



Fokussiert

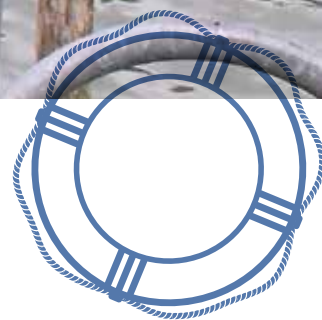
Mister SLRG von
Obwalden trotz der Kälte

Focalisé

Mister SLRG du canton
d'Obwald brave le froid

Focalizzato

Mister SSS di Obvaldo
nonostante il freddo





Liebe Rettungsschwimmerinnen und Rettungsschwimmer Liebe Mitglieder der SLRG

Der Sommer 2024 ist langsam aber sicher vorbei, und der Herbst hat Einzug gehalten. Doch trotz sinkender Temperaturen: unsere Mission «Ertrinken verhindern!» kennt keine Pause.

In den kälteren Jahreszeiten wagen sich auch immer mehr kälteresistente Schwimmer:innen in die Schweizer Gewässer. Einer unter ihnen ist Roly Gasser aus Sachseln (OW). Die «pur» Redaktion hat den engagierten SLRGler und passionierten Kaltwasserschwimmer für die Titelseite in seinem Element besucht. Er erklärt, was es mit seinem Titel «Mister SLRG» auf sich hat und gibt wertvolle Tipps für einen sicheren kalten Badespass.

Weiter blicken wir zurück auf eine erfahrungsreiche Wettkampfsaison 2024 und auf die Ertrinkungsstatistik 2023. Letztere weist mit 58 tödlichen Ertrinkungsunfällen 2023 rund 25% mehr Fälle auf als im 10-Jahresschnitt. Wir verfolgen diese Entwicklung mit Besorgnis und sind bestrebt, unseren Einsatz für mehr Wassersicherheit weiter zu intensivieren. Herzlichen Dank für euer unermüdliches Engagement und eure Unterstützung!

Eure Zentralpräsidentin
Aline Muller

Chères nageuses sauveteuses, chers nageurs sauveteurs, Chers membres de la SSS,

L'été 2024 est bien fini et l'automne s'est installé. Pourtant, malgré la baisse des températures, notre mission «Éviter les noyades!» ne s'arrête pas.

Un nombre croissant de nageuses et nageurs s'aventure dans les rivières et lacs suisses à la saison froide. Roly Gasser de Sachseln (OW) est l'un d'entre eux. Pour la une de ce numéro, la rédaction de «pur» a rencontré dans son élément ce membre de la SSS passionné de nage en eau froide. Il nous explique pourquoi on l'appelle «Mister SLRG» et donne de précieux conseils pour profiter de l'eau froide en toute sécurité.

Nous revenons aussi sur une saison de compétition 2024 riche en expériences et les statistiques de noyade de l'année dernière. Ces dernières recensent 58 noyades mortelles en 2023, soit une hausse des cas d'environ 25% par rapport à la moyenne sur dix ans. Nous observons cette évolution avec inquiétude et nous nous efforçons d'intensifier notre action pour améliorer la sécurité dans l'eau. Merci pour votre engagement sans faille et votre soutien!

La Présidente centrale
Aline Muller

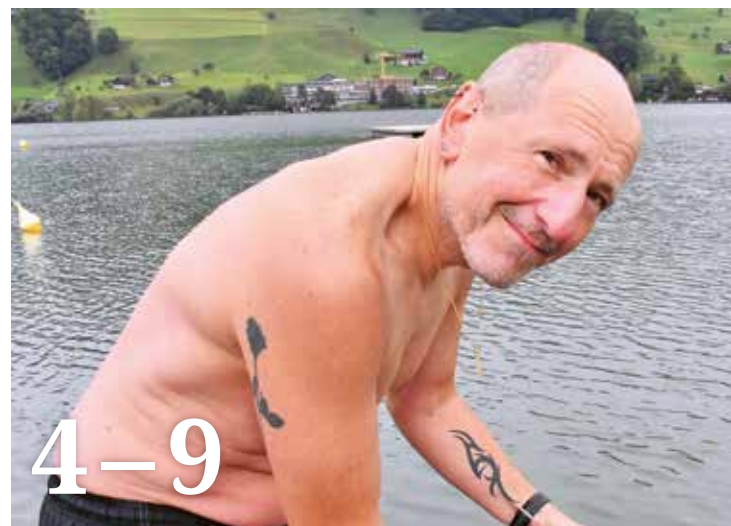
Care nuotatrici e cari nuotatori di salvataggio, cari Membri della SSS

L'estate 2024 ha lasciato pian piano il posto all'autunno. Però, anche se le temperature si abbassano, la nostra missione «Evitare gli annegamenti!» non conosce tregua.

Nelle stagioni più fredde, sempre più nuotatori/trici che non temono il freddo si avventurano nelle acque svizzere. Uno di loro è Roly Gasser di Sachseln (OW): per la storia di copertina, la redazione di «pur» ha incontrato, nel suo elemento, l'impegnato e appassionato nuotatore in acque fredde della SSS, che con piacere spiega il significato del suo titolo di «Mister SLRG» e fornisce preziosi consigli per un divertimento sicuro in acque fredde.

In questa edizione ripercorriamo inoltre la stagione delle competizioni 2024 ricca di esperienze e riflettiamo sulla statistica degli annegamenti del 2023: quest'ultima attesta 58 incidenti in acqua con esito letale nel 2023, ossia circa il 25% di casi in più rispetto alla media decennale. Questo sviluppo ci preoccupa, perciò puntiamo ad intensificare ulteriormente i nostri sforzi per una maggiore sicurezza acquatica. Grazie mille per il vostro instancabile impegno e il vostro sostegno.

