

Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG
Société Suisse de Sauvetage SSS
Società Svizzera di Salvataggio SSS
Societad Svizra da Salvament SSS



bulletin



Ein Weltrekord zum Geburtstag

Un record du monde en guise de cadeau d'anniversaire

Un record mondiale per il compleanno

4/2013

Liebe Rettungsschwimmerinnen
 Liebe Rettungsschwimmer
 Liebe Freunde der SLRG

Die Zeit rast... Bereits acht Monate ist es her, seit ich am 1. Mai 2013 die herausfordernde und äusserst vielseitige Stelle des Geschäftsführers der SLRG antreten durfte. Eine Zeit, die zahlreiche spannende Begegnungen, interessante Einblicke in das breite Engagement der SRLG und freudige Erlebnisse bereit hielt. Sei dies an den Jugendschweizermeisterschaften, den Schweizermeisterschaften, einzelnen Regionalversammlungen, Versammlungen, der Sektionen- und Regionenkonferenz oder bei verschiedenen anderen Gelegenheiten – Die letzten Monate haben mir gezeigt, dass sich die SLRG in den 132 Sektionen durch zahlreiche, äusserst engagierte und kompetente Freiwillige auszeichnet. Eine tolle Basis, um aktuelle und kommende Herausforderungen positiv gestimmt angehen zu können!

Eine dieser Herausforderungen stellt sicherlich der Lehrplan 21 dar. Mit der Harmonisierung der Lehrpläne in 21 Kantonen bietet sich eine grosse Chance, der Wasserunfallprävention und der Wasserrettungskompetenz enorm Vorschub zu leisten. Die Schule ist und bleibt eine zentrale Grundlage, um wichtiges Wissen in der Bevölkerung zu verankern. Darum müssen auch wir uns in diesen Belangen voll engagieren und uns einsetzen, dass das Rettungsschwimmen so besseren Eingang in den Schulunterricht findet. Wir alle können unseren Teil dazu beitragen, indem wir uns das Argumentarium zu Gemüte führen und weiterverbreiten – das Argumentarium findet man übrigens auf der SLRG-Homepage unter Medienmitteilungen.

Doch nebst allen wichtigen Themen, die uns und unsere SLRG bewegen, ist es auch wichtig zur Ruhe zu kommen, inne zu halten und zurück zu blicken. Dafür ist die bevorstehende Weihnachtszeit bestens geeignet. Ich möchte euch allen an dieser Stelle schöne und erholsame Weihnachten mit viel Zeit und Gesundheit im Kreis eurer Familien wünschen – damit wir voller Energie in ein gutes neues Jahr starten können.

Reto Abächerli,
 Geschäftsführer

Chers nageurs sauveteurs,
 Chers amis de la SSS,

Le temps file... Cela fait déjà huit mois que j'occupe la fonction captivante et très variée de directeur exécutif de la SSS. Une période qui a permis des rencontres intéressantes, un aperçu de l'engagement très large de la SSS et des expériences réjouissantes, que ça soit lors des différents championnats junior et des sections, des assemblées régionales, de la COSERE ou d'autres occasions. Les huit mois passé m'ont démontré que la SSS se distingue dans ses 132 sections par des bénévoles très engagés et compétents. Une base formidable afin de relever les défis actuels et futurs de manière positive.

Le plan d'études 21 constitue un de ces défis. Avec l'harmonisation des plans d'études dans 21 cantons, une chance inouïe se présente à nous de mettre en avant la prévention des accidents aquatiques et les compétences en matière de sauvetage aquatique. L'école est l'endroit de prédilection pour ancrer des compétences importantes dans la population. C'est la raison pour laquelle nous devons nous engager afin de permettre à la natation de sauvetage de trouver son entrée dans l'enseignement scolaire. Nous pouvons y contribuer en soutenant les arguments et en les diffusant. Par ailleurs, les arguments se trouvent sur le site de la SSS, sous la rubrique «communiqués de presse».

Mais à part tous ces thèmes importants et porteurs qui nous préoccupent et qui préoccupent notre SSS, il est important de savoir s'arrêter de temps à autre et de tenir une rétrospective. Le temps de Noël s'y prête à merveille. Ainsi, je vous souhaite, ainsi qu'à vos familles, un joyeux Noël, beaucoup de bonheur et de santé et le plein d'énergie pour l'An Nouveau.

Cordialement,
 Reto Abächerli,
 Directeur exécutif

Care salvatrici,
 Cari salvatori,
 Cari amici della SSS,

il tempo vola... Sono già passati otto mesi da quando, il 1° maggio 2013, ho assunto la funzione impegnativa ed estremamente varia di direttore esecutivo della SSS. Un tempo che mi ha riservato numerosi incontri entusiasmanti, sguardi interessanti nell'ampio spettro di attività della SSS, ed esperienze gioiose. I Campionati svizzeri giovanili, i Campionati svizzeri, le singole assemblee regionali e altri incontri, la Conferenza delle sezioni e delle regioni e molte altre occasioni: negli ultimi mesi ho scoperto che la SSS si distingue nelle sue 132 sezioni per un gran numero di volontari estremamente impegnati e competenti. Una base eccezionale per affrontare le sfide presenti e future con un atteggiamento positivo!

Una di queste sfide è senz'altro il «Piano di studio 21». L'armonizzazione dei piani di studio in 21 cantoni offre un'ottima opportunità di dare grande slancio alla prevenzione degli incidenti in ambito acquatico e alla competenza nel salvataggio in acqua. La scuola è e resta una base fondamentale per consolidare nella popolazione conoscenze importanti. Pertanto, dobbiamo anche noi impegnarci pienamente in questo ambito perché il ruolo di salvataggio trovi maggiore spazio nell'insegnamento scolastico. Tutti possiamo contribuire, portando e diffondendo argomentazioni a favore. Le argomentazioni sono già disponibili nel sito della SSS all'interno dei comunicati stampa.

Ma accanto a tutte le tematiche importanti che coinvolgono noi e la nostra SSS, è importante fermarsi un attimo, riposare e guardare un po' indietro. E il periodo di Natale è il momento più indicato per farlo. Desidero augurare a voi tutti un Natale sereno e tranquillo, ricco di salute e di tempo da trascorrere con le vostre famiglie, per poter poi ripartire pieni di energia nel nuovo anno.

Reto Abächerli,
 Direttore esecutivo

2 Editorial • Éditorial • Editoriale

4 Geschäftsstelle • Siège administratif • Sede amministrativa

Wunschzettel / Liste de vœux / Lista dei regali

Reto Abächerli

Geschäftsführer SLRG

Directeur exécutif de la SSS

Direttore esecutivo SSS

Fredi Tortosa

Gewinner EM-Silber

Vainqueur de la médaille d'argent lors du CE

Vincitore dell'argento ai CE

Athos Pedrazzoli

Organizzatore di «un milione di metri»

Organisator von «un milione di metri»

Sophie Boillat

Entraîneur jeunesse, Jugendtrainerin

Gaby Codjia

Région représentant de la région française

Regionenvertreterin der Region Romandie



9 Ausbildung/Fortbildung • Instruction/Perfectionnement Istruzione/Aggiornamento

Lehrplan 21

Die SLRG setzt sich für eine Umsetzung mit Augenmass ein

Plan d'études 21

La SSS s'engage en faveur d'une réalisation avec réflexion

Piano di studio 21

La SSS si impegna per un'attuazione oculata

Interview mit Elena Feltrin,

der jüngsten Jugendbrevet-Inhaberin 2013

Interview avec Elena Feltrin,

la plus jeune détentrice du brevet jeune sauveteur 2013

Intervista a Elena Feltrin,

la più giovane titolare di un brevetto giovanile del 2013

14 Kommunikation • Communication • Comunicazione

Ein Weltrekord zum Geburtstag

Un record du monde en guise de cadeau d'anniversaire

Un record mondiale per il compleanno

Was Rotkreuz-Freiwillige und eine 84-Tonnen Lokomotive verbindet

Découvrez ce qui unit les bénévoles Croix-Rouge

et une locomotive de 84 tonnes

20 Das Wasser und ich • L'eau et moi • Acqua amica mia

Wasserbotschafter werden – ein Engagement, das Freude macht!

Devenir ambassadeur de l'eau – un engagement qui procure de la joie!

Diventare ambasciatori dell'acqua – un impegno che rende felici!

22 Wettkämpfe • Compétitions • Competizioni

Gold und Schweizerrekord zum Auftakt der Wintersaison

Or et record suisse pour débiter la saison hivernale en fanfare

Impressum

4. Ausgabe 2013 /

4^{ème} édition, 2013

16.12.2013

Herausgeber / Editrice

Schweizerische Lebensrettungs-

Gesellschaft SLRG

Bereich Kommunikation

Redaktion / Inserate

Rédaction / Publicité

SLRG Geschäftsstelle

Schellenrain 5

6210 Sursee

Tel. 041 925 88 77

Fax 041 925 88 79

info@slrg.ch, www.slrg.ch

info@sss.ch, www.sss.ch

Erscheinungsweise / Parution

4 x pro Jahr / 4 x par an

Redaktionsschluss /

Limite de rédaction

18.2.2014

Layout / Produktion / Production

Schwarz Design, 9532 Rickenbach

Druckerei Schneider-Scherrer AG

9602 Bazenheid

Titelfoto: Ernst Schwarz



Reto Abächerli

Geschäftsführer SLRG • Directeur exécutif de la SSS • Direttore esecutivo SSS

Was wünschst du dir für die SLRG zu Weihnachten?

Dass es in ein paar Jahren noch cooler und noch angesehener ist, sich in der SLRG zu engagieren. Dass das Engagement der SLRG in der Gesellschaft vermehrt anerkannt und gewürdigt wird, denn der Einsatz der zahlreichen Rettungsschwimmerinnen und Rettungsschwimmer ist nicht selbstverständlich.

Am meisten wünsche ich mir für die SLRG, dass die nun bereits 80 Jahre alte Dame stets genügend dynamisch und flexibel bleibt, auf neue Entwicklungen und Erkenntnisse zu reagieren und vor Veränderung zwar Respekt, jedoch keine Angst hat.

Welche Verbindung siehst du zwischen Weihnachten und SLRG?

Wie das Christkind hat auch die SLRG in ihren nunmehr 80 Jahren immer wieder mal für positive Überraschungen gesorgt. Sei es die Tatsache, dass sich 1933 überhaupt jemand gegen das dazumal drohende Schwimmverbot gewehrt hat. Sei es der Fakt, dass die SLRG Pionierin der Luftrettung ist oder der Umstand, dass sie aufgrund unterschiedlicher Bedürfnisse von Anspruchsgruppen die ganze Ausbildungsstruktur reorganisiert hat.

Die SLRG wird sicherlich auch in Zukunft mit der einen oder anderen neuen Idee überraschen, wie man die hohe Zahl von Wasserunfällen in der Schweiz reduzieren kann.

Quels sont tes vœux de Noël pour la SSS?

Je souhaite que dans quelques années, il soit encore plus reconnu de s'engager au sein de la SSS, car l'engagement des nombreux nageurs sauveteurs ne va pas de soi.

Je souhaite également à la SSS, une vieille dame octogénaire, qu'elle reste dynamique et flexible afin de pouvoir réagir face aux développements et aux découvertes et qu'elle ait du respect et pas de craintes face aux changements.

Quelle relation entre Noël et la SSS?

Au cours des 80 dernières années et comme le Père Noël, la SSS a pourvu à différentes surprises positives. Soit par le fait qu'en 1933, des pionniers se soient battus contre l'interdiction menaçante contre la pratique de la

natation, soit par le fait que la SSS soit le pionnier du sauvetage par les airs ou le fait que, suite aux besoins de différents groupes cibles, la SSS ait réorganisé toute sa structure de formation.

Nul doute qu'à l'avenir, la SSS va surprendre avec l'une ou l'autre idée afin de réduire le nombre élevé d'accidents aquatiques.

Che cosa auguri alla SSS per Natale?

