efficace
6. Développer des structures pérennes pour les *Samaritains suisses*

Les objectifs détaillés de chaque champ d'action visent une organisation d'ensemble forte et pérenne et doivent être mis en œuvre d'ici 2024. La désignation *Samaritains suisses* a été choisie afin de souligner que la stratégie concerne tous les niveaux de l'organisation. «Il s'agit d'une stratégie com-

## SESSIONS D'INFORMATION POUR DÉLÉGUÉS ET PERSONNES INTÉRESSÉES

Des précisions quant aux lieux et aux horaires seront données au cours du 1<sup>er</sup> trimestre 2020.

Région	Date
Suisse italophone	7.5.2020
Suisse francophone	13.5.2020
Suisse alémanique	16.5.2020
Suisse alémanique	26.5.2020

mune, pour tous les samaritains et toutes les samaritaines de Suisse. Nous sommes tous concernés», a souligné Ingrid Oehen, présidente centrale ainsi que du Comité de pilotage lors de la réunion du 23 novembre 2019.

### Regard extérieur

En tant que l'un des plus grands mouvements de volontaires, les samaritains bénéficient de beaucoup d'estime, non seulement auprès de la population, mais également auprès de leurs partenaires. Un échange avec ces derniers au sujet de la future orientation s'impose et permet de prendre connaissance de points de vue extérieurs. Ce n'est qu'ainsi que nous pouvons savoir comment nous sommes perçus. Récemment, Peter Lack, chef du projet et directeur de l'ASS, a mené de nombreux entretiens avec des représentants de la Croix-Rouge et du Service sanitaire coordonné, de la protection civile et d'autres groupes d'intérêts nationaux. Les suggestions venues de l'extérieur sont bienvenues et également prises en compte.

### Rencontrer les samaritains

Des samaritains et des samaritaines de plusieurs associations et régions se sont activement impliqués dans les travaux autour de la nouvelle stratégie. Les membres des groupes qui se consacrent aux divers sous-projets sont issus des quatre coins du pays et partagent les expériences provenant des divers champs d'activités couverts par les samaritains. En outre, ils rapportent des informations au sujet du processus dans leurs associations cantonales. Les délégués, ainsi que tous les samaritains intéressés, auront bientôt la possibilité de recevoir des informations de première main concernant la stratégie. À ces fins, en mai 2020, plusieurs sessions d'information sont prévues. Les membres du groupe de travail «Sous-projet stratégie» présenteront la stratégie «Samaritains de l'avenir» dans sa version finale et répondront aux questions du public.

## SONDAGE

Quelques participants à la journée du 23 novembre 2019 s'expriment.



«C'était très dense et le rythme de travail était rapide. Parfois, j'aurais apprécié avoir plus de temps pour les discussions. J'estime que la collaboration est excellente et passionnante. Beaucoup de choses sont encore en suspens, mais je crois que nous avons trouvé un consensus. Pour le moment, nous évoluons encore à haute altitude, car nous partons du point de vue de la stratégie. Cela deviendra vraiment intéressant lorsqu'il s'agira de la mise en œuvre.»

GEORGES SCHERRER, AC Glaris



«Aujourd'hui, il y a eu des discussions constructives. J'ai vraiment l'impression que nous allons de l'avant et dans la bonne direction. La collaboration avec les personnes présentes est un réel enrichissement. Je trouve un peu dommage que les conférences ne durent plus deux jours. Cela limite les occasions d'échanger librement et sans pression de temps.»

MONICA THÖNY, AC Grisons



«Mon impression est très positive. Beaucoup d'idées importantes ont été émises, nous savons mieux où nous sommes et ce qui doit encore être précisé. La direction est la bonne. Nous sommes sur la bonne

voie avec nos objectifs pour mettre en œuvre ce que veut la base. J'apprécie beaucoup la collaboration ouverte et sincère. Bien entendu, parfois on préférerait ne pas entendre certaines choses, mais ces voix critiques sont importantes pour aller de l'avant ensemble.»

ANDREA BÜHLMANN, AC Lucerne,  
membre du groupe travaillant au sous-projet  
«Stratégie pour l'organisation dans son ensemble»

# « Les impulsions sont venues de la base »

Où en sommes-nous avec la stratégie et qu'en pensent les associations cantonales et les personnes extérieures? Peter Lack, le chef de l'ensemble du projet, nous renseigne.

**INTERVIEW: Christoph Zehnder | cli**

**Au mois de novembre, les représentants des associations cantonales ont pris connaissance d'un premier projet de stratégie 2021-2024. Comment a-t-il été reçu?**

*Peter Lack:* Très positivement, il me semble. Les représentants des associations cantonales ont beaucoup débattu de ce premier projet. Les retours des divers groupes qui ont planché sur la soixantaine d'objectifs sont assez proches. Certaines formulations sont remises en question et quelques points sont controversés. Mais aucun objectif n'a été franchement rejeté.

**Dans quel domaine voyez-vous le plus grand défi sur la voie vers la nouvelle stratégie?**

Les champs d'action concernent tous les niveaux de notre organisation et chacun a des défis à relever. Prenons l'exemple du secrétariat. Comment est-il organisé, quels champs d'action couvre-t-il et travaille-t-il de façon efficace? Nous allons examiner si des coopérations nous permettent des gains de productivité et d'efficacité économique. La qualité des prestations doit cependant être garantie à tous les échelons. Nous en sommes tous responsables et devons être en mesure de le démontrer en tout temps, c'est une exigence de notre époque. Il faut par conséquent un système de gestion de la qualité intégré et exhaustif. En revanche, le développement de l'organisation est une tâche à plus long terme. À chaque échelon du mouvement, nous devons être plus facilement atteignables et nous montrer plus réactifs. Notre organisation doit aussi être intelligible pour des personnes extérieures. Afin d'y parvenir, il sera nécessaire de revoir sa structure interne dans son ensemble. Pour nos partenaires et nos clients, il est important que nous fournissions des prestations de haut niveau et de qualité stable.

**Au cours des derniers mois, vous avez mené de nombreux entretiens avec des partenaires et des groupes d'intérêt. Comment perçoivent-ils les samaritains?**

Il convient de souligner que nos partenaires ont pour l'essentiel une image positive des samaritains. La transmission de leurs connaissances et de leur savoir-faire en tant que non-professionnels est une force et une chance. L'assise locale et régionale et la proximité avec la population aussi sont considérées de façon positive. La structure de notre mouvement en revanche est un peu opaque pour



**Peter Lack:**

Le directeur de l'ASS est responsable de l'ensemble du projet stratégique visant le repositionnement de l'Alliance des samaritains.

nos partenaires. Ils ne comprennent pas toujours qui est leur interlocuteur : la section, l'association cantonale ou le secrétariat à Olten ? Par exemple, un partenaire avait de la peine à comprendre pourquoi des associations cantonales qui poursuivent des projets parfois très proches ne le savent pas, faute d'échanges. De nombreuses personnes interviewées souhaiteraient pouvoir s'adresser à une centrale. Elle permettrait de décharger les membres, de lancer des nouveautés, de coordonner des projets en cours, de garantir des prestations, de connecter les associations cantonales entre elles et de les représenter vers l'extérieur. Il y a aussi des interrogations relatives aux champs d'activités. Beaucoup d'interlocuteurs estiment que les samaritains devraient jouer un rôle actif, si ce n'est prendre le leadership dans le domaine des *First Responders*. Des partenaires importants tels que la Protection de la population ou le Service sanitaire coordonné voient toujours des tâches importantes pour les samaritains ; par exemple comme renforts de la protection civile ou auxiliaires des systèmes de santé publique en cas d'urgence sanitaire. Il a également été suggéré que nous devenions plus flexibles en termes d'offres de cours de premiers secours et que nous tenions mieux compte des désirs des clients.

●

## « La nouvelle stratégie est véritablement un travail commun ! »

●

### **Le travail en commun, impliquant tous les niveaux de l'organisation, est une caractéristique du processus stratégique. Comment le vivez-vous ?**

Très positivement ! Les membres des groupes qui travaillent sur les sous-projets sont pour l'essentiel des représentants d'associations cantonales et des samaritains actifs. Leur engagement est impressionnant et nous ne saurons jamais assez les remercier. Concernant le groupe que je conduis qui planche sur la stratégie, l'essentiel des impulsions et objectifs est vraiment venu de la base. J'en suis très heureux, il s'agit véritablement d'un travail commun !



Des représentantes et des représentants des associations cantonales ont vivement débattu de la stratégie au mois de novembre.

### **La nouvelle stratégie sera soumise aux délégués au mois de juin à Arbon. Quelles sont les étapes à parcourir d'ici là ?**

Le premier projet de stratégie a été repris par nos membres, le Comité central et les collaborateurs en fonction des retours reçus. Le second projet a été adressé à des parties tierces intéressées pour prise de position. Leur feed-back est également pris en compte et au mois de mars, lors de la conférence des présidents, la version 3.0 sera présentée aux associations cantonales. La mouture finale de la stratégie 2021-2024 sera établie après réception des commentaires donnés en mars 2020. C'est cette dernière qui sera proposée pour approbation à l'Assemblée des délégués à Arbon.

### **Une fois la stratégie approuvée, le travail commencera vraiment. Que peut-on dire aujourd'hui concernant la mise en œuvre ?**

La planification pour les prochains sous-projets « Développement de l'organisation » et « Réorganisation du secrétariat » a déjà commencé. Ils démarrent en été. Des représentants et des représentantes des associations cantonales seront à nouveau présents dans les groupes de travail. Chaque objectif stratégique sera assorti de mesures. L'ensemble des remarques et observations récoltées depuis le lancement du processus nous fournissent déjà de nombreuses indications sur ce dont il faudra tenir compte lors de la mise en œuvre de la nouvelle stratégie.