La vostra Presidente centrale
Aline Muller



4-9

FOKUSSIERT

Mister SLRG aus Obwalden trotz der Kälte

FOCALISÉ

Mister SLRG du canton d'Obwald brave le froid

FOCALIZZATO

Mister SLRG di Obvaldo nonostante il freddo



12-16

MITTENDRIN

Schnellste Lebensretter der Schweiz gekürt

AU MILIEU

Les sauveteurs suisses les plus rapides récompensés

AL CENTRO

Premiati i soccorritori più veloci della Svizzera



18-23

GEMEINSAM

Durch präventive Risikoeinschätzung Ertrinken verhindern

EN COMMUN

Éviter les noyades par une évaluation préventive des risques

IN COMUNE

Evitare gli annegamenti grazie a una valutazione preventiva del rischio

Impressum | Mentions légales | Sigla editoriale 4 | 2024

Herausgeber | Éditrice | Editore SLRG SSS, Schellenrain 5, 6210 Sursee, Tel. 041 925 88 77, info@slrg.ch, www.slrg.ch, info@sss.ch, www.sss.ch **Layout, Produktion, Inserate | Mise en page, production, publicité | Layout, produzione, inserzioni** Schellenberg Druck AG, Pfäffikon ZH **Redaktion | Rédaction | Redazione** SLRG SSS **Erscheinungsweise | Mode de parution | Frequenza di pubblicazione** 4x pro Jahr | 4x par an | 4x all'anno **Titelfoto | Photo de couverture | Foto di copertina** Christoph Merki

Mister SLRG von Obwalden trotz der Kälte

Das Badevergnügen beschränkt sich bei vielen nicht mehr nur auf die Sommermonate. Einer davon ist Roly Gasser aus Sachseln (OW), der sich auch bei kalten Temperaturen in den Sarnersee wagt. Gleichzeitig mahnt der SLRG Experte aber zu überlegter Vorsicht.

Text: Christoph Merki
Fotos: SLRG

«Im Sommer bin ich jeden Tag im Sarnersee», erklärt der Obwaldner Roly Gasser und fügt an, «für mich ist ein Tag ohne See ein verlorener Tag.» Ein Bad im See ver helfe ihm morgens frisch in den Tag zu starten. Aber auch um sich bildhaft den Arbeitsalltag abzuwaschen, geniesst Gasser ebenso gerne abends sein Bad im See. «Ich bin einfach wahn-sinnig gerne am, im und auf dem Wasser», strahlt er. Wenn die Temperaturen langsam sinken, schwindet zwar die Kadenz, doch ganz auf ein regelmässiges Bad im See verzichtet Roly nicht. Zusammen mit vier bis fünf Kolleginnen und Kollegen trifft er sich jeweils am Sonntagnachmittag, um sich in seinem Element zu suhlen – und das bei jedem Wetter. Dabei höre er aber immer auf seinen Körper. «Wenn ich mich nicht hundertprozentig fit fühle, auch wenn ich schon in den Badehosen am Ufer bereitstehe, dann gehe ich nichts ins Wasser», unterstreicht der erfahrene SLRG-ler. Diese Vernunft müssten alle haben, eigentlich während des ganzen Jahres, aber vor allem, wenn im Herbst und Winter die Wassertemperaturen empfindlich tief sind.



01



02

Belebendes Gefühl

Diese Sonntagsgruppe ist aber schon lange kein Einzelfall mehr. Der Reiz des Überwindens und damit vielleicht sogar dem Körper etwas Gutes tun, findet immer mehr Anhänger. Inwiefern sich jedoch ein Bad im kalten Wasser positiv auf die Physis oder die Psyche auswirkt, ist wissenschaftlich noch nicht vollständig geklärt. Zwar kursieren vor allem die Aussagen des niederländischen Extremsportlers Wim Hof, der unter anderem mit seiner Atmungs-Methode Bekanntheit erlangte, jedoch lässt eine belastbare, auf Studien basierende Wahrheit noch auf sich warten. Doch Roly Gasser kümmert dieser Umstand nicht. Es seien auch keine esoterischen Beweggründe, warum er sich immer wieder aus der Komfortzone herausbegibt. «Mir gibt ein Bad im kalten Wasser neue Energie», meint der ausgebildete Experte See. So empfinde er den Moment, wenn nach dem kalten Vergnügen das Gefühl in die Extremitäten zurückkehre als sehr belebend.

Auf Körperreaktion achten

Roly Gasser verfügt über mehrere SLRG Expert-Ausbildungen. «Ich bin seit meinem 14. Altersjahr in diversen Funktionen in der SLRG dabei, weil ich es eine gute Sache finde», erklärt Gasser. Sein Wissen gibt er als Kursleiter weiter. Dadurch werde er, zumindest in Obwalden, auch immer wieder erkannt, hat inoffiziell sogar den Spitznamen «Mister SLRG» bekommen. Durch seine grosse Erfahrung weiss Gasser genau, auf was beim Kaltwasserschwimmen geachtet werden muss. «Das Wichtigste ist, man muss sich gesund fühlen», unterstreicht er. Langsames und konzentriertes Atmen sei genauso wichtig wie der langsame Einstieg. Denn ganz unbedenklich sei das Bad im kalten Wasser dann doch nicht, gibt er zu bedenken. Schwindelanfälle bis hin zur Bewusstlosigkeit seien im Extremfall möglich. Am sichersten sei es, sich in Ufernähe aufzuhalten, damit bei aufkommendem Unbehagen schnell das Wasser verlassen werden kann. Daher sei es auch essentiell, ein solches Vorhaben nie alleine anzugehen.

Beim Abenteuer nichts erzwingen

Aufgrund des regelmässigen Schwimmvergnügens verläuft der Übergang von den warmen zu den fröstelnden Temperaturen im See für ihn fliessend. So könne sich der Körper nämlich besser an die immer kältere Umgebung anpassen. Alternativ diene eine kalte Dusche, obwohl dies nicht dasselbe sei. «Beim Duschen läuft das Wasser hinunter, im See ist der Körper vom kalten Wasser umgeben», begründet er. Zudem müsse beachtet werden, dass das Wasser in Flüssen meist ein bis zwei Grad kälter sei als in Seen. «Im Fluss kommt die Schwierigkeit dazu, dass man bei Unwohlsein nicht sofort das Wasser verlassen kann», gibt er zu bedenken. Genauso wichtig wie das richtige Verhalten vor und während dem Bad ist das anschliessende Aufwärmen. Denn auf eine heisse Dusche solle verzichtet werden. Sich schnell abtrocknen, warm anziehen sei am besten. «Beim Abtrocknen nicht reiben, sonst droht im schlimmsten Fall eine Thrombosegefahr», erklärt der Experte. Man dürfe nicht verdrängen, dass ein solches Bad durchaus eine Tortur für den Körper sei. «Grundsätzlich kann ich eine solche Kaltwassererfahrung aber allen empfehlen, die bereit sind, sich auf das Abenteuer einzulassen», schmunkelt Gasser und fügt etwas ernster an, «man darf aber nichts erzwingen.»