Che tra un paio d'anni sia ancora più «cool» e apprezzato impegnarsi nella SSS. Che l'impegno della SSS nella società venga maggiormente riconosciuto e apprezzato, perché la dedizione dei numerosi salvatori e salvatrici non è scontata.

Soprattutto auguro alla SSS che questa signora ormai ottantenne rimanga

sempre dinamica e flessibile, sappia reagire a nuovi sviluppi e conoscenze, e comunque non abbia paura ma rispetto del cambiamento.

Secondo te, che hanno in comune natale e la SSS?

Come Gesù Bambino, anche la SSS nei suoi 80 anni di attività ha riservato qualche piacevole sorpresa. Ad esempio, il fatto che nel 1933 qualcuno si sia opposto alla minaccia che incombeva di vietare il nuoto, o il ruolo di pioniere della SSS nel salvataggio aereo, o che la SSS abbia riorganizzato l'intera struttura formativa in base alle specifiche esigenze di gruppi target.

La SSS continuerà certamente a stupire anche in futuro con qualche nuova idea per ridurre l'alto numero d'incidenti in acqua in Svizzera.



Fredi Tortosa

Gewinner EM-Silber

Vainqueur de la médaille d'argent lors du CE

Vincitore dell'argento ai CE

Was wünschst du dir für die SLRG zu Weihnachten?

Ich wünsche der SLRG alles Gute für das Jahr 2014 und viel Erfolg in ihren Förderungsbereichen Profi, Ausbildung und Sport. Die Wasserrettungskompetenz und die Wasserunfallprävention müssen dieses Jahr das gemeinsame Ziel von allen sein!

Ich hoffe natürlich, dass Santa Claus uns das Sportbudget vergrössern wird, um die bereits vor der Tür stehenden Weltmeisterschaften durch gemeinsames Training gut vorbereiten zu können. Wir werden alle unser Bestes geben, um in Montpellier 2014 eine gute Bewertung zu erzielen.

Die Rettungsschwimmer vom Nationalteam wünschen den SLRG Mitgliedern fröhliche Weihnachten!

Quels sont tes vœux de Noël pour la SSS?

Je souhaite à la SSS tous mes meilleurs vœux pour 2014 et beaucoup de succès dans ses domaines de prédilection que sont la formation et le sport. Les compétences en matière de sauvetage et de prévention aquatiques doivent cette année être l'objectif de tous!

J'espère que le Père Noël réussira à gonfler le budget sportif afin de préparer au mieux les Championnats du Monde qui ont lieu bientôt. Nous allons donner notre mieux afin d'obtenir en 2014 à Montpellier une bonne notation.

Les nageurs sauveteurs de l'équipe nationale souhaitent à tous les membres de la SSS un Joyeux Noël!

Cosa desidero per Natale per la Società Svizzera di Salvataggio?

Auguro alla SSS il meglio per il 2014 e molti successi nei suoi ambiti di promozione: professionisti, formazione e sport. La competenza nel salvataggio in acqua e la



prevenzione degli incidenti in ambito acquatico quest'anno devono essere l'obiettivo comune di tutti!

Spero naturalmente che Santa Claus aumenti il nostro budget sportivo, per poter preparare bene, allenandoci insieme, i Campionati mondiali ormai alle porte. Tutti faremo del nostro meglio per ottenere buoni risultati a Montpellier nel 2014.

I salvatori della nazionale augurano buon Natale ai membri della SSS!

Öffnungszeiten über die Feiertage:

Die Geschäftsstelle ist vom 23. Dezember 2013 bis und mit 3. Januar 2014 geschlossen.

Wir freuen uns, Sie im neuen Jahr am 6. Januar wieder begrüßen zu dürfen.

Besten Dank für die gute Zusammenarbeit im vergangenen Jahr.

Wir wünschen Ihnen frohe Weihnachten und ein glückliches Neues Jahr!

Das Team der SLRG Geschäftsstelle in Sursee.

Heures d'ouverture du siège administratif durant les fêtes de fin d'année:

Le siège administratif est fermé du 23 décembre 2013 au 3 janvier 2014.

Nous nous réjouissons d'être à votre disposition dès le 6 janvier prochain.

Merci beaucoup pour votre coopération durant l'année écoulée.

Nous vous souhaitons joyeux Noël ainsi qu'une bonne et heureuse année nouvelle!

L'équipe du siège administratif de la SSS à Sursee

Orario di apertura della sede amministrativa durante le Feste:

La sede amministrativa sarà chiusa dal 23 dicembre 2013 al 3 gennaio compreso 2014.

Saremo lieti di incontrarvi nuovamente il 6 gennaio con l'inizio del Nuovo Anno.

Grazie per l'ottima cooperazione nell'anno passato.

Vi auguriamo una bellafestadi natale e un buon anno nuovo!

Il team della sede amministrativa SSS di Sursee



Athos Pedrazzoli

Sezione Bellinzona, da 15 anni nella SSS; partecipa ai Campionati svizzeri come membro della sua sezione; tiene corsi di salvataggio ed è stato organizzatore di «un milione di metri» (in occasione dell'anniversario)

Sektion Bellinzona, seit 15 Jahren bei der SLRG; nimmt bei den Schweizer Meisterschaften als Mitglied seiner Sektion teil; gibt Rettungskurse und war Organisator von «un millionne di metri» (Jubiläumsanlass)



Cosa desidero per Natale per la Società Svizzera di Salvataggio?

Mi piacerebbe che...

- ogni Nuotatore possa diventare un Salvatore;
- ci fosse più Spirito di collaborazione, Sinergia e Scambio di idee tra le diverse società SSS;
- partecipassero alle nostre attività nuovi Collaboratori, persone che vogliono Crescere personalmente e in gruppo;
- i giovani realizzassero le loro Idee e che raccogliessero periodicamente Positività e Soddisfazioni;
- i giovani cresciuti in società, quando partono per gli studi oltr'Alpe, ritornassero a trovarci qualche volta perché sono sempre i Benvenuti;
- ci fosse un'altra sezione ticinese di salvataggio che partecipi ai Campionati svizzeri con una squadra;
- ci fosse uno scambio di Idee e di Collaborazione intergenerazionale per dare il giusto equilibrio e la continuità al mondo della SSS;
- Il giorno di Natale, ciascun Membro della SSS, possa esprimere un Desiderio... e Sognare nuove mete da raggiungere.

Vedo un nesso tra la SSS e il Natale?

Credo che il Natale sia, anche nel mondo della SSS, un momento di Raccolgimento e di Riflessione sull'Anno che sta per concludersi. Un momento Conviviale dove i Membri di ciascuna società si incontrano per coltivare nuove Amicizie, per Conoscersi meglio e rafforzare i Rapporti personali. Il tutto è coronato dal San Nicolao, dal Panettone e dalle bollicine dello spumante... Questa è la Tradizione e il Ricordo che ho della mia Società. ... l'atmosfera natalizia la percepisco anche quando mi ritrovo qualche giorno prima con Matteo (Resp. Attività giovanile) e gli aiuti monitori a preparare i pacchetti regalo che San Nicolao consegnerà ai giovanissimi durante l'Incontro di Natale.

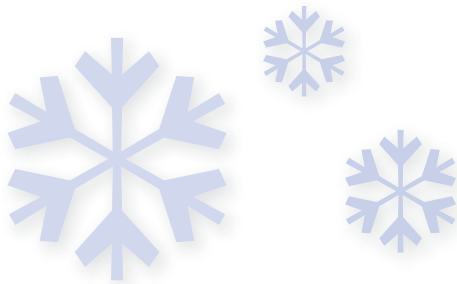
Natale al mare: da giovane ricordo un libro dove era disegnato San Nicolao che arrivava sulla tavola da surf verso i bagnanti per consegnare loro un piccolo dono... un dono che permette a tutti di cavalcare le onde della Vita con Saggezza, Sorriso e Serenità.

Was ich mir an Weihnachten für die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft wünsche?

Ich wünsche mir, dass ...

- jeder Schwimmer zum Rettungsschwimmer wird;
- es innerhalb der verschiedenen SLRG-Gruppen mehr Offenheit zur Zusammenarbeit sowie eine bessere Koordinierung und mehr Austausch von Ideen gibt;
- wir für unsere Aktivitäten neue Mitarbeiter gewinnen können, Personen, die selbst für sich, aber auch in der Gruppe wachsen möchten;
- die Jugendlichen ihre Ideen verwirklichen und dass sie in regelmässigen Abständen positive Ergebnisse und Erfolge verzeichnen können;
- die Jugendlichen, die in der SLRG gross geworden sind, uns später ab und zu auch mal wieder besuchen, auch wenn sie jenseits der Alpen studieren, denn sie sind jederzeit herzlich willkommen;
- noch eine weitere Tessiner SLRG-Sektion mit ihrer Mannschaft an den Schweizer Meisterschaften teilnimmt;

- es einen Ideenaustausch und eine Zusammenarbeit zwischen Alt und Jung gibt, um der Welt der SLRG ein perfektes Gleichgewicht und Kontinuität zu garantieren;
- am Weihnachtstag jedes Mitglied der SLRG einen Wunsch äussern... und von neuen Zielen träumen kann.



Was bedeutet Weihnachten für die SLRG?

Ich glaube, dass Weihnachten auch bei der SLRG einen Moment der Besinnlichkeit und des Rückblicks auf das zu Ende gehende Jahr darstellt. Ein feierlicher Moment, an dem sich die Mitglieder einer jeden Gesellschaft treffen, um neue Freundschaften zu knüpfen, um sich besser kennenzulernen und um persönliche Beziehungen zu festigen. Gekrönt wird das Ganze vom Heiligen Nikolaus, vom Panettone und von den Sektperlen... Das ist die Tradition und die Erinnerung, die ich an meine SLRG habe. ... Ich nehme die weihnachtliche Atmosphäre aber

auch schon wahr, wenn ich mich einige Tage vorher mit Matteo (Leiter Bereich Jugend) und den Hilfs-Kursleitern treffe, um die Geschenkpakete herzurichten, die der Heilige Nikolaus dann bei der Weihnachtsfeier an die ganz Kleinen verteilt.

Weihnachten am Meer: Wenn ich an meine Jugendzeit denke, erinnere ich mich an ein Buch mit einem Bild des Heiligen Nikolaus, der auf einem Surfbrett auf die Badegäste zufährt, um diesen ein kleines Geschenk zu überreichen... ein Geschenk, das allen ermöglicht, die Wellen des Lebens mit Weisheit, Heiterkeit und einem Lächeln zu meistern.

Kreuzworträtsel

Wir verlosen unter allen korrekt eingesandten Lösungswörtern des Rätsels 3 Preise:
1 SLRG Strandtuch, 1 LED Taschenlampe, 1 SLRG Sporttasche.

Senden Sie das Lösungswort und Ihre Adresse in einer E-Mail an raetsel@slrg.ch oder auf einer Postkarte an:
SLRG Geschäftsstelle, Redaktion Bulletin, Schellenrain 5, 6210 Sursee

Einsendeschluss: 10. Januar 2014

Teilnahmebedingungen:

Den Gewinnern werden die Preise per Post zugestellt. Über den Wettbewerb wird keine Korrespondenz geführt. Eine Barauszahlung und der Rechtsweg sind ausgeschlossen. Die Gewinner werden im Bulletin 1/2014 publiziert.

digitales Telefon (Abk.)	↖	Wortteil: global	hocken	CH-Automobilclub	urbane Gemeinde bei Bern	↖	↖	Fluss in Graubünden	↖	engl.: grün	sich rumtreiben, herumziehen	alt Bundesrat (Adolf)	sozusagen	↖	↖	dt. TV-Sender (Abk.)
Abteilung	▶						10	entschlossen	▶							Material zum Tauchen
Fabeltiere	▶							Tierrechtsorganisation		Autokz. Kanton Thurgau			7	Männerkurzname		9
↖					Luftreifen Mz.			Anglergruss: ... Heil!						rosa-farben		Zch. f. Cer
Strom durch Vorderindien	↖	lang-samer Tanz (Kw.)	Figur bei Kipling (Bär)		stechen					Rettungsmittel		SLRG-Kinderfigur				
schweiz. Käsesorte	▶							frz. Männername		Vorname Carrells †				Roman von Stephen King (dt.)		
↖				Zch. f. Hafnium		stürzende Schneemassen								Abk.: Obligationenrecht	russ.: ja	
Familienverband (dt.)			Volksstamm in Ruanda					englische Zahl				6	Dechiffrier-schlüssel (dt.)			8
Rettungsgerät mit Seil	▶							afrikan. Kuhantilope	▶				kurz für: heran		5	

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Sophie Boillat

Entraîneur jeunesse, La Chaux-de-Fonds (33), depuis 14 ans membre de la SSS
Jugendtrainerin, La Chaux-de-Fonds (33), seit 14 Jahren Mitglied der SLRG



Que souhaites-tu pour la SSS à Noël?