# YEUX SECS?

AVEC DE  
L'EUPHRAISE

**EN CAS D'YEUX SECS,  
IRRITÉS ET LARMOYANTS.**



**Ce sont des médicaments autorisés.  
Veuillez lire les notices d'emballage. Similasan AG**

**Similasan**

# L'opinion des jeunes compte

**La jeunesse veut avoir son mot à dire pouvait-on entendre lors de son congrès en 2018. La conférence des résultats en 2020 lui en a fourni l'occasion. Des samaritaines et des samaritains faisant partie de groupes de jeunes se sont exprimés au sujet du repositionnement de l'organisation dans son ensemble.**

**TEXTE et PHOTOS : Christoph Zehnder | cli**

De nombreux enfants et adolescents se familiarisent pour la première fois avec les premiers secours dans le cadre de groupes de jeunes samaritains. La jeunesse secouriste est également une mine d'idées nouvelles et stimulantes. Après le congrès organisé à l'occasion du jubilé des groupes Help et de Samas'Kids, un grand nombre de propositions et suggestions était sur la table. Les jeunes avaient notamment déclaré qu'ils voulaient avoir leur mot à dire. C'était en septembre 2018 et à l'époque déjà, il était clair que l'on n'en resterait pas là. Une seconde manifestation aurait dû avoir lieu en automne dernier. Mais le processus stratégique en cours actuellement a quelque peu bousculé les plannings et c'est pour cette raison que la conférence des résultats ne s'est finalement tenue qu'en janvier 2020.

La jeunesse occupe une place importante dans les réflexions autour de la nouvelle stratégie, elle est et demeure un élément-clé du mouvement samaritain. La trentaine de participants à la conférence des résultats a été mise au courant des dernières évolutions. Mieux encore, pour donner suite à leur

exigence de participation, les jeunes samaritains ont été invités à se faire leur propre idée du projet de stratégie et de l'exprimer. Rassemblés au théâtre municipal d'Olten, les représentants de la jeunesse de Suisse alémanique et de Suisse romande ont débattu avec passion des divers champs d'action stratégique. Ursula Forrer et Rolf Imhof du Comité central ont répondu aux nombreuses questions posées par les participants. «Le Comité central attache beaucoup d'importance à l'opinion des jeunes», ont souligné tous deux. Melanie Fussen du secrétariat à Olten a animé la conférence et introduit quelques éléments ludiques pour alléger l'atmosphère.

## Priorité à la qualité et la formation

Les retours des participants se rapprochent en de nombreux points de ceux des représentants des associations cantonales. Ces derniers s'étaient réunis au mois de novembre pour s'exprimer sur le projet de stratégie. Il est frappant de constater que les jeunes semblent accorder moins d'importance à la structure de l'organisation. En revanche, l'accent a été mis sur la qualité et la formation, ce qui ne surprend guère, car il est probable que de nombreux jeunes secouristes voudront encore profiter de l'une ou l'autre offre de formation au cours de leur carrière samaritaine. Sur le fond, ils ont approuvé la plupart des objectifs prévus dans le projet de stratégie. Le feed-back de cette conférence sera également pris en compte pour la suite des travaux autour de la stratégie.

Si lors de leur congrès en 2018 les jeunes ont réclamé le droit à la parole, ils ont amplement pu s'exprimer lors de la conférence des résultats de 2020. Et à cette occasion, les jeunes samaritains ont démontré une fois de plus qu'ils ne manquaient pas de motivation.



Un groupe de participants discute avec passion de la stratégie.

# Un samaritain à la tête des CFF

Avec Vincent Ducrot, c'est un samaritain qui va reprendre les rênes des Chemins de fer fédéraux (CFF). La section de Châtel-St-Denis est très fière de le compter parmi ses membres.

**TEXTE: Christoph Zehnder et Chantal Lienert**

Le Conseil d'administration des CFF a désigné Vincent Ducrot nouveau directeur général de la compagnie nationale des chemins de fer. Cheminot de souche, le Fribourgeois connaît parfaitement les transports publics suisses. Depuis 2011, il est à la tête des Transports publics fribourgeois. Précédemment, il avait été pendant longtemps responsable des Grandes lignes au sein des CFF et avait également participé à la solution de transport en relation avec Expo.02 en qualité de délégué de la compagnie nationale.

Depuis sa jeunesse, le nouveau patron des cheminots cultive une fibre sociale. Il a rejoint la section de samaritains de Châtel-St-Denis à l'âge de dix-huit ans et a effectué des services médico-sanitaires lors de manifestations. Dans sa commune d'Écharlens, au cœur de la Gruyère, il préside en outre la commission des finances à titre bénévole. Le nouveau directeur des CFF fait preuve d'un engagement exemplaire, typique du système de milice si prisé en Suisse.



Le nouveau directeur des CFF, Vincent Ducrot, est samaritain par conviction. (Photo: CFF)

## Ce qu'en pense sa section

Bien entendu, les samaritains châtelais sont fiers de compter Vincent Ducrot parmi les leurs, d'autant plus qu'en dépit de ses importantes responsabilités professionnelles, il leur a assuré sa présence cet hiver encore. Au bénéfice d'une formation de patrouilleur, il assume la fonction de chef de poste aux Vêrollys, sur le domaine skiable des Paccots (voir *nous, samaritains* 3/2016). Selon Francine Dévaud, présidente de la section, « tout le monde l'apprécie, car il est de contact facile, ouvert, avec toujours des anecdotes intéressantes à raconter. Lorsque ses enfants étaient plus petits, il ne manquait pas de les emmener avec lui lors des journées sur les pistes. En outre, quand il est chef de poste, pas de souci à se faire pour le repas de midi, il apporte toujours des saucisses et du saucisson fabriqués par le boucher de son village et se fait un plaisir de nous les préparer! »

Le 1<sup>er</sup> avril 2020, Vincent Ducrot reprendra la direction des CFF pour succéder à Andreas Meyer qui s'en va à fin mars. Nous lui adressons nos vives félicitations!

## CONSIDÉRER LA PERSONNE ET NE PAS S'ARRÊTER À SA MALADIE



tag der kranken  
journée des malades  
giornata del malato  
di dals malsauns

Le 1<sup>er</sup> mars 2020, des manifestations auront lieu dans toute la Suisse à l'occasion de la Journée des malades placée cette année sous le thème « Ne vous arrêtez pas à ma maladie ».

Cette année, les organisateurs de la Journée des malades aimeraient souligner que de nombreuses personnes, en dépit de leurs problèmes de santé, sont des piliers de notre société. Selon les chiffres du Rapport national sur la santé 2015, 2,2 millions de personnes, toutes classes d'âge confondues, souffrent d'une maladie chronique. Imaginer qu'elles ne peuvent plus prendre part à la vie professionnelle et sociale ne correspond pas vraiment à la réalité. Les résultats d'une analyse du Panel suisse de ménages le montrent. Ces données permettent aussi de conclure que la participation des malades chroniques aux activités sociales exerce une influence positive sur la qualité de vie et la perception de leur état de santé.

La Journée des malades n'existerait pas sans l'association du même nom qui, une fois par année depuis plus de 80 ans, sensibilise la population à un thème particulier ayant trait à la santé et à la maladie. L'objectif est de réunir les bien-portants et les malades et de lutter contre l'isolement des personnes en mauvaise santé. À la rubrique « Activités » du site web [journeesdesmalades.ch](http://journeesdesmalades.ch), les personnes intéressées trouveront des informations concernant les diverses manifestations prévues ce jour là. Il est également possible d'y indiquer ses propres activités.

**Plus d'informations:**

[www.journeesdesmalades.ch](http://www.journeesdesmalades.ch)

# Symposium des premiers secours 2020 à Lucerne

**Sanitaires d'entreprise, samaritains, ambulanciers et tout secouriste intéressé sont invités à profiter de cette plate-forme pour acquérir des connaissances, échanger avec des pairs et établir de nouveaux contacts tout en acquérant des points de formation continue.**

Brûlures, accidents avec l'électricité, lésions des yeux et lésions dorsales sont au programme du symposium des secouristes qui aura lieu le 7 novembre prochain au KKL de Lucerne. Quatre orateurs de renom présenteront les divers sujets pendant une heure. Ils opteront pour un langage et une méthode accessible au plus grand nombre, tout en permettant aux professionnels comme aux débutants de progresser. Après chaque exposé, suffisamment de temps est prévu pour poser des questions aux conférenciers. Les exposés feront l'objet d'une traduction simultanée de l'allemand vers le français, la manifestation s'adressant à tous les secouristes, professionnels ou non professionnels.

## L'ASS parmi les exposants

Plusieurs exposants, dont l'Alliance suisse des samaritains, proposeront des produits, des cours ou d'autres prestations en rapport avec les thèmes abordés. Les pauses seront suffisamment longues pour que les participants puissent prendre connais-

sance des stands installés dans le foyer, devant l'auditoire, échanger et nouer des contacts.

Le symposium des secouristes a qualité de formation continue pour plusieurs organisations. Les participants obtiendront deux points de formation continue de la SSST (Société suisse de sécurité au travail) et deux heures pour le certificat IAS. Les agréments culinaires ne seront pas en reste et les participants auront droit à quelques surprises.

Le symposium des premiers secours 2020 est organisé par l'Association suisse des sanitaires d'entreprise (ASSE) et [pharmaciedentreprise.ch](http://pharmaciedentreprise.ch). Les réservations sont ouvertes. Les places sont limitées et seront attribuées dans l'ordre d'arrivée des réservations.