Die wichtigsten Tipps für ein Bad im kalten Wasser sind zudem auf einem Merkblatt der SLRG zusammengefasst und können auf der Webseite www.slr.ch/kaltwasserschwimmen gefunden werden.



01

DE Langsam ins Wasser gehen und sich im besten Falle vorher annetzen gibt dem Körper die Möglichkeit, sich an die kalten Temperaturen anzupassen.

FR Pour permettre au corps de s'adapter aux basses températures, il faut entrer progressivement dans l'eau et, encore mieux, se mouiller avant.

IT Entrare in acqua lentamente e, idealmente, bagnarsi prima permette al corpo di adattarsi alle temperature fredde.

02

DE Wie bei warmen Temperaturen gehört auch im kalten See ein Auftriebsmittel zum erfrischenden Abenteuer.

FR Quelle que soit la température de l'eau, il faut se munir d'un moyen de flottaison pour aller nager.

IT Come per le temperature calde, anche per un'avventura rinfrescante in un lago freddo non può mancare un ausilio al galleggiamento.

Mister SLRG du canton d'Obwald brave le froid

Le plaisir de la baignade ne se limite plus à l'été pour de nombreuses personnes, dont Roly Gasser à Sachseln (OW) qui s'aventure dans le lac de Sarnen, même par temps froid. Néanmoins, cet expert SSS appelle à la prudence.

Texte: Christoph Merki
Photos: SSS

«En été, je vais tous les jours au lac de Sarnen» explique l'Obwaldien Roly Gasser avant d'ajouter: «Pour moi, un jour sans lac est un jour de perdu.» Une baignade au lac le matin l'aide à bien commencer la journée. Roly aime aussi aller nager le soir pour évacuer le stress de sa journée de travail. «J'adore être au bord, dans et sur l'eau, tout simplement», dit-il dans un grand sourire. Lorsque la température baisse, le rythme se réduit, mais Roly ne renonce pas pour autant à se baigner régulièrement dans le lac. Accompagné de quatre ou cinq collègues, il retrouve son élément de prédilection tous les dimanches après-midi, quelle que soit la météo. Il veille cependant à toujours être à l'écoute de son corps. «Si je ne me sens pas à 100% en forme, même si je suis déjà en costume de bain sur la rive, je ne vais pas dans l'eau», explique le nageur chevronné. Tout le monde doit avoir cette prudence toute l'année, mais surtout quand l'eau est très froide en automne et en hiver.

Un moment vivifiant

Ce groupe du dimanche n'est plus une exception depuis longtemps. L'attrait du dépassement de soi et même d'éventuels bienfaits pour le corps fait de plus en plus d'adeptes. L'effet positif



04

Ne pas se forcer

Comme c'est pour Roly un exercice régulier, il n'a aucun mal à passer de la chaleur aux températures glaciales du lac. Le corps peut ainsi mieux s'adapter à un milieu toujours plus froid. Une douche froide peut constituer une alternative, mais ce n'est pas la même chose. «Sous la douche, l'eau coule alors que dans le lac, le corps est entouré d'eau froide», explique Roly. En outre, il faut savoir que la température dans les rivières est généralement inférieure d'un à deux degrés à celle des lacs. «En rivière, la difficulté supplémentaire est que si l'on se sent mal, on ne peut pas sortir de l'eau immédiatement», précise-t-il. Se réchauffer après la baignade est une étape aussi importante que la bonne conduite à adopter avant et pendant la baignade. En effet, il faut s'abstenir de prendre une douche chaude. L'idéal est de se sécher rapidement et de s'habiller chaudement. «Il ne faut pas frotter pour se sécher, car dans le pire des cas, on risque une thrombose», explique notre expert. Il ne faut pas oublier qu'une telle baignade met le corps à rude épreuve. «En principe, je recommande la nage en eau froide à toutes les personnes qui sont prêtes à vivre cette expérience», dit Roly en souriant avant d'ajouter sur un ton plus sérieux: «Mais il ne faut pas se forcer.»

d'une baignade dans l'eau froide sur le mental ou le physique n'a toutefois pas encore été clairement établi scientifiquement. On pense certes aux déclarations du sportif de l'extrême néerlandais Wim Hof rendu célèbre notamment par sa méthode de respiration. Cependant, une vérité solide se basant sur des études se fait encore attendre. Roly ne s'en soucie guère. S'il sort régulièrement de sa zone de confort, ce n'est pas pour des raisons ésotériques. «Nager en eau froide me redonne de l'énergie», estime Roly qui a suivi le module Expert Lac. D'après lui, le moment où les sensations reviennent dans les extrémités après un passage dans l'eau froide est très vivifiant.

Etre à l'écoute de son corps

Roly Gasser a suivi plusieurs formations Expert à la SSS. «J'assure différentes fonctions à la SSS depuis l'âge de 14 ans, parce que je trouve que c'est une bonne chose», explique-t-il. Il transmet ses connaissances en tant que chef de cours. C'est pourquoi les gens le reconnaissent régulièrement, tout du moins dans le canton d'Obwald, ce qui lui a même valu le surnom non officiel de «Mister SLRG». Fort de sa grande expérience, Roly connaît parfaitement les consignes de prudence pour nager en eau froide. «Le plus important est de se sentir en bonne santé», insiste-t-il. Respirer lentement de manière concentrée est aussi important que de rentrer lentement dans l'eau. Il fait remarquer que la baignade à basse température n'est pas sans risque. Des vertiges pouvant aller jusqu'à la perte de connaissance sont possibles dans les cas extrêmes. Le plus sûr est de rester proche de la rive pour pouvoir sortir rapidement de l'eau en cas de malaise. C'est pourquoi il est aussi essentiel de ne jamais s'aventurer seul.