Je souhaite que la SSS reçoive comme cadeaux à Noël:

- de la main d'œuvre là où elle en a besoin
- une belle dose de motivation et de plaisir pour tous ses membres
- une longue vie aux projets en cours
- de trouver et de réussir de nouveaux projets et de nouveaux défis
- et pour finir... d'avoir de belles piscines pour travailler et s'entraîner!!!

Qu'associes-tu à la SSS au moment de Noël?

Pour moi, Noël est un temps où l'on essaie de penser aux autres et la SSS est justement tournée vers les autres: former des gens, porter secours, etc. C'est le lien que je vois. Sinon, comme souvenir, nous avons une tradition à l'équipe Jeunesse de la Chaux-de-Fonds pour le dernier entraînement avant Noël: les jeunes convient leur famille (parents, frères, sœurs, etc) et nous faisons des jeux aquatiques tous ensemble (volleyball dans l'eau, relais avec des bougies et les lumières de la piscine éteintes, etc), puis nous buvons une boisson gazeuse sans alcool sous l'eau pour fêter la fin de l'année et enfin, chaque jeune reçoit un sac avec des friandises de Noël (cacahuètes, chocolats, mandarines...).

Was wünschst du dir für die SLRG zu Weihnachten?

Ich wünsche, dass die SLRG folgende Weihnachtsgeschenke erhält:

- aktive Mitarbeit, wo sie sie braucht
- eine gute Dosis Motivation und Vergnügen für alle Mitglieder
- ein langes Leben für die laufenden Projekte
- neue Projekte und Herausforderungen finden und meistern
- und nicht zuletzt... über schöne Schwimmbäder verfügen, um zu arbeiten und zu trainieren!!!

Wie assoziiert du Weihnachten mit der SLRG?

Für mich ist Weihnachten eine Zeit, wo man an andere denkt und die SLRG denkt immer an andere: Lebensretter ausbilden, Hilfe und Unterstützung bringen, usw. Dies ist die Verbindung, die ich sehe. In der Jugendgruppe von La Chaux-de-Fonds haben wir eine Tradition am letzten Training vor Weihnachten: Die Jugendlichen laden ihre Familien (Eltern, Geschwister, usw.) ein und wir machen alle zusammen Wasserspiele (Volleyball im Wasser, bei Kerzenlicht; die Lichter des Schwimmbads sind ausgeschaltet). Dann trinken wir unter Wasser ein Mineralwasser zur Feier des baldigen Jahreswechsels und jedes Jugendmitglied erhält einen «Samichlaus-sack» (mit Spanischen Nüsschen, Schokolade, Mandarinen...).



Gaby Codjia

Représentante de la région romande
Regionenvertreterin der Region Romandie

Que souhaites-tu pour la SSS à Noël?

Je souhaite que la SSS reste une grande famille à travers tout le pays; que les gens nous connaissent et reconnaissent mieux notre travail pour prévenir et sauver tout le monde des dangers dans et autour l'eau. Et à Noël je souhaite à tous les membres le courage et la force de continuer le formidable travail qu'ils fournissent pour le bien et la survie de la SSS.

Qu'associes-tu à la SSS au moment de Noël?

Noël et la période de l'Avent sont pour moi une période de l'espoir, de l'adoucissement d'une année souvent rude et stressante. La SSS et ses sections profitent également de souffler un peu pendant ces semaines, pour mieux débiter l'année suivante.

Was wünschst du dir für die SLRG zu Weihnachten?

Ich wünsche, dass die SLRG weiterhin eine grosse Familie bleibt, verteilt auf das ganze Land; dass die Leute uns kennen und unsere Arbeit anerkennen, die in der Vorbeugung und der Wasserrettung besteht. Für Weihnachten wünsche ich allen Mitgliedern viel Mut und die Kraft, die wunderbare Arbeit die sie leisten fortzusetzen zum Wohl und für die Zukunft der SLRG.

Wie assoziiert du Weihnachten mit der SLRG?

Weihnachten und die Adventszeit sind für mich eine Zeit der Hoffnung, eine Zeit der Entspannung nach einem oft harten und gestressten Jahr. Die SLRG und ihre Sektionen profitieren ebenfalls, um während dieser Zeit kürzer zu treten und das folgende Jahr mit neuem Elan wieder zu beginnen.

Lehrplan 21: Die SLRG setzt sich für eine Umsetzung mit Augenmass ein

Mit dem Lehrplan 21 wird erstmals ein einheitlicher Lehrplan für die deutsch- und mehrsprachigen Kantone für die Volksschulen ausgearbeitet. Das heisst, der Lehrplan legt die Ziele für den Unterricht aller Stufen der Volksschulen für die einzelnen Fachbereiche fest. Von besonderem Interesse für die SLRG ist der Bereich «Bewegen und Sport». Darin wird festgehalten, dass alle Schülerinnen und Schüler die Fähigkeit erwerben sollen, sich im Wasser sicher bewegen zu können.

Die Schule als wichtiger Multiplikator

In der Schweiz ertrinken im Durchschnitt jährlich 43 Personen. Vor allem bei Kindern kommt es häufig zu sogenannten «Beinahe-Ertrinkungsfällen». Häufig sind körperliche und geistige Schäden die Folge. Die SLRG setzt sich stark für die Vermittlung von Präventionsbotschaften und Wasserrettungskompetenz in der Schule ein, weil sie überzeugt ist, dass dadurch viele Wasserunfälle verhindert werden können. Mit Hilfe der Schule kann eine immens breite Wirkung erzielt und in positive Effekte umgesetzt werden.

Wasserunfallprävention und Wasserrettungskompetenz als Schlüssel zum Erfolg

Damit die Inhalte und Ziele aus dem Lehrplan umgesetzt und erreicht werden können, will die SLRG die Lehrkörper unterstützen. Es ist den Rettungsschwimmern ein grosses Anliegen, dass die Schülerinnen und Schüler das richtige Verhalten im, am und auf dem Wasser kennen. Darunter versteht die SLRG Wasserunfallprävention, die den Jugendlichen aufzeigen soll, wie der richtige Umgang mit dem nassen Element funktioniert. Diese Kenntnisse können helfen, Gefahren zu erkennen bevor man ihnen ausgesetzt ist. Hinzu kommen Kenntnisse der Wasserrespektive Selbstrettung, um sich bei Gefahr selber retten zu können. Dabei ist das Ziel, sich selbst möglichst rasch ausser Gefahr zu bringen oder einem Dritten helfen zu können.

Wir fordern nicht nur: die SLRG will mithelfen

Der SLRG ist bewusst, dass aufgrund der Infrastruktur der einzelnen Gemeinden nicht überall genügend Wasserfläche vorhanden ist und die

vielerorts anfallenden Kosten für den Transport ins nächste Schwimmbad wesentlich sind. Seitens der SLRG setzt man sich denn auch für eine Lösung mit Augenmass ein. Der jeweiligen Situation vor Ort soll Rechnung getragen werden können. In diesem Zusammenhang erarbeitet die SLRG bereits verschiedene Lösungsvorschläge. Die SLRG ist auch überzeugt: Das sichere Verhalten kann zu einem grossen Teil vermittelt werden, ohne dass der Unterricht direkt im und am Wasser stattfindet. Das Projekt «das Wasser und ich» zeigt dies deutlich vor. Bereits heute besuchen unsere freiwilligen WasserbotschafterInnen rund 1'000 Kindergärten jährlich und vermitteln den Kindern auf spielerische Art und Weise sowie ohne direkten Wasserkontakt das richtige Verhalten im und am Wasser. Dieses Konzept kann auch für die Schülerinnen und Schüler der Volksschulen übernommen werden. Mit Hilfe von unterrichtskonformen Unterlagen will die SLRG die Lehrkörper unterstützen, um somit die Themen Wasserunfallprävention und Wasserrettungskompetenzen im Schulunterricht zu verankern.

5 Fragen an Stéphanie Bürgi-Dollet, Leiterin Prävention



Stéphanie, als neue Leiterin Prävention bist du bei der SLRG zuständig für das Projekt «Lehrplan 21». Zu Hause sorgen bei dir zwei Töchter für Betrieb. Was erhoffst du dir als Mami aus der Auseinandersetzung mit dem «Lehrplan 21»?

Die Vorstellung, dass meine Töchter in der Schule lernen, wie man sich im Falle einer gefährlichen Situation im Wasser oder am Rand des Wassers zu verhalten hat, ist äusserst beruhigend. Jedoch nimmt diese Tatsache den Eltern in keinster Weise die Verantwortung ab. Auch in meiner Familie gilt: respektiere die Präventions-Botschaften der SLRG!

Was ist deine persönliche Motivation für das Projekt «Lehrplan 21»?

Aus verschiedenen Gründen ist es nicht immer einfach möglich, dass die Eltern oder andere Aufsichtspersonen den Kindern das richtige Verhalten im und am Wasser vermitteln können. Dazu ist ein gewisses Know-How von Nöten. Der «Lehrplan 21» bietet Kindern in 21 Kantonen die Möglichkeit, dieses Know-how und die Fähigkeiten der Selbstrettung für ihre eigene Sicherheit zu erlernen. Das jedes Kind in den 21 Kantonen die gleiche Möglichkeit hat, davon zu profitieren ist für mich ein grosser Ansporn!

Warum ist der Lehrplan 21 der SLRG so wichtig?

Die SLRG engagiert sich seit vielen Jahren für den Schutz und die Rettung von Leben im und am Wasser. Die Tatsache, dass die Wassersicherheit ebenfalls ein Bildungsziel des Lehrplan 21 ist, gibt der SLRG die Möglichkeit ihre Präventionsarbeit noch mehr in die Breite zu fördern. Der Lehrplan 21 ermöglicht die Verhinderung von

Wasserunfällen durch Wasserunfallprävention und die Verbreitung der Selbstrettungskompetenz.

Was kann die SLRG beitragen, um die Ziele aus dem Lehrplan 21 im Bereich «Bewegen im Wasser» zu erreichen?

Die SLRG mit ihren Erfahrungen und ihrem Know-how will sich aktiv an den Diskussionen beteiligen. Wir entwickeln Lehrmaterial und bieten Unterstützung in der Implementierungsphase. Für uns ist es wichtig, dass jedes Kind, ob mit Zugang zu Wasser oder nicht, diese Lernziele erreichen kann.

Welches sind die nächsten Schritte der SLRG?

Im Moment wird eine Arbeitsgruppe gegründet, welche die Entwicklung von Ausbildungsunterlagen übernimmt.

Die Aufgabe der Arbeitsgruppe ist das Erarbeiten von kreativen aber umsetzbaren Lösungen, um die Ziele des Lehrplan 21 erreichen zu können – ob mit oder ohne Zugang zu Wasserflächen.

Plan d'études 21:

la SSS s'engage en faveur d'une réalisation avec réflexion

Le plan d'études 21 est un plan d'études uniforme pour 21 cantons alémaniques et bilingues de l'école obligatoire. Cela veut dire qu'il fixe les objectifs pour l'enseignement obligatoire à tous les niveaux et pour tous les domaines. Le domaine «mouvement et sport» qui précise que tous les élèves devraient acquérir l'aptitude de pouvoir se mouvoir dans l'eau, intéresse particulièrement la SSS.