## Plus d'informations :

[www.ersthelfersymposium.ch](http://www.ersthelfersymposium.ch)

## LE VIRUS GAGNE LES SAMARITAINS

Avec son « Tetris Challenge », la police cantonale de Zurich a déclenché une tendance internet virale de portée mondiale. Au mois de septembre dernier, les forces de l'ordre ont posté une vue aérienne sur les réseaux sociaux, révélant l'intégralité du contenu d'un véhicule de patrouille savamment ordonné au sol, y compris les policiers. Depuis, des sapeurs-pompiers, des ambulanciers, voire des militaires régatent à qui mieux mieux sur la grande Toile. Les lectrices et les lecteurs de *l'Illustré* aussi ont pu s'amuser de ces photos.

Beat Brunner de la section de samaritains de Maur a repris l'idée, fait l'inventaire de plusieurs cours donnés par les samaritains et posté les images sur Facebook. La photo sélectionnée montre les objets nécessaires pour le cours de sauveteur. Beat Brunner n'est pas seulement moniteur de cours, mais également gestionnaire du forum samaritain ([www.samariterforum.ch](http://www.samariterforum.ch)) ainsi que du groupe Facebook homonyme de langue allemande.



« Tetris Challenge » à la mode samaritaine, tous les accessoires pour le cours de sauveteur en un coup d'œil. (Photo : Beat Brunner)

# Vivre avec son temps

**Depuis 2012, il est possible d'opter pour une solution combinant moyen électronique et enseignement présentiel pour suivre le cours de sauveteur chez les samaritains. Son avantage: la liberté laissée aux participants dans la façon de gérer leur apprentissage.**

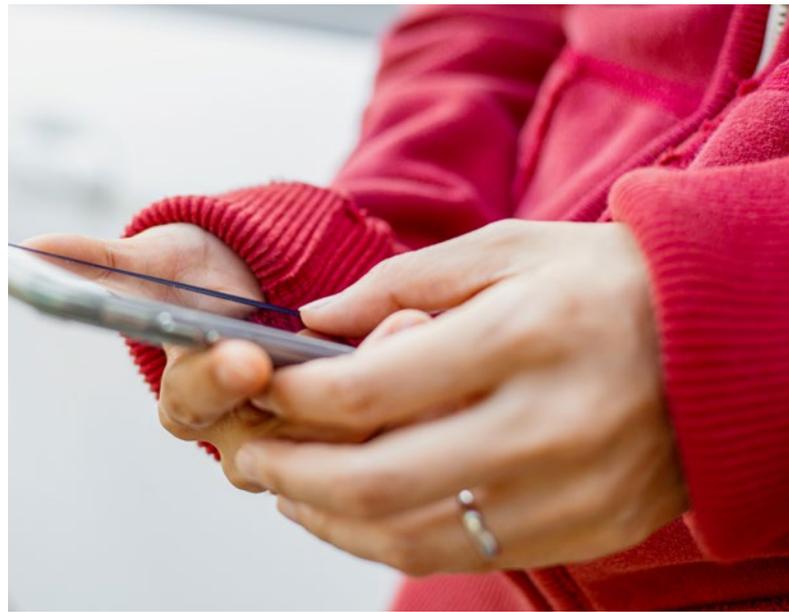
**TEXTE: Matthias Zobrist | cli**

Qu'il s'agisse de l'école obligatoire, de la formation continue ou de l'université, la numérisation a fait son entrée dans l'enseignement et influencé la façon d'apprendre au cours des dernières décennies. Prémices de cette évolution, les présentations PowerPoint en guise de tableaux noirs et les supports numérisés au lieu de photocopiés sont parfaitement entrés dans les mœurs. Aujourd'hui, ce sont plutôt les web-séminaires, la classe virtuelle ou l'apprentissage mixte qui incarnent la transformation des méthodes d'enseignement.

De manière générale, il est de moins en moins simple de déterminer clairement où l'on acquiert des connaissances. On peut par exemple visionner un exposé sur le téléphone, échanger avec les participants d'un groupe WhatsApp à ce sujet et compléter un formulaire en ligne chez soi, sur son ordinateur, en guise de contrôle des acquis. De telles méthodes didactiques correspondent aux besoins de notre société individualisée.

## Très bien noté

En regard de cette évolution, les samaritains ont créé une offre qui correspond à l'air du temps avec le cours de sauveteur en apprentissage mixte. Elle a d'ailleurs été continuellement optimisée depuis son lancement. La seule astreinte pour les participants est de suivre une partie présentielle de sept heures. Chacune et chacun acquiert la théorie à son rythme, essentiellement avec l'appli de premiers secours de la CRS et le jeu de premiers secours de l'ASS. Un premier sondage réalisé auprès de participants en 2018 a fourni une image très positive. Globalement, le cours a reçu la note de 5,5 sur 6. La raison la plus fréquemment invoquée pour faire pencher la balance en faveur de l'apprentissage mixte dans le cadre du cours de sauveteur est le raccourcissement des heures de présence et



Le smartphone occupe de plus en plus de place dans nos vies, également pour apprendre. (Photo: Shutterstock)

la possibilité de choisir soi-même sa méthode d'apprentissage. Plus de la moitié des personnes interrogées ont aussi indiqué avoir consulté les applications alors qu'elles étaient en déplacement.

Les retours ont également mis en évidence de possibles améliorations, surtout en ce qui concerne le jeu de premiers secours. L'ASS a tenu compte de ces observations et a complètement retravaillé le logiciel au cours des derniers mois. Le graphisme a été entièrement repris et se présente de façon plus moderne. La version rebaptisée «Parcours de premiers secours» sera publiée au premier trimestre de cette année. On espère qu'elle permettra une hausse du taux de participants qui suivent le cours de sauveteur en apprentissage mixte au cours des années à venir. En principe, le potentiel est là. En outre, seuls trois autres prestataires proposent cette forme moderne du cours de sauveteur en Suisse à côté des samaritains.

# Rencontre des anciens

La journée des anciens a été l'occasion pour de nombreuses samaritaines et de nombreux samaritains de se retrouver et de se tenir au courant des derniers développements au sein de l'ASS.

TEXTE et PHOTOS : Matthias Zobrist | cli

Une cinquantaine d'anciens présidents cantonaux, membres d'honneur et collaborateurs retraités du secrétariat central se sont rendus le 12 décembre 2019 à Olten, répondant à l'invitation pour la journée des anciens. La convivialité et le plaisir de se revoir étaient au cœur de la manifestation abritée au théâtre municipal. Au cours du café du matin ainsi que pendant l'apéritif et le repas, les anciens ont eu amplement l'occasion d'échanger et de refaire le monde.

Mais les invités purent aussi prendre connaissance des affaires actuelles et des nouveaux développements à l'ASS. D'entrée de jeu, Ingrid Oehen, la présidente centrale, a exposé le travail accompli en 2019 à tous les échelons de l'organisation pour développer la nouvelle stratégie. Par la suite, Peter Lack, directeur de l'ASS et chef du projet «stratégie», a apporté des précisions en présentant la première ébauche comportant six champs d'action et a esquissé les étapes à venir.

Norbert Meier, responsable du service Business de l'ASS, a également communiqué de bonnes nouvelles. Il a présenté les résultats très prometteurs du service de vente en ligne *secouriste.shop* que l'ASS gère depuis début 2019 à l'intention des assurés de la Suva. Entre les exposés, le duo *Harpkissax* a séduit l'auditoire en lui permettant de découvrir ce dont le rapprochement d'une harpe avec un saxophone était capable. Ces intermèdes musicaux s'intégraient parfaitement dans cette manifestation à la fois festive et conviviale. Rendez-vous est d'ores et déjà donné le 4 décembre 2020. La manifestation se déroulera sous une autre forme, souhaitons qu'elle attirera à nouveau de nombreux visiteurs.



Accueil, les conversations vont bon train.