Les conseils les plus importants pour se baigner en eau froide sont également résumés dans une fiche d'information de la SSS et figurent sur le site Internet www.sss.ch/nage-en-eau-froide.



03

03

DE Bei jedem Wetter ist Roly Gasser jeweils am Sonntagnachmittag mit seinen Kaltwasser-Gefährten im Sarnersee anzutreffen.

FR Tous les dimanches après-midi, et par tous les temps, Roly Gasser et ses camarades vont se baigner dans les eaux froides du lac de Sarnen..

IT A prescindere dal tempo, ogni domenica pomeriggio Roly Gasser si trova al lago di Sarnen con i suoi compagni amanti delle acque fredde.

04

DE Schon in jungen Jahren zeigte sich Roly Gasser kälterestistent.

FR Roly Gasser se montrait déjà résistant au froid dans ses jeunes années.

IT Già in giovane età, Roly Gasser dimostrava di non temere il freddo.

Mister SLRG di Obvaldo nonostante il freddo

Per molti il piacere di stare in acqua non è più limitato solo ai mesi estivi. Uno di loro è Roly Gasser di Sachseln (OW), che si avventura nel lago di Sarnen anche a basse temperature. Al contempo, però, l'esperto della SSS invita alla cautela.

Testo: Christoph Merki
Immagini: SSS

«In estate, vado ogni giorno al lago di Sarnen», spiega Roly Gasser di Obvaldo, aggiungendo: «Per me, un giorno senza lago è un giorno perso». Il bagno nel lago al mattino lo aiuta a iniziare la giornata con vigore. A Gasser piace però fare il bagno nel lago anche alla sera, come per scrollersi di dosso la quotidianità lavorativa. «Adoro stare attorno all'acqua, in acqua e sull'acqua», esclama raggianti. Quando le temperature iniziano a scendere, la frequenza diminuisce, ma Roly non rinuncia alle sue nuotate regolari nel lago. Ogni domenica pomeriggio si ritrova con quattro o cinque colleghe e colleghi per sguazzare nel suo elemento, a prescindere dal tempo. Nel farlo, però, ascolta sempre il suo corpo. «Se non mi sento perfettamente in forma, anche se sono già in costume in riva al lago non entro in acqua», sottolinea l'esperto della SSS. Tutti dovrebbero avere questo buon senso, in realtà durante tutto l'anno, ma soprattutto in autunno e in inverno quando le temperature dell'acqua sono estremamente basse.

Sensazione rinvigorente

Già da diverso tempo, questo gruppo domenicale non è comunque più un caso isolato. Il fascino del superare i propri limiti e forse anche di fare qualcosa di buono per il proprio corpo attira sempre più persone. In che misura un bagno in acque fredde abbia effetti positivi sul corpo

o sulla psiche non è però ancora scientificamente provato. Sebbene circolino soprattutto le affermazioni dell'olandese specializzato in sport estremi Wim Hof, diventato famoso tra l'altro per il suo metodo di respirazione, una verità attendibile basata su studi è ancora lontana. Ma a Roly Gasser questo non interessa. Non ci sono nemmeno ragioni esoteriche per cui continua a spingersi oltre la sua zona di comfort. «A me fare il bagno in acqua fredda dà energia», spiega l'esperto laghi. Trova infatti molto rivitalizzante il momento in cui, dopo essersi goduto il freddo, sente il sangue tornare a circolare nelle estremità del corpo.

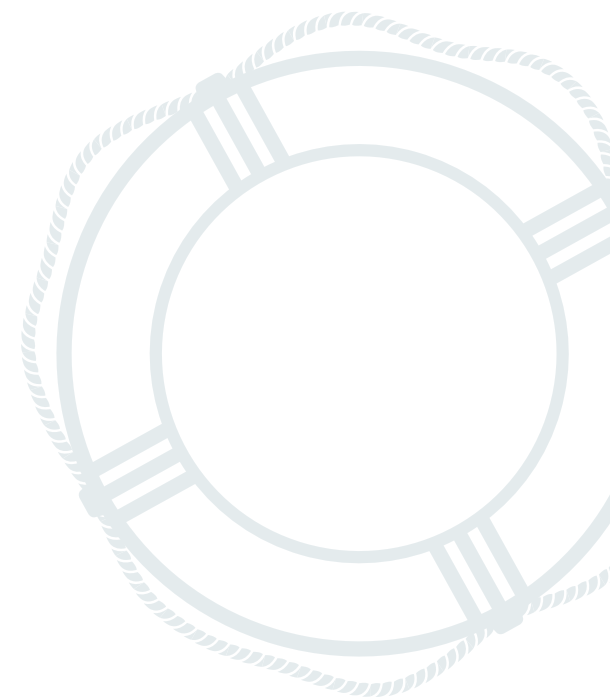
Prestare attenzione alle reazioni del corpo

Roly Gasser ha conseguito molte formazioni di esperto SSS. «Ho svolto diverse funzioni nella SSS sin da quando avevo 14 anni perché penso che sia una buona causa», spiega Gasser. Quale monitore, trasmette le sue conoscenze ad altre persone: proprio per questo è persino diventato famoso, almeno nel Canton Obvaldo, e ha assunto in modo ufficioso il soprannome di «Mister SLRG». Grazie alla sua vasta esperienza, Gasser sa esattamente di cosa bisogna tenere conto quando si nuota in acque fredde. «L'importante è sentirsi in salute», sottolinea. Spiega inoltre che è importante tanto una respirazione lenta e concentrata quanto entrare in acqua lentamente. Perché dopotutto, fa notare, fare il bagno in acqua fredda non è proprio una sciocchezza. In casi estremi è possibile avere le vertigini e persino perdere conoscenza. La cosa più sicura è rimanere in prossimità della riva, in modo da poter uscire rapidamente dall'acqua se si avverte un malessere. È quindi essenziale non affrontare mai un'esperienza del genere da soli.