L'école, un multiplicateur important

En Suisse, quelque 43 noyades sont à déplorer en moyenne par an. Les enfants sont souvent victimes d'accidents qui ont pu être évités in extremis. Ces accidents ont souvent comme conséquence des lésions irréversibles au niveau physique et mental. C'est la raison pour laquelle la SSS s'engage fortement pour la transmission des messages de prévention et des compétences en matière de sauvetage aquatique dans les écoles. Elle est convaincue que ces enseignements permettent d'éviter des accidents aquatiques. Avec l'aide de l'école, on pourra atteindre les objectifs à une large échelle et obtenir des effets positifs.

La prévention des accidents aquatiques et les compétences en matière de sauvetage aquatique – les clés de la réussite

Afin de réaliser les contenus et atteindre les objectifs du plan d'études 21, la SSS souhaite soutenir le corps enseignant. En effet, les nageurs sauveteurs souhaitent ardemment que les écoliers apprennent le comportement correct à adopter dans, au bord et sur l'eau. La prévention des accidents aquatiques doit démontrer aux adolescents comment gérer cet élément qu'est l'eau. Ce savoir-faire peut contribuer à identifier des dangers avant d'y être exposé. A cela s'ajoute des compétences en matière de sauvetage aquatique, respectivement d'auto-sauvetage afin de pouvoir se mettre à l'abri en cas de danger auquel on serait exposé. L'objectif est de se mettre le plus rapidement hors dangers ou de pouvoir aider autrui.

Nous ne faisons pas qu'exiger: la SSS veut prêter main forte

La SSS est tout à fait consciente que selon les infrastructures dans les communes, il n'y ait pas suffisamment de plans d'eau à disposition et que les éventuels frais de transport pour se

rendre à la piscine la plus proche soient élevés. Du côté de la SSS, on s'engage pour une solution réfléchie. Il faut tenir compte de chaque situation sur place. Dans ce contexte, la SSS est d'ores et déjà en train d'élaborer différentes propositions, car elle est convaincue qu'en grande partie, l'enseignement peut se faire sans être directement dans ou au bord de l'eau. Le projet «L'eau et moi» l'a par ailleurs déjà clairement démontré. Chaque année, nos ambassadeurs et ambassadrices de l'eau visitent environ 1'000 écoles enfantines par an et transmettent, de manière ludique et sans contact aquatique, les messages de comportement dans et autour de l'eau. Ce concept pourrait très bien être repris pour les élèves de l'école obligatoire. A l'aide de documents pédagogiques adaptés à chaque niveau, la SSS veut soutenir le corps enseignant et transmettre le savoir-faire de prévention des accidents aquatiques et les compétences en matière de sauvetage aquatique pour l'enseignement dans les écoles.

5 questions à Stéphanie Bürgi-Dollet, responsable de la prévention

Stéphanie, en tant que nouvelle responsable de la prévention, tu es responsable du projet «plan d'études 21». Qu'espères-tu en tant que maman avec la thématique du «plan d'études 21»?

Le fait que mes filles apprennent à l'école comment elles doivent se comporter en cas de situation dangereuse dans l'eau ou au bord de l'eau est extrêmement rassurant. Ce qui ne m'ôte aucunement la responsabilité en tant que parent de m'assurer que ma famille et moi-même respectons les maximes de sécurité de la SSS!

Quelle est ta motivation personnelle pour le projet «plan d'études 21»?

Pour diverses raisons, il n'est pas toujours facile ou possible pour les parents ou l'entourage proche des enfants de transmettre le savoir-faire et les comportements à adopter en cas de dangers dans ou autour de l'eau.

Le «plan d'études 21» offre aux enfants de 21 cantons la possibilité d'acquérir ce savoir-faire et les compétences d'auto-sauvetage pour leur propre sécurité. Que chaque enfant, dans les 21 cantons participant, puisse bénéficier de la même chance en matière de sécurité aquatique: ça, c'est une formidable motivation!

Pourquoi le projet est-il si important pour la SSS?

La SSS s'engage depuis de longues années dans la protection et le sauvetage des vies humaines dans et autour de l'eau. En faisant de la sécurité aquatique l'un de ses objectifs éducatifs, le «plan d'études 21» donne à la SSS l'extraordinaire opportunité de promouvoir davantage ses messages de prévention et contribue ainsi à éviter les accidents aquatiques et à diffuser les compétences d'auto-sauvetage.

Comment la SSS peut-elle contribuer à atteindre les objectifs du plan d'études dans la partie «Bewegen im Wasser» (bouger dans l'eau)?

La SSS, forte de son expérience et de son savoir-faire, souhaite participer activement aux réflexions, élaborer un matériel didactique adapté et offrir son aide lors de la phase de réalisation. Pour nous, il est primordial que chaque enfant, qu'il ait accès à l'eau ou pas, puisse acquérir ces objectifs d'apprentissage.

Quelles sont les prochaines étapes qui vont être entreprises?

Pour le moment, un groupe de travail, chargé d'élaborer le matériel didactique, est en train d'être constitué.

C'est à lui de réfléchir et d'offrir les fameuses solutions créatives pour que les objectifs fixés dans le «plan d'études 21» puissent être atteints par tous les enfants, avec ou sans accès à l'eau.

Piano di studio 21:

la SSS si impegna per un'attuazione oculata

Con il Piano di studio 21, per la prima volta viene elaborato un piano di studio unitario per le scuole pubbliche nei cantoni di lingua tedesca e in quelli multilingue. Il piano infatti stabilisce gli obiettivi didattici per tutti i livelli delle scuole pubbliche nei singoli ambiti specifici. Di particolare interesse per la SSS è l'ambito che riguarda «movimento e sport». Al suo interno si prevede che tutti gli alunni e le alunne debbano acquisire la capacità di muoversi in sicurezza in acqua.

La scuola come importante moltiplicatore

In Svizzera annegano in media 43 persone l'anno. In particolare in riferimento ai bambini si verificano spesso i cosiddetti «casi di quasi annegamento», che comportano spesso danni fisici e neurologici. La SSS si impegna a fondo nelle scuole per diffondere messaggi di prevenzione e competenze nel salvataggio in acqua, perché è convinta che in questo modo si possano evitare molti incidenti in ambito acquatico. Con l'aiuto della scuola si può ottenere una risonanza enorme e trasformarla in effetti positivi.

Prevenzioni degli infortuni acquatici e competenze nel salvataggio in acqua: la chiave del successo

Per poter attuare i contenuti e raggiungere gli obiettivi del piano di studio, la SSS desidera sostenere gli insegnanti. Per i salvatori è importante che alunne e alunni conoscano il comportamento corretto da tenere dentro e fuori dall'acqua: ciò rientra nella prevenzione degli infortuni in acqua secondo gli intenti della SSS, di modo che i giovani apprendano il giusto approccio con l'acqua. Queste conoscenze possono aiutare a riconoscere i pericoli prima di esservi esposti. Ad esse si aggiungono le conoscenze di salvataggio in acqua e autosoccorso, che permettono di salvarsi da soli in caso di pericolo. L'obiettivo è tirarsi rapidamente fuori dal pericolo o saper aiutare una terza persona.

Non vogliamo solo chiedere: la SSS vuole collaborare

La SSS è consapevole del fatto che, data l'infrastruttura dei singoli comuni, non sono disponibili in ogni parte del paese superfici d'acqua sufficienti, e in molti luoghi i costi per raggiun-

gere la piscina più vicina sono elevati. Da parte della SSS ci si impegna anche per una soluzione oculata. È necessario valutare la situazione specifica dei diversi luoghi. In questo contesto, la SSS sta già elaborando diverse proposte di soluzioni. La SSS è anche convinta che, per la stragrande maggioranza dei casi, si può trasmettere come comportarsi in sicurezza anche senza che le lezioni si tengano direttamente dentro o vicino all'acqua. Il progetto «Acqua, amica mia» lo mostra chiaramente. Già oggi le nostre ambasciatrici e i nostri ambasciatori volontari fanno visita a circa 1'000 scuole dell'infanzia ogni anno, per insegnare ai bambini con il gioco, e senza contatto diretto con l'acqua, il comportamento corretto da tenere dentro e fuori dall'acqua: questo progetto può essere assunto anche per le alunne e gli alunni delle scuole pubbliche. Con l'ausilio di materiale didattico adatto, la SSS intende aiutare gli insegnanti a consolidare, all'interno delle lezioni scolastiche, le tematiche della prevenzione degli incidenti in ambito acquatico e delle competenze nel salvataggio in acqua.

5 domande a Stéphanie Bürgi-Dollet, responsabile della prevenzione

Stéphanie, come nuova responsabile della prevenzione sei il riferimento del progetto «Piano di studio 21». A casa sei impegnata con due figlie. Che cosa ti aspetti come mamma dal confronto con il «Piano di studio 21»?
Il fatto che le mie figlie imparino a scuola come ci si debba comportare in una situazione pericolosa in acqua o in riva all'acqua è estremamente rassicurante. Ma ciò non toglie assolutamente la responsabilità ai genitori. Anche nella mia famiglia si rispettano i messaggi di prevenzione della SSS!

Qual è la tua motivazione personale per il progetto «Piano di studio 21»?

Per diverse ragioni non è sempre possibile che i genitori o altre persone addette alla sorveglianza dei bambini riescano a trasmettere loro il comportamento corretto da tenere dentro e fuori dall'acqua. Per farlo occorre avere un certo know-how. Il «Piano di

studio 21» offre ai bambini in 21 cantoni la possibilità di acquisire questo know-how e le competenze dell'auto-soccorso per la loro sicurezza. Il fatto che tutti i bambini di 21 cantoni abbiano la stessa possibilità di approfittarne, mi dà una grande motivazione!

Perché il Piano di studio 21 è così importante per la SSS?

La SSS si impegna da molti anni per la protezione e il salvataggio di vite umane dentro e fuori dall'acqua. Il fatto che la sicurezza in acqua sia un obiettivo formativo del Piano di studio 21 dà alla SSS la possibilità di promuovere ancora più ampiamente la sua attività di prevenzione. Il Piano di studio 21 contribuisce a evitare gli incidenti in acqua attraverso la prevenzione e la diffusione delle competenze di auto-soccorso.

Come la SSS può contribuire al raggiungimento degli obiettivi del Piano di studio 21 nell'ambito del «muoversi in acqua»?

La SSS intende partecipare attivamente alle discussioni con le sue esperienze e il suo know-how. Elaboriamo materiale didattico e offriamo sostegno nella fase di attuazione. Per noi è importante che ogni bambino, che abbia o meno accesso all'acqua, possa raggiungere questi obiettivi di apprendimento.

Quali sono i prossimi passi della SSS?

Al momento si sta formando un gruppo di lavoro incaricato dell'elaborazione del materiale didattico.

Il compito del gruppo di lavoro è elaborare soluzioni creative ma attuabili per poter raggiungere gli obiettivi del Piano di studio 21 – con o senza accesso a superfici d'acqua.



Interview mit Elena Feltrin, der jüngsten Jugendbrevet-Inhaberin 2013

Elena Feltrin, wohnhaft in Gebenstorf, hat am 4. November 2013 ihren 10. Geburtstag gefeiert und schloss am 16. November 2013 das Jugendbrevet mit Bravour ab. Somit ist Elena Feltrin die jüngste Jugendbrevet-Inhaberin von diesem Jahr. Hier ein Auszug vom Interview mit Elena kurz vor der Abschlussprüfung:

Elena, wer hat dir das Schwimmen beigebracht?

Ich habe bereits im Alter von fünf Jahren an einem Schwimmkurs teilgenommen und dort das Schwimmen gelernt.

Wieso hast du das Jugend-Brevet gemacht?

Damit ich später fit bin für Wettkämpfe. Ich habe im Dezember 2012 bereits am Weihnachtswettschwimmen und letzten August am Schülerwettschwimmen in Brugg teilgenommen.