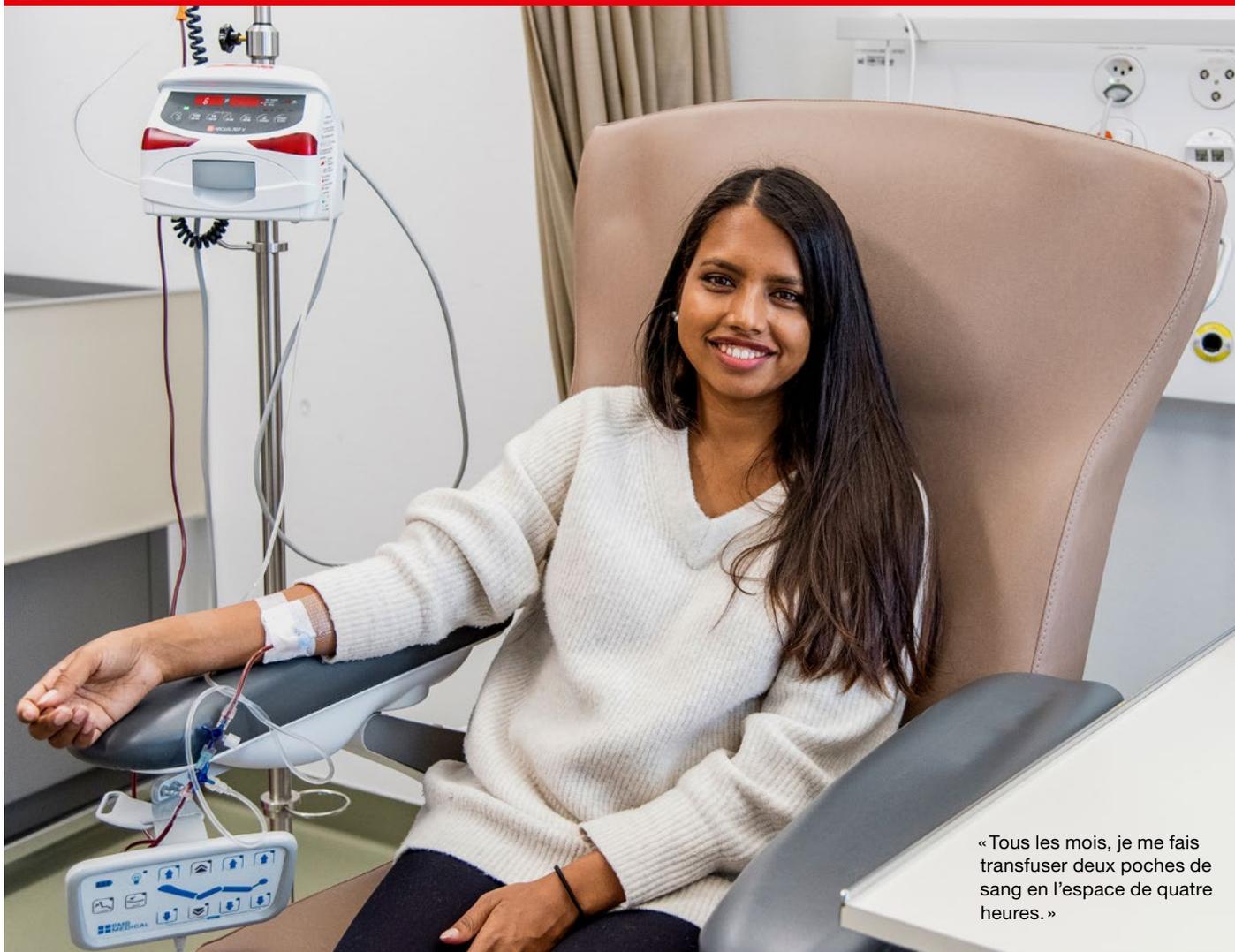
Le public a prêté une oreille attentive aux orateurs.



Le temps de l'Avent était perceptible lors de la journée des anciens.



Intermède musical : le duo Harpkissax.



« Tous les mois, je me fais transfuser deux poches de sang en l'espace de quatre heures. »

## « GRÂCE AU SANG DE DONNEUSES ET DE DONNEURS, JE MÈNE UNE VIE NORMALE »

**Les samaritaines et les samaritains collaborent aux actions mobiles de collecte de sang et aident ainsi à garantir que tous les groupes sanguins sont disponibles à tout moment. La jeune A. H., âgée de 23 ans, mesure tous les mois l'importance de cette prestation. En raison d'une maladie héréditaire, elle doit régulièrement «faire le plein» de sang à l'hôpital.**

**TEXTE: A. H./PHOTOS: Transfusion CRS Suisse**

« Il y a 23 ans, je suis venue au monde en Inde avec une maladie sanguine héréditaire, la thalassémie majeure. Comme je n'ai pas reçu les traitements appropriés pendant mes premières années de vie, on me donnait tout au plus cinq ans à vivre. À l'âge de trois ans, pour mon plus grand bonheur, j'ai été adoptée par un couple suisse très aimant et j'ai pu bénéficier d'une médecine de pointe dans ma nouvelle patrie.

## Anémie sévère

La thalassémie majeure est une maladie héréditaire complexe, dont je ne saisis pas tous les détails. Il est arrivé qu'on me demande si cette maladie était contagieuse. Non, elle ne l'est pas. Il s'agit d'une maladie congénitale qui ne peut pas s'acquiescer au cours de la vie. Une tare génétique empêche mon organisme de produire suffisamment de globules rouges opérationnels, les érythrocytes, ce qui provoque une anémie sévère. La seule thérapie possible pour moi consiste en des transfusions sanguines régulières. Or, cela conduit à un excès de fer et le fer en excès s'accumule dans les organes, d'où d'éventuelles complications à long terme. C'est pourquoi je dois prendre quotidiennement des médicaments pour éliminer l'excès de fer. Sans ce traitement, je souffrirais de lésions graves au cœur et au foie essentiellement.

## Quatre heures à l'hôpital

Je dois donc me rendre tous les mois à l'hôpital, où je reçois des transfusions sanguines et un médicament additionnel. On m'administre généralement deux poches de sang de mon groupe sanguin B positif ou parfois du groupe universel 0 négatif. En temps normal, je n'observe aucune différence dans mon état avant et après la transfusion mais, de temps en temps, je ressens quand même brièvement une grande fatigue. La transfusion dure environ quatre heures, que je passe à dormir, à lire ou à regarder un film. Aujourd'hui, je me suis habituée à ce rituel et, sauf miracle de la médecine, je continuerai de m'y plier jusqu'à la fin de ma vie.

Pendant mon enfance et à l'adolescence, cela m'énervait parfois de devoir aller à l'hôpital plutôt que de sortir avec mes amies. Et aujourd'hui encore, il m'arrive de me plaindre. Mais, depuis quelques années, je jette un autre regard sur la situation et je fais la part des choses. Beaucoup de malades en Inde n'ont pas accès à ces soins. Mes parents m'ont littéralement sauvé la vie en m'adoptant! De plus, j'ai compris que le sang qu'on me transfuse est donné volontairement par des inconnus solidaires. Grâce à eux, je peux mener une vie normale. Je leur en suis extrêmement reconnaissante!

## Une épicurienne

Je n'ai quasiment plus besoin de me restreindre au quotidien. Je travaille comme tout le monde. En hiver, je pratique le snowboard. J'adore découvrir de nouveaux pays, cuisiner et profiter de la vie. Certains aliments riches en fer comme les graines de chia, la chasse ou les produits ovomaltine me

sont certes interdits. Et il est évident qu'avec une anémie légère je ne serai jamais sportive d'élite, mais, bon, il y a pire dans la vie;-).

Il me tient à cœur d'exprimer ma profonde gratitude à tous les donneurs et donneuses de sang. Sans eux, je ne pourrais pas vivre.»

## PARTENAIRE CARITATIF DU GRAND PRIX DE BERNE



Transfusion CRS Suisse est désormais partenaire caritatif du Grand Prix de Berne. Prévoyez-vous de participer à la course cette année? Alors allez course à pied et bonne action! Le 9 mai 2020, collectez pour chaque mètre parcouru des fonds destinés à l'extension du Registre suisse des donneuses et donneurs de cellules souches du sang.



1. Sélectionnez un événement



2. Inspirez vos amis



3. Collectez des dons

Comment faire? Prenez-vous quelques minutes pour mettre sur pied un projet personnel et partagez le lien avec vos amis et connaissances. Motivez-les à soutenir votre course. Vous trouverez toutes les informations à ce sujet sur [www.inspire-now.ch](http://www.inspire-now.ch) et pour la course sur [www.gpbern.ch](http://www.gpbern.ch).

# RÉANIMATION EN SITUATION RÉELLE

Après une journée de formation à Nottwil, trois samaritains sont intervenus inopinément en situation réelle. En collaboration avec des ambulanciers et un médecin urgentiste, ils ont réanimé un touriste pendant près d'une heure.

**TEXTE: Matthias Zobrist | cli**

La première journée du cours passerelle pour les moniteurs de cours qui souhaitent accéder à la fonction de moniteur samaritain était terminée. Matin et après-midi, ils avaient étudié la didactique, la critique constructive ou l'évaluation des séquences d'exercice. Les jeunes gens profitaient de la douceur de cette soirée de septembre pour se détendre devant un pavillon du centre de séminaires situé au bord du lac de Sempach. Non loin se trouvait un groupe de touristes. Il y avait de la dispute dans l'air, on entendait des éclats de voix. Les samaritains n'y prêtèrent guère attention. Mais soudain, l'agitation se fit plus vive et une ambulance fit son entrée, gyrophare allumé et sirène enclenchée. Un ambulancier s'approcha des touristes, en dégagea un homme inconscient et commença immédiatement la réanimation. Le sang des samaritains ne fit qu'un tour, ils devaient prêter main-forte. André Reinle, Sascha Witzig et Andrea Schüpbach s'approchèrent du patient.

## Volte-face inattendue

Après s'être brièvement concerté avec l'ambulancier, le trio prit le relais pour le massage cardiaque.

Pendant ce temps, le professionnel s'occupait de l'assistance respiratoire et sa collègue surveillait la perfusion jusqu'à l'arrivée du médecin urgentiste. Les trois samaritains se relayaient après six cycles de massage. Hélas, la situation semblait désespérée. Même après une réanimation prolongée, ni pouls, ni respiration n'étaient perceptibles. Après environ 45 minutes, le médecin décida d'arrêter. Le patient fut déclaré mort et la police fut mise au courant. Mais surprise, «une ambulancière et moi-même étions encore accroupis auprès du patient», se souvient Sascha Witzig, «et soudain, nous avons perçu le pouls!» Immédiatement, les deux en firent part aux autres secouristes. Le patient fut intubé sans délai et étonnamment, les paramètres vitaux se stabilisèrent. Il put être conduit à l'hôpital.

## La force de l'expérience

«Pendant tout le temps, je ne me suis posé aucune question, j'étais sur pilote automatique», explique André Reinle. Il ne s'agissait pas de sa première réanimation; en tant que patrouilleur des neiges, il en a déjà vu d'autres. Après une vingtaine d'interventions comme premier répondant dans le can-



Andrea Schüpbach



André Reinle



Sascha Witzig



Le théâtre de l'incident. (Photo : Sacha Witzig)

ton de Zurich, Sascha Witzig aussi est un habitué de la RCP. En revanche, pour Andrea Schüpbach, c'était la première réanimation : « En y pensant maintenant, je trouve que cela a été une bonne expérience. Mais cette nuit-là, j'ai très mal dormi, sans doute à cause de l'adrénaline. » Bien qu'elle n'ait jamais été confrontée à une réanimation auparavant, l'urgence lui est familière puisqu'elle travaille comme infirmière diplômée ES.