Non forzare nulla in un'avventura

Grazie al nuoto regolare, per lui il passaggio dal caldo alle temperature del lago che fanno rabbrivire avviene senza problemi. Il corpo può infatti adattarsi meglio all'ambiente sempre più freddo. Un'alternativa può essere una doccia fredda, anche se però non è la stessa cosa. «Quando si fa la doccia, l'acqua scorre verso il basso, nel lago il corpo è circondato da acqua fredda», spiega. Inoltre, occorre tenere conto che l'acqua dei fiumi generalmente è più fredda di uno o due gradi rispetto a quella dei laghi. «Nel fiume, si aggiunge anche la difficoltà di non poter uscire immediatamente dall'acqua in caso di malessere», fa notare. Oltre al giusto comportamento prima e durante il bagno, è altrettanto importante il modo in cui ci si riscalda subito dopo, perché la doccia calda va evitata. La cosa migliore è asciugarsi subito e indossare abiti caldi. «Quando ci si asciuga non bisogna strofinarsi, altrimenti nel peggiore dei casi c'è il rischio di trombosi», spiega l'esperto. Non si può ignorare il fatto che fare il bagno in queste condizioni è sicuramente una tortura per il corpo. «In linea di principio, comunque, una simile esperienza in acqua fredda la posso consigliare a chiunque sia disposto a intraprendere l'avventura», sorride Gasser, aggiungendo un po' più seriamente: «ma non si deve forzare nulla».

I consigli più importanti per fare il bagno in acque fredde sono inoltre riassunti in una scheda informativa della SSS e sono disponibili sul sito www.sss.ch/nuoto-acque-fredde.



05

06

05

DE Egal wie kalt der See ist, Roly Gasser lässt sich sein Bad nicht nehmen. Je nach Temperatur ist die Verweildauer im Wasser allenfalls etwas kürzer.

FR Roly Gasser ne renonce pas à sa baignade, quitte à rester moins longtemps dans l'eau si la température l'exige.

IT Non importa quanto sia fredda l'acqua: Roly Gasser non rinuncia al suo bagno nel lago. A seconda delle temperature, eventualmente rimane un po' meno in acqua.

06

DE Das wöchentliche Badevergnügen gehört für Roly Gasser zur sonntäglichen Routine und sorgt für zufriedenes Gemüt.

FR Pour Roly Gasser, la baignade hebdomadaire qui fait partie de sa routine du dimanche est une source de satisfaction.

IT Godersi ogni settimana il bagno nel lago fa parte della routine domenicale di Roly Gasser e lo rende felice.



Lebensrettender Einsatz ausgezeichnet

Gemäss der Ertrinkungsstatistik der Schweizerischen Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG endete der Badespass letztes Jahr bedauerlicherweise für sieben Kinder tödlich – eine überdurchschnittlich hohe Anzahl tödlicher Ertrinkungsunfälle bei den unter 16-jährigen. Doch es gab auch Fälle mit einem glücklicheren Ausgang.

So retteten Tobias Wiget (im Bild, 2.v.l.), Ehrenmitglied der SLRG Sektion Innerschwyz, und Ahmed El Badri (im Bild, 2.v.r.), Bademeister im Hallenbad Brunnen (SZ), am 5. September 2023 durch ihr beherztes Eingreifen ein 7-jähriges Kind aus einer lebensbedrohlichen Situation. Für diesen lebensrettenden Einsatz wurden den beiden vom Christophorus-Rat, vertreten durch die Vertreterin der Region Zentral, Sara Ineichen, im Rahmen einer feierlichen Zeremonie während der Generalversammlung der SLRG Innerschwyz die Ehrenurkunde und -medaille überreicht.

Der Christophorus-Rat ehrt seit 1946 Personen, welche Mitmenschen aus einer lebensbedrohlichen Situation im Wasser gerettet haben.

Un acte de bravoure récompensé

D'après les statistiques de noyade de la Société Suisse de Sauvetage SSS, sept enfants ont malheureusement perdu la vie en se baignant l'année dernière. Il s'agit d'un nombre de noyades mortelles supérieur à la moyenne chez les moins de 16 ans. L'issue a été plus heureuse dans d'autres cas.

Par exemple, un enfant de 7 ans a été sauvé le 5 septembre 2023 grâce à l'action courageuse de Tobias Wiget (sur la photo, 2e à gauche), Membre honoraire de la Section SLRG Innerschwyz, et Ahmed El Badri (sur la photo, 2e à droite), maître-nageur à la piscine de Brunnen (SZ). Pour ce sauvetage, les deux hommes ont reçu la médaille et le certificat d'honneur des mains de Sara Ineichen, la représentante de la Région Centre du Conseil St-Christophe, dans le cadre d'une cérémonie organisée pendant l'assemblée générale de la SLRG Innerschwyz.

Le Conseil St-Christophe honore depuis 1946 les hommes et les femmes qui ont sauvé des personnes de la noyade.

Premiato l'intervento di salvataggio

Secondo le statistiche degli annegamenti della Società Svizzera di Salvataggio SSS, l'anno scorso il divertimento in acqua purtroppo è costato la vita a sette bambini, un numero di annegamenti tra i minori di 16 anni superiore alla media. Ci sono stati però anche dei casi con un esito più felice.

Il 5 settembre 2023, Tobias Wiget (nella foto, secondo da sinistra), Membro onorario della Sezione SLRG Innerschwyz, e Ahmed El Badri (nella foto, secondo da destra), bagnino della piscina coperta di Brunnen (SZ), sono intervenuti con coraggio e hanno salvato un bambino di 7 anni in pericolo di vita. Per il loro intervento di salvataggio, entrambi sono stati premiati dal Consiglio Cristoforo con l'attestato di benemerenza e la medaglia d'onore, consegnati dalla rappresentante della Regione Centrale, Sara Ineichen in occasione di una festosa cerimonia durante l'Assemblea generale della SLRG di Innerschwyz.

Dal 1946 il Consiglio Cristoforo premia coloro che hanno soccorso in acqua persone in pericolo di vita.



Kleine Wertschätzung für grossen Einsatz

Um ihren Ehrenmitgliedern zu danken, ihr wertvolles Engagement für die SLRG zu würdigen und den Spirit der Rettungsschwimmer:innen wieder aufleben zu lassen, führte die SLRG auch dieses Jahr den Ehrenmitgliederanlass durch. Bei bestem Wetter wurden alte Bekanntschaften aufgefrischt und manchmal auch auf alte Geschichten aus der aktiven Zeit zurückgeblickt. Organisiert wurde der Anlass durch das Zentralvorstandsmitglied, Tanya Randegger (vorne, 2. v. r.). Nebst ihr würdigten auch die Zentralpräsidentin Aline Muller (vorne, 4. v. l.) sowie weitere Vertretende des Zentralvorstandes, der Region Zentral und der Geschäftsstelle die Ehrenmitglieder mit ihrer Anwesenheit.