Welcher Teil der Ausbildung (Tauchen, Retten, Bergen, Erste Hilfe) hat dir am meisten Spass gemacht?

Das Retten war das Spannendste und natürlich hat das Schwimmen selbst grossen Spass gemacht.

Wie fühlst du dich so kurz vor der Prüfung am Samstag?
Nervös bin ich nicht. Ich freue mich darauf.

Möchtest du dich im Bereich Rettungsschwimmen weiterbilden?

Ich möchte in Zukunft weiter an Wettkämpfen teilnehmen und mich so mit anderen Schwimmerinnen messen.

Interview avec Elena Feltrin, la plus jeune détentrice du brevet jeune sauveteur 2013

Elena Feltrin, domiciliée à Gebenstorf, a fêté ses 10 ans le 4 novembre dernier; le 16 novembre 2013, elle a réussi avec succès l'examen du brevet jeune sauveteur. Ainsi, Elena est la plus jeune détentrice du brevet jeune sauveteur de cette année. Voici un extrait de l'interview qu'Elena a donné juste avant son examen final:

Elena, qui t'a appris à nager?

A l'âge de cinq ans, j'ai suivi un cours de natation où j'ai appris à nager.

Pourquoi as-tu suivi le cursus du brevet jeune sauveteur?

Pour que plus tard, je sois en forme pour les compétitions! En décembre 2012 déjà, j'ai participé à la nage de Noël et en août dernier au concours de natation des élèves à Brugg.

Quelle est la partie de la formation (plongée, sauvetage, mise à l'abri, premiers secours) qui t'a procuré le plus de plaisir?

Le sauvetage était la partie la plus captivante et bien entendu, la natation m'a procuré beaucoup de plaisir.

Comment te sens-tu, si peu de temps avant l'examen qui a lieu samedi?

Je ne suis pas nerveuse, mais je me réjouis.

As-tu envie de continuer à te perfectionner dans le domaine de la natation de sauvetage?

A l'avenir, j'aimerais continuer à participer aux concours et me mesurer avec d'autres nageuses.

Intervista a Elena Feltrin, la più giovane titolare di un brevetto giovanile del 2013

Elena Feltrin, residente a Gebenstorf, il 4 novembre 2013 ha festeggiato il suo 10° compleanno, e il 16 novembre 2013 ha superato brillantemente il brevetto giovanile. Così è diventata la più giovane titolare di un brevetto giovanile di quest'anno. Qui di seguito riportiamo un estratto dell'intervista a Elena poco prima dell'esame finale:

Elena, chi ti ha insegnato a nuotare?

Già all'età di cinque anni ho partecipato a un corso di nuoto e lì ho imparato a nuotare.

Come mai hai voluto ottenere il brevetto giovanile?

Per poter poi essere pronta a gareggiare. Ho già partecipato alla gara di nuoto di Natale nel dicembre del 2012 e alla gara di nuoto tra alunni lo scorso agosto a Brugg.

Quale parte della formazione (immersione, salvataggio, recupero, primo soccorso) ti ha più divertito?

Il salvataggio è stata la parte più entusiasmante, e naturalmente anche il nuoto mi ha divertito molto.

Come ti senti poco prima dell'esame di sabato?

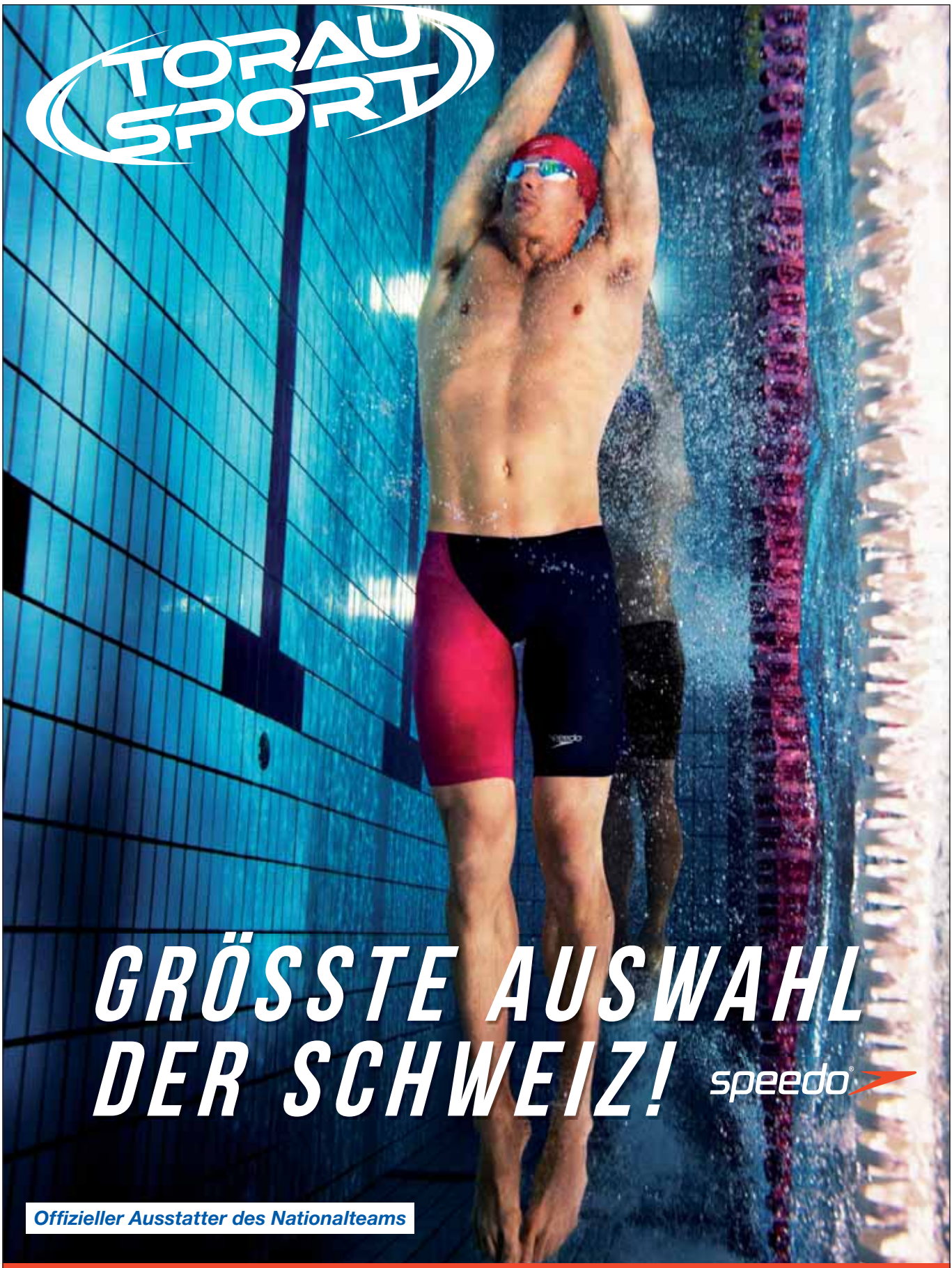
Non sono nervosa. Non ne vedo l'ora!

Vuoi continuare a formarti nell'ambito del nuoto di salvataggio?

Desidero partecipare a gare anche in futuro per confrontarmi con altre nuotatrici.



**TORAU
SPORT**



**GRÖSSTE AUSWAHL
DER SCHWEIZ!**

speedo 

Offizieller Ausstatter des Nationalteams

Mo-Do 13.00-17.00 · Fr 13.00-16.00 | Industriestrasse 1 · 4805 Brittnau | www.torau.ch

Ein Weltrekord zum Geburtstag



Zum 75. Jährigen Bestehen hatte sich die Sektion Luzern der SLRG etwas ganz Besonderes ausgedacht: einen Weltrekordversuch.

75 Schwimmerinnen und Schwimmer aus der ganzen Schweiz zogen nur mit Hilfe ihrer Muskelkraft das 330 Tonnen schwere Dampfschiff Gallia 100 Meter weit und schafften so den Eintrag ins Guinness Buch der Rekorde.

Das Spektakel fand am 14. September 2013 auf dem Vierwaldstättersee statt. Unter Applaus und Jubelrufen der vielen Schaulustigen am Ufer beim Luzerner Lido machten sich die Weltrekordanwärterinnen- und anwärter bereit

für den Weltrekordversuch. Für dieses Unterfangen wurde extra spezielles Schwimmgeschirr und eine Ziehkonstruktion aus Holz angefertigt.

Vor der Gallia, die in diesem Jahr ihr 100-jähriges Bestehen feiert, wurde ein Querbalken befestigt, an welchem sich 11 Seile befanden. Danach wurden an jedem Seil 6 bis 7 Schwimmer platziert. Nach dem Startschuss legten die Schwimmerinnen und Schwimmer motiviert los. Mit vorgängig gerade mal zwei Trainings im Hallenbad war der Ausgang dieser Aktion doch sehr ungewiss. Die grösste Herausforderung bestand darin, die Gallia überhaupt in Bewegung zu setzen. Bis zuletzt blieb spannend, ob die Kraft der Schwimmerinnen und Schwimmer ausreichen würde, denn immerhin musste jeder über 4 Tonnen ziehen.

Doch Zweifel waren keine angebracht: Bereits nach wenigen Sekunden bewegte sich die Grande Dame der Schifffahrtsgesellschaft des Vierwaldstättersees vorwärts und nach weniger als 5 Minuten, mit einer Geschwindigkeit von 2 km/h, erreichte sie die Zielboje. Damit war der Weltrekord gelungen.

Herzliche Gratulation an die SLRG Luzern sowie die beteiligten Schwimmerinnen und Schwimmer zu dieser tollen Leistung.



Un record du monde en guise de cadeau d'anniversaire

Pour son 75e anniversaire, la section SSS de Lucerne a imaginé quelque chose de particulier: une tentative de record du monde. 75 nageuses et nageurs de toute la Suisse ont tiré, par la seule force de leurs muscles, le bateau à vapeur Gallia, lourd de 330 tonnes, sur une distance de 100 m. Et ils ont réussi l'inscription dans le livre Guinness des records!

Le spectacle a eu lieu le 14 septembre 2013 sur le lac des Quatre cantons. Sous les applaudissements et les cris d'encouragement des nombreux spectateurs au bord du lac des Quatre cantons à Lucerne, les prétendants au record du monde se sont préparés pour leur tentative. Pour ce faire, un équipement spécial pour la natation et une construction en bois pour le remor-

quage ont été conçus. Devant le Gallia qui en 2013 fête ses 100 ans, un tronc en bois a été fixé en travers, auquel 11 cordes étaient fixées. A chaque bout de corde, 6 à 7 nageurs ont été placés. Après le signal de départ, les nageurs et les nageuses ont commencé à s'affairer. Ayant effectué que deux entraînements en piscine couverte, le sort de cette action était plus qu'incertain. Le

plus grand défi consistait à faire bouger le Gallia. Jusqu'au dernier moment, il était incertain si la force des nageurs et des nageuses allait suffire pour faire bouger le bateau, car – mine de rien –, il fallait bouger plus de 4 tonnes!

Il ne restait cependant aucun doute! Après seulement quelques secondes, la Grande Dame de la Compagnie de navigation du lac des Quatre cantons, a commencé à bouger et au bout de cinq minutes, elle avançait avec une vitesse de 2 km/h droit vers la bouée d'arrivée. Ainsi, le record du monde était établi et pleinement réussi. Sincères félicitation à la section SSS de Lucerne ainsi qu'aux nageurs et aux nageuses pour cette formidable prestation!



Un record mondiale per il compleanno

Per il suo 75° anno di vita, la sezione Lucerna della SSS ha pensato a un regalo speciale: un tentativo di record mondiale. 75 tra nuotatrici e nuotatori di tutta la Svizzera hanno trainato per 100 metri il piroscafo Gallia (330 tonnellate) con la sola forza dei loro muscoli, entrando così nel Guinness dei primati.