Pour les collaborateurs de l'hôtel en revanche, la situation sortait nettement de l'ordinaire. Ils étaient d'autant plus reconnaissants de l'intervention des samaritains. En guise de remerciements, ils leur offrirent de quoi se restaurer à une heure tardive aux frais de la maison. Ce fut également une bonne occasion pour débriefer ce qui s'était passé.

Les samaritains ne savent pas ce qu'il est advenu du patient. « Jusqu'à aujourd'hui, cela m'intrigue. Finalement, cette réanimation n'était pas normale », estime Sascha Witzig. Après un massage d'une telle durée, une issue positive semble incertaine. Mais quoi qu'il en soit, sans les trois secouristes non professionnels, la personne aurait eu encore moins de chances de survie. Sascha Witzig, André Reinle et Andrea Schüpbach étaient tout simplement au bon moment au bon endroit.

## FORMATIONS POUR SAMARITAINS ACTIFS

Les membres actifs de sections de samaritains ou d'un groupe de jeunes samaritains disposent de nombreuses possibilités de formation s'ils souhaitent partager et transmettre leurs connaissances en premiers secours. Par exemple, les monitrices et moniteurs de cours ASS peuvent donner des cours publics et les formatrices et formateurs des groupes de jeunes peuvent conduire les exercices techniques des Samas'Kids et autres secouristes en herbe. Mais il existe aussi des cursus plus courts pour les samaritains qui souhaitent se perfectionner. Par exemple, ils peuvent s'initier au maquillage ou aux techniques de visualisation. D'autres voies sont les cours pour nouveaux membres de comités, une formation continue en homéopathie (en collaboration avec Similasan) ou dans le domaine de la sécurité routière (en collaboration avec le TCS). Les informations actualisées concernant les diverses offres sont disponibles sur la plate-forme *myLearning*. En cas de questions, les collaborateurs du service des premiers secours au secrétariat de l'ASS sont à votre disposition : [bildung@samariter.ch](mailto:bildung@samariter.ch)

### DÉCOUVRIR LE GRUYÈRE AOP ET TOUS SES SECRETS !

Exposition interactive : **"Le Gruyère AOP, voyage au coeur des sens"**  
Fabrication du fromage : entre 9h00 et 11h00 et entre 12h30 et 14h30  
**Ouvert tous les jours**  
de 9h00 à 18h30 (18h00 d'octobre à mai)  
Le Restaurant - Le Marché Gruérien

**LA MAISON DU GRUYÈRE**  
CH-1663 Pringy-Gruyères  
Tél. ++41 (0)26/921 84 00  
[www.lamaisondugruyere.ch](http://www.lamaisondugruyere.ch)

FROMAGERIE DE DÉMONSTRATION

**Notre Fromage Suisse.**  
[www.fromagesuisse.ch](http://www.fromagesuisse.ch)



Cours de moniteurs samaritains, novembre 2019: à gauche: Fiona, Lancelot, Florent; au milieu: Thierry et Raymonde (formateurs OC); à droite: Vincent, Catherine, Aline, Julie.

# PREMIERS NOUVEAUX MONITEURS ROMANDS

Ils sont sept et ils ont terminé avec succès, le 24 novembre 2019, à Nottwil, leur formation de moniteur samaritain ASS.

**TEXTE: Raymonde Ozainne, Sébastien Knecht et Thierry Pache, formateurs OC**

Ce sont les premiers Romands à avoir suivi le nouveau cursus moniteur samaritain ASS, d'une durée de sept jours répartis en trois cours présentiels et entrecoupés de deux stages.

Ces nouveaux cadres ASS ont abordé de nombreux thèmes parmi lesquels: la rhétorique, l'élaboration de cas concrets, les techniques de feedback, l'application du modèle de comportement DISC, la formulation d'objectifs, le plan de déroulement, la dynamique de groupe et la conduite, la création d'un concept de formation annuel, la structure de l'enseignement.

L'ensemble des contenus souvent abordés grâce à des méthodes ludiques, ainsi que l'important travail personnel vont leur permettre d'être garants de la formation continue des membres de leurs sections.

Avec nos chaleureuses félicitations à toute l'équipe et plein succès dans cette nouvelle fonction:

- Catherine Raemy et Vincent Brügger (Association cantonale fribourgeoise)
- Fiona Burton, Aline Widmer et Lancelot Errico (Association cantonale genevoise)
- Florent Varone (Association cantonale valaisanne)
- Julie Antoine (Association cantonale vaudoise)

# MOT CACHÉ

Femme difficile à vivre	Peuple d'Arizona	Fin de verbe	On y suspend les vêtements	Imprégnés de couleur	→	Défenseur au football	→	Article allemand féminin	Fin de série	Les os du poisson	Pronom personnel réfléchi	Parole qui blesse	→	Certificat d'études secondaires	→	De la couleur de l'or	Balle de service au tennis		
↙	↘	↘	↻ 5			Dictateur ougandais (3 mots)	→	↘	↘	↘	↘					↘	↘		
↙				Conseiller fédéral † (NE)		Elle s'est fait brasser	→					Belgrade en est la capitale		Objet sans valeur			↻ 7		
Politicien italien † (Aldo)		Ligne de gens ou d'objets	→				↻ 6		Causera de la stupeur		Couture pratiquée en chirurgie	→				↻ 3			
Crise neurologique						Grand monument funéraire	→	Liquide anesthésique	↘	↻ 8				Fin de verbe			Prénom de Sharif		
↙		Ébréché à une extrémité	→		Sommet tessinois (2m.)	→								Du vrai faux		Pour fixer un aviron	↘		
Fin de mots	Divinité marine de la Grèce	Mixa	→	↻ 11			Cosinus abrégé	→			On y va pour manger (fam.)		Virage à ski	↘					
Ivan le Terrible					En haut, en anglais	→		Assistance publique		Rive vaudoise du Léman	→			↻ 9					
↙		Partie de la Bible	→		Accepté	→	Garnie de poignées	→			↻ 2		Près de, dans les noms de lieux		Strontium	→			
Krypton	Aide de l'État français			Plat malien	→		Fin de participe Osmium	↻ 1		Masculin de elle	→	Absolument dévoué	→				Mille cinq romains		
Répétition très rapide d'un son							Ne cache pas sa joie	→				Article espagnol	→		Ante meridiem	→			
Montra du cran	↻ 4			Pédagogue et éducateur †	→										Rayons bron-zants		↻ 10		
Envie de vomir									1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

# SUDOKU

## MOYEN

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

## DIFFICILE

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

# DÉFIBRILLATEURS DE DERNIÈRE GÉNÉRATION

En une fraction de seconde, quelqu'un s'effondre, victime d'un arrêt cardiaque et le compte à rebours commence. Les professionnels sont en route mais de précieuses secondes s'écoulent. Une réanimation entreprise immédiatement avec l'aide d'un défibrillateur automatique externe offre les meilleures chances de survie à la victime.



Les dernières recommandations des experts mondiaux sont claires : une défibrillation efficace doit être accompagnée d'un massage cardiaque de qualité. Car si l'analyse du défibrillateur interdit d'administrer un choc, seul le massage permet de récupérer un rythme choquable. Il apporte au cœur en difficulté le sang oxygéné nécessaire à la normalisation des pulsations. Non seulement le défibrillateur ZOLL AED 3 délivre un choc, peut-être salvateur, en cas de besoin, il guide aussi les secouristes tout au long de la réanimation. La fonction *Real CPR Help* leur indique s'ils effectuent les compressions à la bonne fréquence et avec l'amplitude nécessaire. Pendant toute la durée du massage, ils reçoivent des messages sonores et visuels qui leur donnent un feedback quant à la qualité de leur intervention.

## Les avantages du nouveau modèle AED 3

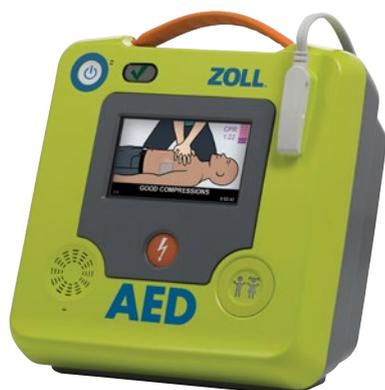
- RapidShock permet une prise de décision « choc/pas de choc » ultrarapide. Selon les directives de l'*American Heart Association*, les interruptions ne doivent pas excéder 5 secondes. Avec RapidShock, elles durent moins de 3 secondes.

- La régularité du métronome aide à respecter la fréquence minimale de 100 compressions, conforme aux directives actuelles.
- Basculement rapide du mode adulte au mode enfant en actionnant une touche et grâce aux électrodes universelles.
- Les résultats des autotests automatiques sont transmis directement via réseau local sans fil (WLAN) à la plateforme en ligne PlusTrac de ZOLL. La synchronisation des données (durée de vie de la batterie et des électrodes) se fait dans le cloud.
- Visibilité maximale (à la verticale ou à plat).
- Le compte à rebours affiché à l'écran indique le temps restant pour le cycle de réanimation en cours.
- L'affichage du temps écoulé et du nombre de chocs administrés fournit des informations utiles pour les secours professionnels.
- La housse avec le kit de premiers secours contient une paire de gants sans latex, un masque de protection, un rasoir, de l'essuie-tout et une lingette.
- Des graphiques en couleur et des annonces textuelles accompagnent toutes les consignes vocales, précisant ainsi chaque nouvelle étape.