Une petite attention pour un grand engagement

La SSS a organisé la réunion des Membres honoraires également cette année pour les remercier, saluer leur engagement précieux au sein de la SSS, et raviver l'esprit de notre organisation. Le beau temps était au rendez-vous et ce fut l'occasion de prendre des nouvelles d'anciennes connaissances et parfois d'évoquer de vieux souvenirs. L'événement a été organisé par Tanya Randegger (devant, 2e à partir de la droite) qui est membre du Comité central et qui était présente ce jour-là, tout comme la Présidente centrale Aline Muller (devant, 4e à partir de la gauche) et d'autres représentants du Comité central, de la Région Centre et du Siège administratif.

Un piccolo riconoscimento per un grande impegno

Per ringraziare i Membri onorari, onorare il loro prezioso impegno a favore della SSS e risvegliare il loro spirito di nuotatori/trici di salvataggio, anche quest'anno la SSS ha organizzato l'evento dedicato ai Membri onorari. Con un tempo che non poteva essere migliore, hanno ritrovato vecchie conoscenze e ricordato vecchi aneddoti del periodo attivo nella SSS. L'evento è stato organizzato da Tanya Randegger, Membro del Comitato centrale (davanti, 2° da destra). Oltre a lei, hanno partecipato all'evento per i Membri onorari anche la Presidente centrale Aline Muller (davanti, 2° da sinistra) nonché altri rappresentanti del Comitato centrale, della Regione Centrale e della Sede amministrativa.



Biofuse®
Our Best Selling Goggle. Evolved.

Schnellste Lebensretter der Schweiz gekürt

An den Staffel Schweizermeisterschaften der SLRG kämpften im September 43 Sektionen aus allen Landesteilen um die begehrten Meistertitel. Dabei stand nebst den sportlichen Höchstleistungen aber auch die kameradschaftliche Gemeinschaftserlebnis sektionsübergreifend und untereinander im Fokus.

Text: Christoph Merki
Fotos: SLRG

Die garstigen Temperaturen im Schaffhauser Freizeitpark KSS kümmernten die knapp 600 Athletinnen und Athleten überhaupt nicht. Das Adrenalin auf dem Startbock und die lautstarke Unterstützung von den Zuschauenden heizte den engagierten Sportler:innen wohl genügend ein. Am traditionell sportlichen Höhepunkt des Jahres setzten sich die Favoriten einmal mehr durch. So machten die Sektionen Innerschwyz und Baden-Brugg in der Kategorie Open sowie Youth die Spitzenplätze unter sich aus. Während in der Open-Kategorie die Männer der SLRG Sektion Baden-Brugg vor Innerschwyz und Rapperswil-Jona als Titelverteidiger ihre Kontrahenten hinter sich liessen, sicherten sich die Damen der Innerschwyz den Schweizer Meistertitel. In der Kategorie Youth kämpfte sich das Team der SLRG Innerschwyz vor Rapperswil-Jona und Bern auf das Podest, bei den Herren wurde die SLRG Baden-Brugg vor Zürich und Rapperswil-Jona zum Schweizer Meister gekürt. In der Kategorie Masters schwammen die Damen der SLRG Bern und die Herren des Teams der SLRG Wädenswil zu nationalen Ehren.

Zusammenhalt als Rückgrat der SLRG

Für den Präsidenten der SLRG Sektion Val de Ruz, Gaétan Jeannet, stand in Schaffhausen jedoch die Rangliste nicht im Vordergrund: «Es ist wichtig, die verschiedenen SLRG Sektionen zusammenzubringen und sektionsübergreifend das Zusammengehörigkeitsgefühl zu entwickeln.» Nebst diversen Zaungästen auf der Tribüne verfolgte auch die Zentralpräsidentin der SLRG, Aline Muller, die Wettkämpfe. «Die Stimmung reflektiert genau das, wofür der Anlass steht», meinte sie, «für ein sportlich kämpferisches Gegeneinander und freundschaftliche Kameradschaft, das Rückgrat unseres Verbandes.»



01

DE Die Disziplinen an den nationalen Meisterschaften sind an die realen Rettungstechniken angelehnt und werden auch mit Rettungsmaterialien absolviert.

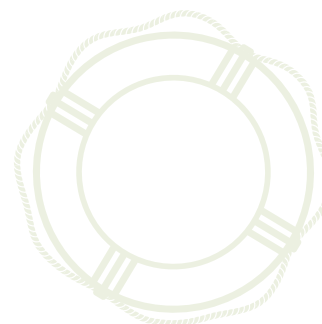
FR Les disciplines des championnats nationaux s'inspirent des vraies techniques de sauvetage et nécessitent aussi l'utilisation du matériel correspondant.

IT Le discipline ai campionati nazionali sono basate su tecniche di salvataggio reali e vengono eseguite anche con l'utilizzo di materiali di salvataggio.

Internationale Erfolge für die SLRG Nationalkader

Die Kombination des humanitären Grundgedankens von Helfen und Retten mit dem sportlichen Wettkampfgeist zeichnet den Rettungsschwimmsport aus. Dieser wird durch SLRGler:innen auf nationaler wie auch internationaler Ebene engagiert betrieben. Erst kürzlich konnten sich unsere Nationalkader an den Welt- und Europameisterschaften mit Kolleg:innen anderer Länder messen.

Text: Saskia Meienberg
Fotos: SLRG



02

DE An den Jugend Europameisterschaften stellte das Viererteam Nils Badan, Serena Kohler, Nika Jenni und Manuel de Pizzol (von links oben nach rechts unten) in der Disziplin «Lifesaver Mixed Pool Relay» einen neuen Schweizer Rekord auf.

FR Aux championnats d'Europe jeunesse, l'équipe constituée de Nils Badan, Serena Kohler, Nika Jenni et Manuel de Pizzol (de gauche à droite en bas) a établi un nouveau record de Suisse dans la discipline «Lifesaver Mixed Pool Relay».