Lo spettacolo si è svolto il 14 settembre 2013 al Lago dei Quattro Cantoni. I candidati e le candidate al record mondiale si preparavano ad affrontare il tentativo di record mondiale in mezzo agli applausi e alle grida di molti curiosi sulla riva, al lido di Lucerna. Per questa impresa era stata predisposta una specialissima attrezzatura da nuoto e una struttura di traino in legno. Davanti al Gallia, che quest'anno festeggia il suo 100° compleanno, era stata fissata una trave trasversale, sulla

quale si trovavano 11 corde. In corrispondenza di ogni corda si sono quindi posizionati da 6 a 7 nuotatori. Dopo il via, le nuotatrici e i nuotatori sono partiti con grande motivazione. Nonostante i due allenamenti precedenti in piscina, l'esito dell'impresa era molto incerto. La sfida principale era riuscire a mettere in movimento il Gallia. Fino all'ultimo ci si domandava se la forza delle nuotatrici e dei nuotatori sarebbe bastata, perché ognuno doveva trainare oltre 4 tonnellate.

Ma i dubbi sono stati spazzati via: già dopo pochi secondi, la grande dame della società di navigazione del Lago dei Quattro Cantoni si muoveva in avanti, e dopo meno di 5 minuti, con una velocità di 2 km/h, aveva raggiunto la boa d'arrivo. Il record mondiale è stato quindi ottenuto. Congratulazioni di cuore alla SSS di Lucerna e a tutte le nuotatrici e a tutti i nuotatori che hanno effettuato questa eccezionale prestazione.



Was Rotkreuz-Freiwillige und eine 84-Tonnen Lokomotive verbindet

Mit 8'300 PS und 360'000 km pro Jahr unterwegs für Menschen

Freiwillige des Roten Kreuzes bewegen viel und tun Gutes für die Allgemeinheit. Seit Frühling 2013 ist die Lok «Humanité» auf dem Schweizer Schienennetz als Botschafterin für mehr Menschlichkeit unterwegs. In Übergrösse zieren Freiwillige aus Rotkreuzorganisationen eine Flanke und tragen ihre Botschaft hinaus ins Land:

Wir sind Fan vom Roten Kreuz! Ein Kurzvideo über den Tauf-Event am Weltrotkreuztag vom 8. Mai 2013 am Hauptbahnhof Zürich ist auf Youtube zu finden.

Was ist die Motivation von Joséphine, Thomas, Tina, Bruno und Matthias, sich als Freiwillige beim Roten Kreuz zu engagieren?



Joséphine Flüeler (73), Freiwillige, Besuchs- und Begleitsdienst:

«Ich bin Fan vom Roten Kreuz. Dank ihm kann ich betagten Menschen helfen.»

«Menschlichkeit kommt nie aus der Mode», sagt Joséphine Flüeler (73). Als Freiwillige beim Roten Kreuz bringt sie Alleinstehenden Abwechslung und Freude in den Alltag. Viele ältere oder behinderte Menschen haben Mühe, aktiv am sozialen Leben teilzunehmen. Zeit und Freude schenken ihnen deshalb Freiwillige vom Besuchs- und Begleitsdienst des Roten Kreuzes. Joséphine Flüeler ist eine dieser Freiwilligen. Sie besucht mit einer 94-jährigen Dame eine Modeschau und begleitet eine andere Dame an eine Hochzeit. Joséphine Flüeler geniesst die rund drei halben Tage, an denen sie für das Rote Kreuz unterwegs ist: «Ich entdecke immer wieder etwas Neues.» Während knapp 70'000 Stunden pro Jahr verkürzen Rotkreuz-Freiwillige betagten Menschen die Zeit und helfen ihnen im Alltag.

Bruno Parent (47), Freiwilliger Samariter:

«Ich bin Fan vom Roten Kreuz. Dank ihm kann ich als Samariter erste Hilfe leisten.»

«Ohne Samariter könnten viele Anlässe nicht durchgeführt werden», sagt Bruno Parent (47) stolz. Er leistet jährlich bis zu 400 Stunden Freiwilligenarbeit. Auch nach 30 Jahren Engage-

Découvrez ce qui unit les bénévoles Croix-Rouge et une locomotive de 84 tonnes

8'300 chevaux et 360'000 km par an au service de l'humanité

Les bénévoles de la Croix-Rouge œuvrent inlassablement pour le bien de la communauté. Depuis le printemps 2013, la locomotive «Humanité» sillonne le réseau ferroviaire suisse dans le but de promouvoir un monde plus humain. L'un de ses flancs est orné de portraits géants de bénévoles des organisations de la Croix-Rouge, qui portent ainsi leur message à travers tout le pays: nous sommes fans de la Croix-Rouge! La vidéo sur le baptême de la locomotive «Humanité» à la journée mondiale de la Croix-rouge du 8 mai 2013 se trouve sur youtube.com.

Qu'est-ce qui incite Joséphine, Thomas, Tina, Bruno et Matthias à s'engager en tant que bénévole Croix-Rouge?

Joséphine Flüeler (73 ans), bénévole, service de visite et d'accompagnement

«Je suis fan de la Croix-Rouge. Grâce à elle, j'aide des personnes âgées.»

«Faire preuve d'humanité, ça ne sera jamais démodé», assure Joséphine Flüeler, dont la mission en tant que bénévole de la Croix-Rouge consiste à égayer le quotidien de personnes seules. Nombre de personnes âgées ou

handicapées ont du mal à mener une vie sociale active. C'est pourquoi les bénévoles du service de visite et d'accompagnement de la Croix-Rouge leur consacrent une partie de leur temps. Joséphine a ainsi assisté à un défilé de mode avec une dame de 94 ans et accompagné une autre à un mariage. Elle apprécie ses trois demi-journées hebdomadaires au service de la Croix-Rouge: «Je découvre sans cesse quel-



ment ist er noch mit Überzeugung dabei. Wo viele Menschen zusammenkommen, sorgen Samariter für Sicherheit. Bruno Parent mag diese Einsätze. Als Samariter ist er Helfer der ersten Minute, wenn ein Unfall geschieht oder jemand plötzlich erkrankt. Im Postendienst bei Anlässen leisten Freiwillige jährlich über 280'000 Stunden Einsatz für die Gesellschaft. Daneben bietet der Samariterbund (SSB) Schulungen und bildet freiwillige Helfer aus. Dank diesen Kursen können Laien wirksam helfen, wenn sie die lebensrettenden Massnahmen richtig und schnell einsetzen.



Tina Hasler (22), Freiwillige Militärsanitäterin SMSV:

«Ich bin Fan vom Roten Kreuz. Dank ihm kann ich als Militärsanitäterin Menschen im Notfall helfen.»

«Es macht mir Freude, der Gesellschaft etwas zurückzugeben». Tina Hasler (22) aus Emmenbrücke ist als Sanitäterin

beim SMSV aktiv und wirkt als Leiterin im Jugend-Ausbildungslager AULA mit.

Tina leistet aus Überzeugung Freiwilligenarbeit. Anderen Menschen zu helfen und etwas zum Wohl der Gesellschaft zu tun ist für sie selbstverständlich. Besonders stolz ist sie deshalb, dass sie im Sommer 2012 an einer Sanitäts-RS bei der Ausbildung der Rekruten mithelfen konnte. Tina ist eines der über 500 Mitglieder des Schweizerischen Militärsanitätsverbands (SMSV). Der SMSV fördert den Einsatz von Freiwilligen im Rettungs- und Sanitätswesen durch Kurse für Armeeangehörige, Zivilschutzangehörige und Privatpersonen.

Thomas Rauber (32), Freiwilliger SLRG-Rettungsschwimmer:

«Ich bin Fan vom Roten Kreuz. Dank ihm kann ich als Rettungsschwimmer Leben retten.»

«Die SLRG macht mich glücklich», schmunzelt Thomas Rauber (32) aus Windisch. Dabei denkt er nicht nur an seine Tätigkeit als Kursleiter und SLRG-Vereinspräsident, sondern auch an seine Verlobte, die er 1995 beim Brevet 1 kennengelernt hat.

Thomas Rauber hat bei der Schweizerischen Lebensrettungs-Gesellschaft (SRLG) die Ausbildung zum Rettungsschwimmer gemacht und sich in Nothilfe, Herzmassage und als Kursleiter weitergebildet. Heute bildet er auch angehende Bademeister aus.

Die SLRG setzt sich für die Verhütung von Unfällen im und ums Wasser ein. Mit Kursen und Präventionsarbeit trägt sie dazu bei, die Zahl der Ertrinkungsunfälle zu verringern. Dabei zählt sie auf ihre über 27'000 Mitglieder. Diese leisten im Jahr 300'000 Stunden unentgeltlich Dienst an der Gesellschaft.

Matthias Gerber (42), Freiwilliger REDOG-Hundeführer:

«Ich bin Fan vom Roten Kreuz. Dank ihm kann ich mit REDOG Menschen suchen und retten.»

«REDOG ist ein Bestandteil meines Lebens», sagt Matthias Gerber (42). Mit Dixie, seiner siebenjährigen Schäferhündin, steht er als Hundeführer für Katastropheneinsätze zur Verfügung. Dafür nimmt er an rund 40 Übungen pro Jahr teil.

REDOG ist für Matthias Gerber seit 20 Jahren mehr als ein Hobby. Ihn motivieren der Spass an der Arbeit mit dem Hund und die Faszination, Menschen nach Katastrophen helfen zu können. REDOG, der Schweizerische Verein für Such- und Rettungshunde, zählt über 600 Mitglieder. Er stellt rund um die Uhr und 365 Tage im Jahr geprüfte Spezialistenteams für die Trümmer- und Geländesuche im In- und Ausland zur Verfügung. Jährlich leisten REDOG-Freiwillige 150'000 Stunden unentgeltliche Arbeit im Dienst der Gesellschaft.

que chose de nouveau.» Les bénévoles de la Croix-Rouge consacrent 70'000 heures par an à enrichir et à faciliter le quotidien de personnes âgées.

Bruno Parent (47 ans), bénévole, samaritain

«Je suis fan de la Croix-Rouge. Grâce à elle, en tant que samaritain, je peux donner les premiers secours et sauver des vies.»

«Sans les samaritains, beaucoup de manifestations ne pourraient pas avoir lieu»: après 30 ans de bénévolat, à raison parfois de 400 heures annuelles, Bruno Parent s'engage toujours avec la même foi et la même fierté. Au cœur des grands rassemblements, les samaritains sont une promesse de sécurité. En cas d'urgence, qu'il s'agisse d'un accident ou d'une maladie, Bruno



sera amené à prodiguer les premiers secours. Il aime ces missions. Chaque année, dans le cadre de postes sanitaires installés lors de manifestations, les samaritains fournissent plus de 280'000 heures de travail à la société. En outre, l'Alliance suisse des samaritains (ASS) propose des cours et forme des bénévoles. Grâce à elle, des non-professionnels sont eux aussi en mesure de sauver des vies.

Tina Hasler (22 ans), bénévole, secouriste SSTs

«Je suis fan de la Croix-Rouge. Grâce à elle, en tant que secouriste militaire, je peux aider en cas d'urgence.»

«Je suis heureuse de pouvoir rendre un peu à la société», se félicite Tina Hasler, secouriste SSTs mais également monitrice dans le cadre du camp de formation et de vacances jeunesse AULA.

Tina est en effet une bénévole convaincue. Rien de plus normal pour elle que d'aider autrui et d'agir pour le bien de la communauté. Elle est particulièrement fière d'avoir pu participer, à l'été 2012, à la formation des recrues dans une ER san. La Société Suisse des Troupes Sanitaires (SSTS), qui peut s'appuyer sur plus de 500 membres tout aussi motivés, encourage le bénévolat dans le secteur du sauvetage et dans le domaine sanitaire en propo-

sant des cours à des membres de l'armée et du service civil ainsi qu'à des particuliers.



Thomas Rauber (32 ans), bénévole, nageur sauveteur de la SSS

«Je suis fan de la Croix-Rouge. Grâce à elle, en tant que nageur sauveteur, je peux sauver des personnes de la noyade.»