Les samaritains peuvent profiter d'une promotion unique jusqu'à fin avril. En échangeant un ancien défibrillateur contre un modèle ZOLL AED 3, ils recevront une prime de CHF 300.-. Pour plus de précisions, consulter l'annonce ci-contre.

BONUS DE CHF 300.- EN CAS D'ÉCHANGE D'ICI LE 30.4.2020

# Échanger un ancien modèle contre un défibrillateur ZOLL AED3



## Défibrillateur ZOLL AED 3

- RapidShock™ permet de prendre une décision « choc/pas de choc » ultrarapide.
- Grâce à RapidShock, les interruptions du massage cardiaque durent moins de 3 secondes.
- La régularité du métronome vous aide à respecter la fréquence minimale de 100 compressions.
- Basculement rapide du mode adulte au mode enfant en actionnant une touche.

Article n° 3870

## Défibrillateur ZOLL AED 3 BLS

- Dashboard RCP avec ECG, fréquence et amplitude des compressions, compteur de chocs et indication du temps écoulé.
- Dashboard RCP enfants, avec vitesse et amplitude.
- Affichage de texte et consignes vocales.
- Housse de transport étudiée, avec fenêtre de contrôle et sangle.

Article n° 3875



Grâce à cette promotion unique, les sections de samaritains peuvent acquérir un défibrillateur de dernière génération et recevoir une prime de CHF 300.- en échange d'un ancien appareil. Elle s'applique à tous les anciens modèles, quel que soit le constructeur. La seule condition est que l'ancien appareil soit retourné au Service des ventes. Le rabais standard de 10 % pour samaritains demeure valable et s'ajoute au bonus.

En outre, à l'achat d'un nouveau défibrillateur, un rabais de 50 % est accordé sur l'armoire murale universelle Arky, y compris alarme (article n° 3101), ce qui correspond à une économie supplémentaire de CHF 135.-.

N'hésitez pas à demander une offre.

Pour des informations plus détaillées sur les produits, les accessoires et les prix, adressez-vous au Service des ventes de l'ASS, tél. 062 286 02 86, courriel [shop@samariter.ch](mailto:shop@samariter.ch) ou via [shop.samariter.ch](http://shop.samariter.ch).

Prix TVA incluse, participation aux frais d'envoi CHF 9.- pour les commandes inférieures à CHF 200.-.

# La dame à la lampe et l'ASS

**Florence Nightingale est considérée comme l'inventrice des soins infirmiers modernes. L'Alliance des samaritains était si impressionnée par son action qu'elle la nomma membre d'honneur il y a 125 ans.**

**TEXTE: Christoph Zehnder | cli**

L'Organisation mondiale de la Santé (OMS) a dédié l'année 2020 aux soins infirmiers. Elle veut attirer l'attention sur l'importance du travail fourni par le personnel de soins dans le monde entier. Le choix de 2020 n'est pas dû au hasard, on y célèbre les deux cents ans de la naissance de Florence Nightingale. Après son engagement pendant la guerre de Crimée, où elle acquit une grande notoriété en tant que « dame à la lampe », l'Anglaise posa les bases des soins infirmiers modernes au XIX<sup>e</sup> siècle.

Florence Nightingale était convaincue qu'en plus des connaissances médicales, des connaissances en matière de soins étaient nécessaires. Par le passé, les personnes qui soignaient les malades – pour autant qu'il y en eut – étaient souvent issues des cercles paroissiaux, il n'existait pas de formation à proprement parler. Les hôpitaux étaient des institutions pour les nécessiteux. Grâce à Florence Nightingale, cela changea. Dans le cadre de son école de soins aux malades, les infirmières appre-



Florence Nightingale vers 1860.

## LA LÉGENDE DE LA DAME À LA LAMPE

Pendant la guerre de Crimée (1853-1856), une équipe de soignantes s'occupa des soldats britanniques blessés et malades sous la conduite de Florence Nightingale. Les conditions qui régnaient dans le lazaret étaient lamentables et Nightingale imposa une série d'amélioration. L'image de la dame attentive qui parcourait les couloirs la nuit pour voir comment allaient les patients s'est imposée dans les mémoires.

naient par exemple l'importance de l'hygiène. Sa méthode était à la fois un système d'organisation et de formation. Son succès était tellement évident qu'elle se répandit rapidement dans le monde entier et son héritage est toujours vivant.

## Inspiration pour Henry Dunant et l'ASS

De son vivant déjà, Florence Nightingale était une personnalité connue qui fut source d'inspiration

pour ses contemporains, chez elle comme à l'étranger. Il en fut ainsi pour Henry Dunant à Genève. Dans un exposé, le fondateur de la Croix-Rouge admit plus tard: «[...] je me suis passionné pour l'œuvre de la Croix-Rouge grâce à Florence Nightingale [...] et ses services inestimables.» Son engagement jamais démenti en faveur des blessés de guerre, mais également ses efforts pour un système de santé humanitaire dans son pays ont impressionné le Suisse.

Le mouvement samaritain de Suisse, encore jeune à l'époque, s'est reconnu dans la disponibilité universelle de Florence Nightingale en faveur des malades et des blessés. Lors de l'Assemblée des délégués de 1895 à Berthoud, l'Anglaise fut nommée membre d'honneur de l'Alliance suisse des samaritains à une très large majorité, et, détail piquant, en même temps qu'Henry Dunant.

### Remise semée d'embûches

Un certain docteur Jordi s'était proposé de lui remettre le diplôme lors d'un de ses prochains séjours en Angleterre. Le texte avait été rédigé en anglais. «Le Comité central a eu l'amabilité d'accélérer la production du diplôme et de me l'envoyer à Londres», relatait l'émissaire dans les colonnes de la «Croix-Rouge», l'organe de la CRS et de l'ASS à l'époque. Plus tôt, la vie et l'œuvre de l'infirmière avaient abondamment été décrites dans la même publication.



Henry Dunant fut inspiré par la Britannique. (Photos: Idd)

s'enflamme le docteur qui faillit manquer son train de retour. Pour conclure son récit, il s'épanche sur les deux nouveaux membres d'honneur Nightingale et Dunant: «En acceptant de devenir membres d'honneur, ces deux éminentes personnalités du XIX<sup>e</sup> siècle rendent un bel hommage à l'Alliance suisse des samaritains.»

### Travail visionnaire

L'œuvre de Florence Nightingale a des répercussions encore aujourd'hui. Sans elle, difficile d'imaginer les soins infirmiers comme nous les connaissons. Elle fit également preuve d'esprit pionnier dans le domaine des statistiques. Les informations qu'elle récolta permirent d'améliorer les conditions dans les hôpitaux, aujourd'hui, on parlerait de «Big Data». Ses enseignements et son engagement ont montré la voie.

Depuis 1912, le Comité international de la Croix-Rouge remet la médaille Florence Nightingale à des soignants qui se sont montrés particulièrement exemplaires. Le jour de sa naissance, le 12 mai, est le jour international des soins. Elle s'éteignit en 1910 à Londres, quelques mois avant son admirateur Henry Dunant.

## « Elle marqua beaucoup d'intérêt pour le secourisme en Suisse. »

La remise du diplôme de membre d'honneur s'avéra cependant plus compliquée que prévu. Florence Nightingale avait déjà 75 ans, ne jouissait plus d'une bonne santé et vivait plutôt recluse. Le docteur Jordi finit par avoir un rendez-vous grâce à des relations. «J'ai donc été convoqué le dernier jour, pendant les dernières deux heures de mon séjour, et fus reçu avec beaucoup d'amabilité. Elle remercia l'Alliance suisse des samaritains de l'honneur qui lui était fait et marqua beaucoup d'intérêt pour le secourisme en Suisse.»

L'envoyé de l'ASS et la Lady britannique s'entretenaient au sujet de la santé publique et les associations féminines en Angleterre et en Inde. «Elle avait des yeux pétillants et sa voix était envoûtante»,

# ACCIDENTS SUR LES PISTES

Chaque année en moyenne, plus de 80 000 amateurs de sports d'hiver se blessent et dans 1 à 2 % des cas, l'hélicoptère de la Rega est appelé à la rescousse. Dans ce qui suit, vous apprendrez qui appeler si vous êtes témoin d'un accident sur les pistes et comment vous rendre utile.



## TEXTE et PHOTO: Rega

La Rega est appelée entre 1300 et 1700 fois par an pour porter secours à des amateurs de sports d'hiver. Si les conditions météo et d'enneigement sont bonnes, de nombreux skieurs et snowboarders suivent l'appel de la montagne, ce qui a pour conséquence une hausse des accidents. Mais détecte-t-on une tendance haussière en termes de secours par hélicoptères au fil des ans? Les statistiques de la Rega montrent que les interventions en faveur d'amateurs de sports d'hiver n'ont pas augmenté. Au cours des quinze dernières années, il apparaît même que leur nombre accuse un léger recul.

L'hélicoptère de la Rega est engagé si une personne doit être transportée rapidement et dans de bonnes conditions vers un hôpital – par exemple en cas de lésions dorsales ou crâniennes. Dans la mesure du possible, des patients présentant des fractures osseuses importantes ou des blessures des articulations qui engendrent de fortes douleurs sont transportés par hélicoptère. Ce n'est d'ailleurs pas pour des raisons de confort du patient mais afin d'éviter des complications et des séquelles grâce à un transport aussi rapide que possible.