IT Ai Campionati europei giovanili, la squadra composta da Nils Badan, Serena Kohler, Nika Jenni e Manuel de Pizzol (dall'alto a sinistra in basso a destra) ha stabilito un nuovo record svizzero nella disciplina «Lifesaver Mixed Pool Relay».

Für den entscheidenden Augenblick fit sein – dies gilt sowohl für das Leben retten wie auch im Sport. Dieses gemeinsame Ziel verbindet alle Athlet:innen an Wettkämpfen – so auch jene der beiden SLRG Nationalkader. Letztens im August an den Jugend Europameisterschaften in Riesa (DEU) sowie Ende August an den Weltmeisterschaften an der Gold Coast (AUS), wo das Open-Kader antrat.

Starke Leistung der Nationalkader

An den Jugend Europameisterschaften lieferten die Athlet:innen des SLRG Nationalkaders eine top Leistung. So stellte das Viererteam Nils Badan, Manuel De Pizzol, Nika Jenni und Serena Kohler in der Disziplin «Lifesaver Mixed Pool Relay» sowie Sonia Cheptiakova im «100m Manikin Carry with fins» zwei neue Schweizer Rekorde auf. Abgerundet wurden diese Erfolge von der Bronzemedaille, welche sich Manuel De Pizzol und Laurin Jansen in der Disziplin «Line Throw» holten.

An den Weltmeisterschaften legte das Team Sarah Morgenegg, Cyril Senften, Elias Rösli und Sandro Schleich gleich zu Beginn mit der Silbermedaille in der Disziplin «Simulated Emergency Response Competition (SERC)» einen fulminanten Auftakt in die Wettkämpfe hin. Darauf folgten gleich mehrere neue Schweizer Rekorde von Stefanie Zwyrer («100m Manikin Carry with Fins»), Sandro Schleich («200 m Super Lifesaver»), Julian Moesch («Rescue Medley»), Julian Roeber («100m Manikin Tow with Fins») sowie dem Team Julian Moesch, Jonas Rudolf, Sandro Schleich und Elias Rösli in der Disziplin «4 x 25m Manikin Relay».

Nach der Saison ist vor der Saison

Durch diese Resultate angespornt, kann mit ambitionierten Nachwuchsathlet:innen für die kommende Saison gerechnet werden. Denn die Nationalkader vertreten nicht nur die SLRG, sondern gleichzeitig die Schweiz in einer nicht sehr bekannten, dafür wohl einer der sinnvollsten Sportarten.



Les sauveteurs suisses les plus rapides récompensés

En septembre, 43 Sections venues de tout le pays se sont affrontées lors des championnats suisses en relais de la SSS. Au-delà des performances sportives de haut niveau, cet événement a aussi été l'occasion de partager une expérience conviviale.

Texte: Christoph Merki
Photos: SSS

Les températures exécrables n'ont pas gêné les quelque 600 athlètes motivés réunis au parc de loisirs KSS de Schaffhouse. L'adrénaline sur le plot de départ et les encouragements bruyants du public ont suffi à leur donner des ailes. Les favoris se sont une fois de plus distingués lors de ce rendez-vous qui couronne traditionnellement l'année sportive. Les Sections Innerschwyz et Baden-Brugg ont ainsi monopolisé la tête du classement dans les catégories Open et Youth. Dans la catégorie Open, la Section SLRG Baden-Brugg a défendu son titre chez les messieurs devançant Innerschwyz et Rapperswil-Jona, alors que les dames d'Innerschwyz ont remporté le titre. Dans la catégorie Youth, l'équipe de la SLRG Innerschwyz est montée sur le podium devant Rapperswil-Jona et Bern. Chez les messieurs, la SLRG Baden-Brugg a décroché le titre devant Zürich et Rapperswil-Jona. Dans la catégorie Master, la compétition a été remportée par la SLRG Bern chez les femmes et la SLRG Wädenswil chez les hommes.

La solidarité, colonne vertébrale de la SSS

Pour le président de la Section SSS Val de Ruz, Gaétan Jeannet, le classement n'était pas la priorité à Schaffhouse: «C'est important de réunir les différentes Sections SLRG et de développer le sentiment de solidarité entre Sections.» La Présidente centrale de la SSS, Aline Muller, a suivi les compétitions depuis la tribune en compagnie d'autres spectateurs. «L'ambiance reflète ce que cette compétition représente, un affrontement sportif et une solidarité conviviale, qui constitue la colonne vertébrale de notre organisation.»



03

DE Mit einem energiegeladenen Startsprung versucht hier die Rettungsschwimmerin der SLRG Sektion Rapperswil-Jona wertvolle Meter zu gewinnen.

FR La nageuse sauveteuse de la Section SLRG Rapperswil-Jona essaie de gagner de précieux mètres en prenant un départ énergique.

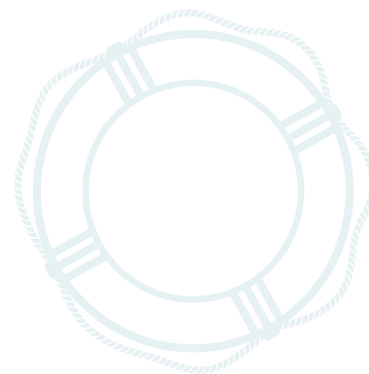
IT Con un energico tuffo di partenza, la nuotatrice di salvataggio della Sezione SSS di Rapperswil-Jona cerca di guadagnare metri preziosi.

03

Succès internationaux pour les cadres nationaux de la SSS

Le sport de sauvetage est caractérisé par une pensée humanitaire et l'esprit de compétition. Il est pratiqué avec passion par les membres de la SSS au niveau national et international. Nos cadres nationaux se sont récemment mesurés à leurs homologues d'autres pays aux championnats d'Europe et du monde.

Texte: Saskia Meienberg
Photos: SSS



Etre en forme au bon moment, c'est une règle qui vaut dans la vie comme dans le sport. Cet objectif commun unit tous les athlètes pendant les compétitions, comme cela a été le cas des cadres nationaux de la SSS en août dernier, lors des championnats d'Europe jeunesse à Riesa (Allemagne) et fin août aux mondiaux de la Gold Coast (Australie) pour l'équipe Open.