«La SSS me donne beaucoup de bonheur», sourit Thomas Rauber, qui ne fait pas uniquement allusion à son rôle de moniteur et de président de section SSS, mais aussi à sa fiancée, qu'il a rencontrée en 1995 dans le cadre du brevet 1.

Thomas a suivi à la Société Suisse de Sauvetage (SSS) la formation de nageur sauveteur et y a appris les techniques des premiers secours et du massage cardiaque. Il est devenu moniteur et forme aujourd'hui également les futurs maîtres nageurs.

La SSS s'est fixée pour mission la prévention des accidents aquatiques et contribue de par ses cours et son travail de sensibilisation à réduire le nombre des noyades. Elle peut compter dans cette optique sur l'aide de plus de 27'000 membres, qui s'engagent bénévolement au service de la société à raison de 300'000 heures par an.

Matthias Gerber (42 ans), bénévole, maître-chien REDOG

Je suis fan de la Croix-Rouge. Avec REDOG, mon chien et moi pouvons rechercher et sauver des personnes ensevelies.»

«REDOG fait partie intégrante de ma vie», déclare Matthias Gerber. Une quarantaine de fois chaque année, lui et Dixie, berger allemand de sept ans, prennent part à des exercices. Pour être fin prêts en cas de catastrophe.



Depuis 20 ans, REDOG est bien plus qu'un hobby pour Matthias, que motivent le plaisir du travail avec un chien, mais aussi la possibilité d'aider des victimes de catastrophes. Forte de plus de 600 membres, la Société suisse pour chiens de recherche et de sauvetage tient à disposition 24h/24 et 365 jours par an des équipes spécialisées dans la recherche de personnes disparues en décombres et en terrain découvert pour des interventions en Suisse comme à l'étranger. Chaque année, les bénévoles REDOG accomplissent 150'000 heures de travail non rémunéré au service de la société.





Daumen hoch für über 1500 Likes

Die Facebook-Seite der SLRG verzeichnet mittlerweile über 1500 Likes.
Wir freuen uns, mit Facebook als spannende Info- und Austauschplattform auf soviel Zuspruch zu stossen.
Möchtest du auch täglich auf dem Laufenden sein?

Wir danken für das grosse Interesse und hoffen auf viele weitere Likes, Kommentare und Rückmeldungen.



Bravo pour plus de 1500 J'aime

Les pages facebook de la SSS ont enregistré plus de 1'500 J'aime.
Nous sommes heureux que notre plateforme d'information et d'échange suscite autant d'adeptes.
Tu souhaites également être au courant tous les jours?

Nous remercions de l'intérêt et espérons de recevoir de nombreux liens, commentaires et feed-back.



Pollice in su per oltre 1'500 Mi piace

La pagina Facebook di SSS attualmente ha oltre 1'500 Mi piace.
Siamo lieti di riscontrare tutti questi consensi su Facebook,
una piattaforma interessante di informazioni e di scambio di opinioni.
Vuoi essere aggiornato quotidianamente?

Grazie per il grande interesse e speriamo di ricevere molti altri Mi piace, commenti o feedback.



Besuche uns auf einer unserer Social Media Plattformen:

Visite-nous sur une de nos réseaux sociaux:

Visitaci su una delle nostre piattaforme di social media:



Geschenkidee Pico Memo (4-99 Jahre)

Bei der spannenden Suche nach den Bildpaaren sind Konzentration und ein gutes Gedächtnis gefragt.

Fr. 19.80 + Porto

Bestellungen übers Internet: www.das-wasser-und-ich.ch/picoshop



Wasserbotschafter werden – ein Engagement, das Freude macht!

Feiertage sind die Zeit der Besinnlichkeit und zum Jahreswechsel fassen viele von uns gute Vorsätze. Wie wär's mit einem Engagement als Wasserbotschafterin oder Wasserbotschafter?

Die WaBo, wie sie auch genannt werden, sind die speziell ausgebildeten Rettungsschwimmer, welche im Rahmen der SLRG-Präventionskampagne «Das Wasser und ich» Kindergärten besuchen. Dort vermitteln sie den Kindern zusammen mit Pico die 10 Wasserbotschaften.

Wer sich also zum oder zur WaBo ausbilden lässt und anschliessend Einsätze in Kindergärten und Horten in der ganzen Schweiz absolviert, leistet damit einen aktiven und konkreten Beitrag zur Vermeidung von tragischen Wasserunfällen, meist mit tödlichem Ausgang.

WaBo kann jede und jeder werden, der mindestens das SLRG Brevet I oder Brevet Basis Pool besitzt und 18 Jahre alt ist.

In eintägigen Kursen, die immer wieder in allen Landesteilen durchgeführt werden, erhält man das nötige Wissen und Rüstzeug für die Einsätze im Kindergarten. Dabei geht es nicht nur um die Inhalte und zu vermittelnden Wasserbotschaften, sondern auch um die Methodik, die bewirkt, die Zielgruppe der 4 bis 7-jährigen altersgerecht anzusprechen und die Botschaften bei den Kleinen zu verankern.

«Die Idee des Kindergartenprojektes hat mich voll ins Herz getroffen» sagt Miriam Schenk aus Krauchthal BE. Nach ihrer Teilnahme am WaBo-Kurs im November sagt sie begeistert: «Ich freue mich, auf diese Weise mit einem verhältnismässig kleinen Beitrag Grosse leisten zu können und vielleicht sogar Leben zu retten.»

Nun freut sich Miriam Schenk auf ihren ersten Einsatz im Kindergarten, und sagt: «Ich finde es wichtig und schön, den Kindern gleichzeitig Spass und Respekt im Umgang mit Wasser zu vermitteln.»

Mit grosser Motivation sind seit Start des Projektes vor acht Jahren auch viele weitere WaBo im ehrenamtlichen Einsatz, derzeit sind es 273. Mit dem beachtlichen Erfolg, dass insgesamt schweizweit voraussichtlich schon im Frühjahr 2014 das 100'000. Kind (und indirekt auch dessen Angehörige) mit den Wasserbotschaften und dem fröhlichen Wassertropfen Pico vertraut gemacht wurden.

«Es kommt immer irgendetwas zurück, und das ist das ganz Schöne an dieser Arbeit. Ich kann allen empfehlen, mitzumachen», sagt Wasserbotschafterin Marlies Fuchsli, die auch



im Film «WaBo im Einsatz» mitgewirkt hat.

Der 2:16 Minuten kurze Clip zeigt die Arbeit der WaBo auf anschauliche Weise und ist seit Januar auf www.das-wasser-und-ich.ch abrufbar. Auf dieser Website befinden sich unter der Rubrik «Mitmachen» auch viele weiteren Informationen zum Engagement als Wasserbotschafter: Hier kann man sich auch gleich online für einen der nächsten Kurse anmelden.

Bereits bekannt sind die folgenden Daten: 18.1.2014 Mézières (französisch), 14.2. und 21.3: Winterthur, 3. 5. Bern. Ein weiteres Kursdatum im Frühjahr im Tessin wird bald bekannt gegeben.

Das Team von «Das Wasser und ich» unter der Leitung von Anita Moser, und alle, die bereits dabei sind, freuen sich über neue WaBo-Kolleginnen und -Kollegen... und natürlich auch Pico!

Devenir ambassadeur de l'eau – un engagement qui procure de la joie!

Le temps des fêtes se prête bien pour se recueillir et prendre de bonnes résolutions pour l'An Nouveau. Qu'en est-il avec un engagement en tant qu'ambassadeur ou ambassadrice de l'eau?

Les AMBAs, comme on les nomme couramment, sont des nageurs sauveteurs spécialement formés qui, dans le cadre du projet de prévention «L'eau et moi» visitent les écoles enfantines afin de transmettre aux enfants, en collaboration avec Pico, les 10 messages aquatiques.

La personne qui suit la formation d'ambassadeur et qui visite ensuite les écoles enfantines et les crèches, contribue de manière active et concrète à la prévention d'accidents aquatiques tragiques, souvent avec une issue fatale.

Chacun et chacune peut suivre la formation d'ambassadeur, il faut juste

être au bénéfice du brevet I de la SSS ou du brevet de base pool et avoir 18 ans.

Lors de cours d'un jour, qui sont organisés dans toutes les parties linguistiques de la Suisse, des formateurs transmettent le savoir-faire et les compétences pédagogiques pour les engagements dans les écoles enfantines. Il ne s'agit pas seulement de maîtriser les contenus mais aussi de disposer de quelques aptitudes méthodologiques et pédagogiques permettant de s'adresser aux enfants de 4 à 7 ans avec aisance et de leur transmettre les messages aquatiques.

«L'idée du projet «L'eau et moi» m'a touchée en plein cœur» dit Miriam



Schenk de Krauchthal BE. Après sa participation au cours de formation pour AMBAs en novembre, elle a déclaré pleine d'enthousiasme: «Je me réjouis, par ma petite contribution, de faire quelque chose de bien et, qui sait, permettre de sauver des vies humaines.»

Dès lors, Miriam Schenk se réjouit de faire sa première visite dans une école enfantine. Elle dit: «Je trouve important et touchant de transmettre aux enfants les joies aquatiques mais aussi le respect avec cet élément.»

Depuis le début du projet il y a maintenant huit ans, 273 ambassadeurs et ambassadrices effectuent, avec beaucoup de motivation, des vi-

sites dans les différentes écoles enfantines. Avec succès! Car au printemps 2014, nous pourrons fêter le 100'000e enfant (et indirectement aussi sa famille) ayant été familiarisé avec les messages aquatiques et Pico, la sympathique gouttelette d'eau.

«Il y a toujours un retour et c'est ce qui me plaît en effectuant ce travail. Je ne peux que recommander aux autres d'y participer», déclare l'ambassadrice de l'eau, Marlies Fuchslin, qui a également œuvré dans le court-métrage «AMBA en action».

Le clip de 2:16 minutes démontre de manière vivante le travail passionnant des AMBAs; depuis janvier, il peut être téléchargé sur [www.leau-et-](http://www.leau-et-moi.ch)

[moi.ch](http://www.leau-et-moi.ch). Sur ce site, sous la rubrique «Participer», vous trouverez d'autres informations intéressantes pour devenir ambassadeur. Vous pouvez même vous inscrire en ligne pour l'un des prochains cours de formation!

Les dates suivantes ont déjà été fixées: 18.1.2014 Mézières (cours en français), 14.2. et 21.03.2014 Winterthur, 03.05.2014 Berne.

Une autre date sera prochainement fixée pour un cours au Tessin.

L'équipe de «L'eau et moi», sous la direction d'Anita Moser, et tous ceux qui font déjà partie et qui soutiennent le projet se réjouissent de rencontrer de nouveaux collègues et, bien entendu... Pico, la star du projet!

Diventare ambasciatori dell'acqua – un impegno che rende felici!

Le festività sono un tempo di raccoglimento, e alla fine dell'anno molti di noi formulano buoni propositi. E se uno di essi fosse un impegno come ambasciatrice o ambasciatore dell'acqua?

Gli Amba, come vengono anche chiamati, sono salvatrici e salvatori dotati di speciale formazione che visitano le scuole dell'infanzia all'interno della campagna di prevenzione della SSS «Acqua, amica mia». Nelle scuole trasmettono ai bambini i 10 messaggi dell'acqua insieme a Pico.

Chi desidera formarsi come Amba, e in seguito svolgere incarichi nelle scuole dell'infanzia e nei doposcuola di tutta la Svizzera, dà un contributo attivo e concreto per evitare tragici incidenti in acqua, con esiti spesso mortali.

Possono diventare Amba tutti coloro che sono in possesso almeno del brevetto I o del brevetto Base Pool e che hanno compiuto 18 anni.

In un corso di una giornata, che si tiene periodicamente in tutte le parti del Paese, si acquisiscono le conoscenze e gli strumenti necessari per gli interventi nelle scuole dell'infanzia. Non si tratta solo dei contenuti e della trasmissione dei messaggi dell'acqua, ma anche di un'efficace metodologia idonea all'età del gruppo target (bambini dai 4 ai 7 anni) e perché i bambini vadano ad assimilare tali messaggi.