### Patrouilleur ou Rega, l'essentiel est d'alerter des professionnels

Descente en luge jusque dans la vallée ou vol direct vers l'hôpital? En règle générale, cette décision incombe aux patrouilleurs du domaine skiable. Ces professionnels sont formés pour gérer les urgences médicales, ils connaissent les lieux et ont appris à travailler avec les équipages de la garde aérienne, par conséquent, ils connaissent les possibilités et les limites de l'hélicoptère de sauvetage.

Même si en principe tout le monde peut alerter la Rega 24 heures sur 24, il est conseillé dans la

grande majorité des cas d'appeler d'abord le service des pistes en cas d'accident de ski ou de snowboard. Appeler directement la Rega via le 1414 est préférable si cela doit aller très vite, par exemple en cas d'avalanche ou d'accident et de maladie avec un risque aigu pour la vie du patient (suspicion d'infarctus du myocarde ou AVC) – alors chaque minute compte. Avant d'alerter les services d'urgence, il convient d'évaluer la situation. Mais soyez sans crainte, vous ne risquez pas d'erreur. Qu'il s'agisse du service des pistes ou de la Rega, l'important est d'appeler des professionnels qui sauront trancher quels moyens il convient de dépêcher sur place.

Nous vous souhaitons une saison d'hiver sans accidents, avec beaucoup de soleil et une très belle neige.

### Comment vous rendre utile

- 1. Sécuriser le lieu de l'accident :** À une distance suffisante du lieu de l'accident, planter les skis dans la neige en formant une croix, une personne reste à proximité pour informer.
- 2. Premiers secours :** Évaluer l'état général de la personne blessée, veiller à son positionnement, panser les blessures et protéger du froid.
- 3. Alerter le service des pistes ou la Rega :** Indiquer le lieu et l'heure de l'accident, le nombre de personnes impliquées et la nature des blessures. Si la vie des personnes est en danger, alerter directement la Rega via le 1414.
- 4. Après des collisions :** Établir un état des lieux, relever les noms des personnes impliquées et des témoins, noter le lieu, l'heure et le déroulement de la collision en relevant les conditions du terrain, de la neige et de visibilité.



Un sauvetage aérien pour tous –  
Merci de votre soutien



**Assistance médicale aérienne.**  
Devenez donatrice ou donateur: 0844 834 844  
ou [www.rega.ch](http://www.rega.ch)



# Chiens REDOG à la recherche de victimes

Au mois de novembre, un important tremblement de terre s'est produit en Albanie. La Suisse y a dépêché des experts, dont des équipes REDOG.

**TEXTE et PHOTOS : REDOG**

Le tremblement de terre s'est produit dans la nuit du 26 novembre 2019, 51 personnes y ont perdu la vie et environ 2000 ont été blessées. L'épicentre se situait à une dizaine de kilomètres de la ville portuaire de Durrës. C'est là que sont intervenus les maîtres-chiens de REDOG et leurs compagnons en collaboration avec l'organisation de secours turque GEA.

Trois équipes de recherche de personnes ensevelies et une dédiée à la recherche de cadavres ont fouillé plusieurs sites sinistrés. Les chiens ont bien signalé des endroits, malheureusement les sept victimes retrouvées étaient décédées.

« Nombre de bâtiments ont été touchés par le séisme, mais cer-

tains sont tellement abîmés que les chances de survie des occupants sont très mauvaises », confiait sur place Linda Hornisberger, responsable de la recherche de personnes chez REDOG. Les chiens ont fait un travail de précision et les victimes ont été retrouvées exactement là où ils l'avaient indiqué. Jusqu'à la veille de leur retour, les équipes ont mené des recherches sur un des sites sinistrés en collaboration avec des sauveteurs venus de France, d'Italie, du Monténégro, de Croatie et de Serbie. Linda Hornisberger : « La collaboration internationale était impressionnante, mais malgré tout, ici aussi, aucune vie n'a pu être sauvée. »

« C'est précisément pour pouvoir répondre à de telles catastrophes

que nos équipes sont disponibles 24 heures sur 24 pendant toute l'année », souligne Benjamin Tissot-Daguette, membre du comité de REDOG Suisse. Pour intégrer les rangs de l'organisation, les volontaires s'entraînent chaque semaine et plusieurs week-ends par mois avec leurs compagnons à quatre pattes. La formation est exigeante. Après trois à quatre ans d'efforts intensifs et la réussite de plusieurs examens et tests d'aptitude, un conducteur et son chien peuvent se présenter à un test d'admission qui dure deux jours. Un test d'aptitude est reconduit tous les ans et un examen approfondi tous les trois ans.

Les chiens de sauvetage constituent le seul moyen de localiser avec certitude des survivants. C'est pourquoi les jours qui suivent immédiatement une catastrophe, de grands espoirs reposent sur leur flair. Il est essentiel d'être sur place le plus rapidement possible. Grâce au partenariat avec la Rega, les équipes ont pu être acheminées par avion-ambulance dans les meilleurs délais après le séisme. Le soir même de leur arrivée dans la zone sinistrée, elles étaient à l'œuvre et ont poursuivi les recherches toute la nuit.

Le 30 novembre 2019, chiens et maîtres-chiens étaient de retour d'Albanie. Leurs proches et de nombreux collègues les accueillirent chaleureusement à l'aéroport de Zurich.



Linda Hornisberger (au premier plan) et Nash à Durrës.

# Dix objets dangereux à la maison et au jardin

**Il suffit d'un rien pour se couper, trébucher ou se faire piquer. En Suisse, on enregistre chaque année quelque 160 000 accidents domestiques. Les statistiques de la Suva recensent les objets qui en sont le plus fréquemment à l'origine.**

Dans les relevés statistiques, les éléments de construction tels que les escaliers sont classés comme des «objets». Avec quelque 29 000 cas par an (soit 20 %), les escaliers occupent la première place parmi les causes d'accidents domestiques. Suivent les meubles tels que les lits, les baignoires, les tables et les chaises (22 000 cas), puis les accidents n'impliquant aucun objet (13 800 cas). Il s'agit la plupart du temps d'une glissade, d'un trébuchement ou d'une chute.

## Attention aux morceaux de verre

Les morceaux de verre peuvent faire très mal. Ils font partie de la catégorie des objets isolés qui, selon la statistique des accidents, constitue la quatrième cause la plus fréquente d'accidents domestiques. La moitié des 13 300 cas de coupure recensés chaque année est imputable à des bris de vaisselle ou de verre.

## Bricolage et cuisine, activités à risques

À la cinquième place du classement, on trouve les outils et accessoires tels que les couteaux et les cutters. Pointus et tranchants, ils sont responsables de 12 600 accidents par an. Comme l'explique une victime: «J'étais distraite et me suis coupé le bout du pouce en taillant une orange en rondelles.»

## Les bêtes aussi

Les animaux aussi sont fréquemment impliqués dans des accidents. Considérés comme des «objets» dans la statistique, ils occupent la sixième place du classement. Même s'il s'agit d'insectes dans la moitié des 11 000 cas recensés, les chiens et les chats ne sont pas en reste: il arrive fréquemment que des personnes trébuchent sur leurs animaux de compagnie et se blessent en tombant.



## Le facteur humain

Difficile à croire, mais les êtres humains que nous sommes sont codés dans la liste des «objets» pouvant être à l'origine d'un accident figurant dans la statistique. Les déclencheurs d'accident sont souvent des enfants, mais des adultes peuvent également se heurter les uns contre les autres ou se faire un croc-en-jambe au sens propre du terme. Fréquence: environ 8200 cas par an.

Aux places huit à dix, on trouve des accidents avec des portes, des portails et des fenêtres (7900 cas), des corps étrangers (7600 cas) et des récipients servant à des transports, tels que caisses, carton ou harasses (7200 cas).

## Source et informations complémentaires:

[www.suva.ch](http://www.suva.ch)

# Urgences de carnaval

**Pour certains, le carnaval qui, en fin d'hiver, met des régions entières sens dessus dessous est le meilleur moment de l'année. Mais il peut aussi avoir des conséquences imprévues : quatre situations d'urgence et les réponses à y apporter.**

Texte : Christoph Zehnder | cli



**BRUIT** Le niveau de bruit susceptible d'être atteint pendant le carnaval ne doit pas être sous-estimé. Les *Guggenmusik* développent facilement 100 décibels, ce qui correspond au bruit provoqué par un marteau piqueur. Une exposition prolongée à un tel niveau sonore risque de provoquer un traumatisme auditif aigu. Les récepteurs de l'oreille interne subissent des dommages et une surdité temporaire, des acouphènes et une sensation de «coton dans les oreilles» peuvent se produire. Le bruit provoqué par de fortes explosions, par exemple des feux d'artifices, canons à confettis, pistolets factices, peuvent entraîner des lésions du tympan et des osselets, notamment si la source de bruit est proche de l'oreille. Outre les symptômes décrits ci-dessus, les victimes ressentent parfois aussi des vertiges ou des nausées.

Les mesures de premiers secours en cas de traumatisme provoqué par le bruit sont limitées. Si la perte d'acuité auditive et les acouphènes ne s'atténuent pas en l'espace de 24 heures, il convient de consulter un médecin. Quoi qu'il en soit, il est important de ne pas s'exposer à du bruit supplémentaire et d'éviter le stress. Mais mieux vaut prévenir les dommages et se munir de protections auditives lors du défilé de carnaval.

**ALCOOL** L'ambiance est à la fête, tout est permis et les abus de boissons sont vite arrivés. Pour les personnes qui effectuent fréquemment des services médico-sanitaires, la problématique est familière. Parfois, il suffit de mettre la personne alcoolisée à l'abri afin de lui permettre de dégriser et de bien la couvrir pour lui éviter de se refroidir.