«L'idea del progetto per le scuole dell'infanzia mi ha colpito profon-

damente al cuore», dichiara Miriam Schenk di Krauchthal BE. Dopo la sua partecipazione al corso Amba di novembre afferma entusiasta: «L'idea del progetto per le scuole dell'infanzia mi ha colpito profondamente al cuore. Sono felice di poter così, con un contributo relativamente piccolo, fare molto, magari addirittura salvare vite umane».

Ora Miriam Schenk non vede l'ora di affrontare il suo primo appuntamento nelle scuole dell'infanzia e dichiara: «Ritengo sia importante e bello trasmettere ai bambini il divertimento e nello stesso tempo il rispetto nel rapporto con l'acqua».

Dall'avvio del progetto otto anni fa, anche molti altri Amba, con grande motivazione, sono al lavoro nell'attività di volontariato: al momento sono 273. Il notevole successo dell'iniziativa consente di prevedere che già nella prossima primavera del 2014, il 100'000° bambino (e indirettamente anche i suoi familiari) verrà raggiunto dai messaggi dell'acqua e dalla simpatica gocciolina d'acqua Pico.

«Si riceve sempre qualcosa, e questo è un aspetto molto bello di questo lavoro. Mi sento di consigliare a tutti di partecipare», afferma l'ambasciatrice

ce dell'acqua Marlies Fuchslin, che ha collaborato anche al filmato «Amba in azione».

Il videoclip di 2:16 minuti mostra in primo piano il lavoro degli Amba e da gennaio sarà disponibile su www.acqua-amica-mia.ch. In questo sito, alla rubrica «Partecipazione», ci sono anche molte altre informazioni sull'impegno come ambasciatrici e ambasciatori dell'acqua: ci si può anche iscrivere direttamente online a uno dei prossimi corsi.

Sono già state rese note le seguenti date: 18.01.2014 Mézières (francese), 14.02 e 21.03 Winterthur, 03.05 Berna. Presto verrà comunicata un'altra data per un corso che si terrà in primavera in Ticino.

Il team di «Acqua, amica mia», sotto la direzione di Anita Moser, e tutti coloro che già vi partecipano attendono con piacere nuove colleghe e nuovi colleghi ambasciatori dell'acqua... e naturalmente anche Pico!



Gold und Schweizerrekord zum Auftakt der Wintersaison

Rettungsschwimmsport: 22. internationaler Deutschlandpokal im Rettungsschwimmen (D)

Zwei Goldmedaillen sowie 16 Schweizerrekorde waren die erfolgreiche Ausbeute der Schweizer Nationalmannschaft am 22. Internationalen Deutschlandpokal im Rettungsschwimmen in Warendorf (D).

stp. Der Auftakt zur Wintersaison im Rettungsschwimmen hätte aus Schweizer Sicht nicht erfolgreicher verlaufen könnten. Nach dem die SLRG Nationalmannschaft an der diesjährigen EM in Holland bereits 5 Schweizerrekorde im Pool verbessern konnte, gingen die Szenekenner davon aus, das im deutschen Warendorf die Athleten zwar gute Zeiten schwimmen werden, jedoch nur schwer an denjenigen der EM anknüpfen können.

Das Wasser im Schwimmbecken der Sportschule der Bundeswehr in Warendorf gilt weltweit als eines der schnellsten. Diesem Ruf wurde es auch bei der ersten Disziplin, dem 200 m Hindernisschwimmen, gerecht. Sowohl die Menzikerin Annika Lindenmeyer (SLRG Halwilersee) unter-

bot den Damenrekord um 0.88 Sekunden auf 2:32.33 als auch der Lauerzer Pascal Stöckli (SLRG Innerschwyz) bei den Herren um 3.43 Sekunden auf 2:14.57.

Der Höhepunkt des Wettkampfes aus Schweizer Sicht krönten jedoch der Brugger Manuel Zöllig (SLRG Baden-Brugg) und Stöckli. Die Weltmeister und Weltrekordhalter von 2010 bestätigten einmal mehr das mit ihnen jeder Zeit gerechnet werden muss und sie nebst den Holländern, Briten und Südafrikanern nach wie vor zur absoluten Weltspitze gehören. Auf Grund der Verlängerung der Strecke von 12 auf 12.5 m ist die Siegerzeit von 9.39 zugleich auch die neue Weltrekordzeit. Als bisher einzige Mannschaft weltweit schafften es die Schweizer



unter 10 Sekunden über die neue Distanz. Für eine grosse Überraschung sorgte jedoch die Schweizer Juniorin Angela Meier (SLRG Wil) in der Disziplin 100 m Lifesaver (Schwimmen und Retten mit Flossen und Gurtretter) mit neuer Schweizerrekordzeit und der Goldmedaille in der Juniorenwertung (U 18).

Road to Montpellier

Dass die Schweizer Athleten bereits so früh fit sind, scheint die erste Auswirkung des neuen Selektionskonzeptes des SLRG Elitekader zu sein. Anders als in den vergangenen Jahren müssen sich die Athleten nicht erst im Frühling, sondern bereits nächsten Samstag in Wallisellen bei der Selektion für die Saison 2014 beweisen. Nur die besten 10 Damen und 10 Herren werden ins Elitekader der SLRG für die WM-Saison 2014 aufgenommen. Mittels Trainingslehrgängen und Qualifikationswettkämpfen werden bis im kommenden August die jeweils besten 6 Athletinnen und Athleten für die Weltmeisterschaften im französischen Montpellier selektioniert. Somit war für die Schweizer Delegation der Deutschlandpokal nicht wie in anderen Jahren der Saisonabschluss, sondern der Auftakt in eine intensive und spannende Saison 2014, in der neben der zivilen WM auch noch die Militärweltmeisterschaften im Schwimmen und Rettungsschwimmen in der Schweiz (Tenero) ausgetragen werden.



Speziell zu erwähnen ist die Leistung der Schweizer Juniorin Angela Meier von der SLRG Wil (vordere Reihe, dritte Person von links). In der Disziplin 100 m Lifesaver (Schwimmen und Retten mit Flossen und Gurtretter) hat die Juniorin mit 1:05 einen neuen Schweizerrekord aufgestellt und sich somit die Goldmedaille in der Juniorenwertung (U 18) gesichert.

A relever spécialement: la prestation de la jeune sportive Angela Meier de la SSS de Wil (rang devant, troisième personne depuis la gauche). Dans la discipline 100 m lifesaver (natation et sauvetage avec palmes et ceinture de sauvetage), elle a, avec 1:05, établi un nouveau record suisse remportant ainsi la médaille d'or dans le classement junior (M18).

Or et record suisse

pour débiter la saison hivernale en fanfare

Sport de natation de sauvetage: 22e Coupe internationale d'Allemagne en natation de sauvetage

Deux médailles d'or et 16 records suisses, tel était le fruit de l'équipe nationale suisse lors de la 22e Coupe internationale d'Allemagne en natation de sauvetage à Warendorf (D).

stp. Le début de la saison hivernale n'aurait pas pu mieux commencer pour l'équipe nationale suisse. Lors du CE aux Pays-Bas cette année, l'équipe nationale de la SSS a déjà réussi à améliorer cinq records suisses en pool et les connaisseurs du milieu portaient du principe que les athlètes suisses pouvaient bien établir des temps respectueux en natation; ils ne pensaient cependant pas à ce qu'ils pouvaient à ce point confirmer leurs performances. L'eau dans le bassin de natation de l'école de sport de la Bundeswehr à Warendorf est considérée partout dans le monde comme une des plus rapides. Cette réputation a été confirmée lors de la première discipline déjà, la nage d'obstacle sur 200 m. Non seulement Annika Lindenmeyer (SSS Hallwylsee) a battu le record chez les dames de 0.88 secondes pour établir un temps

de 2:32.33, mais aussi Pascal Stöckli de Lauerz (SSS Innerschwyz) chez les hommes qui a battu le record de 3.43 secondes pour établir un temps de 2:14.57.

Du point de vue des suisses, le point culminant du concours a été atteint avec Manuel Zöllig de Brugg (SSS Baden-Brugg) et Pascal Stöckli. Les champions du monde et tenants du record mondial de 2010 ont confirmé, une fois de plus, qu'il faut en tout temps compter avec eux et qu'ils font partie de l'élite mondiale au même titre que les Hollandais, les Anglais et les Sud-Africains. Suite à l'allongement de la distance de 12 à 12.5 m, le temps établi par le binôme suisse de 9.39 est en même temps le nouveau record du monde. Jusqu'à présent, l'équipe suisse est la seule équipe au monde qui a réussi à parcourir la distance en dessous de 10 secondes. La nageuse junior Angela



Meier (SSS Wil) s'est révélée une grande surprise dans la discipline 100 m lifesaver (nage et sauvetage avec palmes et ceinture de sauvetage) en établissant un nouveau record suisse et en obtenant la médaille d'or chez les M18.

En route pour Montpellier

L'excellente forme physique des athlètes suisses est sans doute due au nouveau concept de sélection du cadre d'élite de la SSS. Contrairement aux années précédentes, les athlètes ne devaient pas justifier leur sélection au printemps, mais d'ores et déjà samedi prochain à Wallisellen, pour la sélection de la saison 2014. Seuls les dix meilleures dames et les 10 meilleurs hommes pourront faire partie du cadre d'élite de la SSS pour la saison du CM 2014. D'ici le mois d'août et lors des différents cours d'entraînements et concours de qualification, les six meilleurs athlètes (h et d) seront sélectionnés pour le Championnat du Monde qui a lieu à Montpellier en France. Ainsi, la Coupe internationale d'Allemagne n'était pas, comme dans le passé, la fin de la saison mais bel et bien le début d'une saison 2014 captivante et intensive, car à part le CM civil, il y a aussi le Championnat du monde militaire en natation et en natation de sauvetage qui figure sur le programme; cette manifestation aura lieu à Tenero, au Tessin (CH).



SLRG: Start in schnelle Becken von Warendorf(D). Bahn 3 Daniela Reichmuth, Bahn 5 Jennifer Ehrbar / SSS: départ dans le bassin rapide de Warendorf(D). Ligne 3: Daniela Reichmuth, ligne 5: Jennifer Ehrbar



SLRG Polo-Shirt, Polo SSS

Art.-Nr. 5013d

Vorne Logo gestickt,
Rücken-Aufdruck Logo Wasserrettung

Art.-Nr. 5013f

Devant logo brodé,
derrière logo sauvetage aquatique

Art.-Nr. 5013i

Davanti logo ricamato,
dietro logo salvataggio acquatico

Fr. 36.30 + Porto/port/spese

Fleece-Jacke, Veste fleece, Felpa

Vorne Logo bestickt, devant logo brodé,
davanti logo ricamato

Art.-Nr. 5030

Rot, rouge, rosso

Art.-Nr. 5031

Blau, bleu, blu

Fr. 67.35 + Porto/port/spese

Tasche, Sac, Borsa

Art.-Nr. 5050

Riesenbag, Grand sac, Maxi bag

Fr. 35.- + Porto/port/spese

Weitere aktuelle Boutique Artikel / D'autres articles de notre boutique / Altri articoli attuali della boutique:



Art.-Nr. 5020

Sweatshirt, langarm, Logo bestickt
Sweatshirt, manches longues, logo brodé
Sweatshirt, manica lunga, logo ricamato

Fr. 36.10 + Porto/port/spese

Art.-Nr. 5060

Rucksack, blau, dunkelblau

Rucksack, bleu, bleu foncé

Rucksack, blu, blu scuro, logo ricamato

Fr. 42.- + Porto/port/spese



Art.-Nr. 5070

SLRG Cap, blau, bestickt

Casquette SSS, bleu, brodé

Cappellino SSS, blu, logo ricamato

Fr. 14.90 + Porto/port/spese



AZB

6210 Sursee