Mais en cas de doute, il est toujours recommandé d'informer le 144. Une intoxication à l'alcool sévère peut entraîner un arrêt respiratoire et un collapsus circulatoire. Si un patient présente des symptômes de choc ou qu'il perd connaissance, il convient d'alerter sans tarder les secours professionnels.

Le corps réagit à l'intoxication alcoolique par des vomissements. Par conséquent, des patients ayant perdu connaissance doivent être placés en posture latérale de sécurité.



La situation peut devenir difficile à gérer quand une personne alcoolisée devient agressive. Dans ces cas, ne pas hésiter à solliciter l'aide de la police.

**FROID** Le carnaval a aussi pour mission de chasser l'hiver. Mais en attendant, des températures en dessous de zéro ne sont pas rares. Les festivités car-

navalesques se déroulant souvent en extérieur, il existe un risque d'hypothermie, d'autant plus si de l'alcool ou des substances psychotropes sont en jeu. Une personne alcoolisée se refroidit plus rapidement.

Il y a hypothermie dès que la température à l'intérieur du corps a passé en dessous de 36 degrés. Tremblements, pâleur, pouls et respiration accélérés sont les signes d'une légère hypothermie. La personne devrait être réchauffée progressivement, idéalement en un lieu tempéré et à l'abri du vent. Couverture de survie et boisson sucrée chaude (ni alcool, ni café) bue à petites gorgées sont de bon conseil. Il convient de retirer les vêtements mouillés.



Si l'hypothermie atteint un niveau supplémentaire, il y a danger. La personne peut sembler somnolente et perturbée, mais, paradoxalement, elle ne se plaint pas nécessairement du froid. Si la température corporelle baisse encore, la perte de connaissance et un arrêt cardio-respiratoire menacent. Dans ce genre de cas, au demeurant plutôt rares, il ne faut surtout pas interrompre les tentatives de réanimation trop tôt. L'hypothermie enclenche un mécanisme corporel de protection qui laisse plus de temps à la réanimation. En médecine, ce mécanisme est enclenché volontairement lors d'interventions importantes.

**FEU** De nombreuses coutumes du carnaval impliquent du feu. Avec des costumes ou des décorations inflammables, le risque d'incendie augmente. Si les vêtements de quelqu'un ont pris feu, étouffer les flammes au plus vite en roulant la personne au sol ou à l'aide d'une couverture extinctrice.

Les petites brûlures superficielles doivent être refroidies pendant au moins dix minutes sous l'eau courante, mais pas trop froide, avant de poser un bandage stérile. Cependant, des brûlures couvrant



une grande surface ne devraient pas être passées sous de l'eau froide, au risque de provoquer une hypothermie. Ne pas retirer des vêtements qui collent à la peau. Les brûlures de 3<sup>e</sup> degré doivent immédiatement être montrées à un médecin, de même que les brûlures de 2<sup>e</sup> degré si leur surface excède celle d'une main ou si elles touchent le visage ou des articulations.

Les costumes de carnaval et les décorations devraient être confectionnés avec des matériaux ignifuges ou être traités dans ce sens au préalable.



# Flexible aujourd'hui, agile demain

La notion d'agilité est devenue omniprésente chez les spécialistes de la gestion et du management. Mais de quoi s'agit-il exactement et dans quelle mesure une organisation de volontaires comme l'Alliance des samaritains peut-elle en tirer parti ?

**TEXTE : Communication ASS**

En sport canin, l'*agility* est un jeu d'adresse qui allie éducation, complicité, vélocité avec quelques règles. Cette discipline pousse nos amis à quatre pattes à des performances exceptionnelles. Apparemment sans peine, ils franchissent une série d'obstacles sans perdre l'équilibre et se fauillent entre des piquets de slalom. Aujourd'hui, les entreprises et les organisations aussi se veulent agiles. Dans le cadre de la stratégie «Samaritains de l'avenir», il en est également souvent question. Un des champs d'action prévoit d'ailleurs de transformer notre organisation en une prestataire de services agile, moderne et de haut niveau.

En quoi se distingue une organisation agile ? D'une part, par sa capacité à répondre rapidement aux changements. En raison des avancées technologiques, notre société se transforme à un rythme soutenu et de nouvelles accélérations sont à prévoir. Sur le plan économique, les entreprises capables de suivre le mouvement disposent des meilleures chances. Elles évoluent avec agilité dans un environnement dynamique. Il est évident que pour les samaritains aussi, l'environnement a changé et ils ont appris à faire preuve de souplesse. Mais l'agilité va au-delà. À force d'être flexible, on risque de perdre de vue l'objectif. Une organisation agile est flexible et stable à la fois. Elle agit et ne fait pas que réagir, sa stabilité reposant sur ses valeurs. Chez les samaritains, ces dernières sont définies dans leur mission et leur vision qui forment le fondement de l'édifice.

## Droit à l'erreur

L'agilité est synonyme d'amélioration permanente. Cela ne va pas sans erreurs, elles nous permettent de progresser. Une organisation agile considère d'ailleurs que les erreurs font partie de tout processus d'apprentissage. Cela semble évident, mais n'est pas si simple à appliquer. Qui aime admettre une erreur ? En outre, les mauvaises décisions minent la confiance. Pourtant, elle est une condition nécessaire, car sans confiance, pas de lâcher prise et



Droit au but avec concentration, vitesse et agilité.  
(Source : pixabay/Leslie Black)

de délégation qui font partie intrinsèque d'une organisation agile. Les structures hiérarchiques figées, où les décisions ne se prennent qu'à la pointe de la pyramide, ne sont guère enclines à se montrer agiles.

L'agilité est affaire mentale, il n'est pas possible de l'imposer. Cependant, rien n'empêche de créer des conditions favorables, le processus est en cours au sein de notre organisation. À première vue, l'ASS ne semble pas trop s'y prêter, notre organisation étant souvent perçue comme lourde et difficile à manœuvrer, donc tout le contraire d'agile. En y regardant de plus près, on constate toutefois que l'agilité fait partie intrinsèque de l'esprit samaritain. Elle est à l'œuvre sur le terrain et entraînée lors des formations. Chaque urgence requiert une action que l'on peut qualifier d'agile de la part des secouristes : il n'y a pas de temps à perdre, la situation doit être prise en compte sans perdre de vue l'objectif. Si l'ensemble des entités faisant partie de l'Alliance suisse des samaritains parviennent à agir de cette façon, notre organisation est parée pour l'avenir, indépendamment de ce qu'il nous prépare.

## Hommage

C'est avec émotion que nous prenons connaissance de la disparition d'un membre d'honneur de l'Alliance suisse des samaritains qui siégea au Comité central.

### Elisabeth Stierli (19.9.1927-26.11.2019)

Après avoir suivi un cours de samaritain, Elisabeth Stierli a rejoint la section d'Urdorf le 1<sup>er</sup> janvier 1950. En qualité de caissière, cheffe de poste, monitrice samaritaine et plus tard, instructrice cheffe, elle fit preuve d'une grande polyvalence et par son engagement, fournit un exemple lumineux. Toujours active, elle ne ratait aucun exercice mensuel jusqu'à peu avant son décès.

De 1978 à 1987, Elisabeth Stierli fut la première femme à présider l'association cantonale zurichoise des samaritains. En 1967, elle fut élue au Comité central de l'Alliance suisse des samaritains et y siégea pendant douze ans. En tant que membre de la commission des finances et de la commission de contrôle de gestion, elle continua de s'investir pour la cause samaritaine à l'échelle nationale. En remerciement pour ses mérites, elle fut nommée membre d'honneur de l'Alliance suisse des samaritains en 1979.

Nous en garderons un souvenir reconnaissant et adressons à ses proches nos messages de profonde sympathie.

Alliance suisse des samaritains

### Lettres de lecteurs

Rédaction *nous, samaritains*,  
case postale, 4601 Olten;  
redaction@samaritains.ch

Merci d'adresser vos missives par courrier électronique ou postal à l'adresse de la rédaction.

La prochaine édition de *nous, samaritains* paraîtra le 13 mai 2020, la clôture rédactionnelle est fixée au 7 avril 2020.

## LES PROCHAINS NUMÉROS

Numéro	Clôture rédactionnelle	Parution
2/2020	7.4.2020	13.5.2020
3/2020	10.7.2020	12.8.2020
4/2020	16.10.2020	18.11.2020

## JEUX: SOLUTIONS DE LA PAGE 31

■■■■■ T ■ L ■■■■ I ■ M ■■  
 C H I P I E ■ I D I A M I N D A D A  
 M O R O ■ I ■ B I E R E ■ J ■ T O C  
 ■ P ■ R A N G E E ■ E ■ S U T U R E  
 ■ I C T U S ■ R ■ E T H E R ■ R E ■  
 T S ■ E B ■ M O N T E B R E ■ I ■ O  
 ■ ■ ■ M E L A ■ C O S ■ B ■ S T E M  
 ■ T S A R ■ U P ■ N ■ R I V I E R A  
 K R ■ N T ■ S ■ A N S E E ■ M ■ S R  
 ■ I ■ T ■ T O ■ P E ■ S ■ L I G E ■  
 ■ T R E M O L O ■ R I T ■ E L ■ A M  
 ■ O S A ■ P E S T A L O Z Z I ■ U V  
 ■ N A U S E E

PERSPECTIVE

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

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

Organisation de sauvetage de la CRS  
Rettungsorganisation des SRK  
Organizzazione di salvataggio della CRS

**Croix-Rouge suisse**  
**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
**Croce Rossa Svizzera**



**S+** **samaritains**

Alliance suisse des samaritains  
Martin-Disteli-Strasse 27  
4601 Olten

[www.samaritains.ch](http://www.samaritains.ch)