Excellentes performances des cadres nationaux

L'équipe nationale de la SSS a réalisé d'excellentes performances aux championnats d'Europe jeunesse. Le quatuor composé de Nils Badan, Manuel De Pizzol, Nika Jenni et Serena Kohler dans la discipline «Life-saver Mixed Pool Relay» et Sonia Cheptiakova aux «100m Manikin Carry with fins» ont établi deux nouveaux records de Suisse. Ces réussites ont été complétées par la médaille de bronze remportée par Manuel De Pizzol et Laurin Jansen au «Line Throw».

Aux championnats du monde, l'équipe de Sarah Morgenegg, Cyril Senften, Elias Rösli et Sandro Schleich a démarré la compétition en fanfare en gagnant la médaille d'argent au SERC (Simulated Emergency Response Competition). Plusieurs nouveaux records de Suisse ont été établis par Stefanie Zwyrer («100m Manikin Carry with Fins»), Sandro Schleich («200m Super Lifesaver»), Julian Moesch («Rescue Medley»), Julian Roerber («100m Manikin Tow with Fins») et l'équipe de Julian Moesch, Jonas Rudolf, Sandro Schleich et Elias Rösli dans le «4 x 25m Manikin Relay».

L'après-saison est aussi l'avant-saison

Encouragée par ces résultats, une nouvelle génération d'athlètes ambitieux se prépare à la saison à venir. Les cadres nationaux ne représentent pas seulement la SSS, mais aussi la Suisse dans un sport qui n'est pas très connu, mais qui est l'un des plus utiles.

04

DE Das Team Sandro Schleich, Cyril Senften, Sarah Morgenegg und Elias Rösli (von links nach rechts) holte sich mit einer top Leistung an den Weltmeisterschaften die Silbermedaille im «SERC».

FR L'équipe de Sandro Schleich, Cyril Senften, Sarah Morgenegg et Elias Rösli (de gauche à droite) a décroché la médaille d'argent du «SERC» grâce à une excellente performance aux championnats du monde.

IT Ai Campionati mondiali la squadra di Sandro Schleich, Cyril Senften, Sarah Morgenegg ed Elias Rösli (da sinistra a destra) ha vinto la medaglia d'argento nel «SERC» con un'eccezionale prestazione.



04

Premiati i soccorritori più veloci della Svizzera

Ai campionati svizzeri a staffetta della SSS di settembre, 43 Sezioni provenienti da tutto il Paese hanno gareggiato per aggiudicarsi gli ambiti titoli di campione. L'attenzione era rivolta non solo alle eccellenti prestazioni sportive, ma anche all'esperienza comune di cameratismo tra le persone e tra le Sezioni.

Testo: Christoph Merki
Immagini: SSS

Le temperature rigide del parco ricreativo KSS di Sciaffusa non hanno affatto scalfito i/le quasi 600 atleti/e. L'adrenalina sul blocco di partenza e il sostegno a gran voce degli spettatori hanno sicuramente dato la giusta carica agli/alle atleti/e impegnati/e. In occasione del tradizionale appuntamento sportivo dell'anno, i favoriti si sono imposti ancora una volta: le Sezioni di Innerschwyz e Baden-Brugg hanno infatti conquistato i primi posti nelle categorie Open e Youth. Mentre nella categoria Open gli uomini della Sezione SLRG Baden-Brugg, campioni in carica davanti a Innerschwyz e Rapperswil-Jona, hanno avuto la meglio sui propri avversari, le donne della Sezione di Innerschwyz si sono aggiudicate il titolo di campionesse svizzere. Nella categoria Youth, ha conquistato il podio la squadra della SSS di Innerschwyz, seguita da Rapperswil-Jona e Berna, mentre tra gli uomini il titolo di campione svizzero è stato vinto dalla SLRG Baden-Brugg, seguita da Zurigo e Rapperswil-Jona. Nella categoria Masters, si sono aggiudicati i titoli nazionali le donne della SLRG Bern e gli uomini della SLRG Wädenswil.

Coesione: la spina dorsale della SSS

Per il Presidente della Sezione SSS di Val de Ruz, Gaétan Jeannet, tuttavia, a Sciaffusa la priorità non era la classifica: «È importante riunire le varie Sezioni della SSS e rafforzare il senso di appartenenza tra loro». Tra la folla di spettatori in tribuna c'era anche la Presidente centrale della SSS Aline Muller ad assistere alle competizioni. «L'atmosfera riflette esattamente ciò che questa occasione rappresenta», ha spiegato, «una sfida sportiva e competitiva e un cameratismo amichevole, la spina dorsale della nostra associazione».

05

DE Die Zentralpräsidentin, Aline Muller (r.), überreichte an der Rangverkündigung die Medaillen und Gratulationen, wie hier bei der Kategorie Youth Männer.

FR A l'annonce du classement, la Présidente centrale, Aline Muller (à droite), a remis les médailles et félicitations comme ici dans la catégorie Youth messieurs.

IT Alla Presidente centrale, Aline Muller (d.), l'onore di consegnare le medaglie e congratularsi: nell'immagine la premiazione della categoria Youth maschile.



06

DE Ebenso wichtig wie die Einzel-Leistungen der Kader-athlet:innen ist der Zusammenhalt im Nationalkader.

FR La cohésion des cadres nationaux est tout aussi importante que les performances individuelles des athlètes.

IT Oltre alle prestazioni individuali delle atlete e degli atleti, è altrettanto importante anche la coesione nei quadri nazionali.



Successi internazionali per i quadri nazionali della SSS

Lo sport del nuoto di salvataggio si contraddistingue per l'idea umanitaria di base di aiutare e salvare combinata con lo spirito sportivo di competizione. I Membri della SSS sono impegnati in questo senso sia a livello nazionale sia internazionale. Proprio di recente, i nostri quadri nazionali hanno potuto competere con le colleghe e i colleghi di altri Paesi ai Campionati mondiali ed europei.

Testo: Saskia Meienberg
Immagini: SSS

Essere in forma per il momento decisivo: questo vale sia per salvare vite sia nello sport. Questo obiettivo comune unisce tutte le atlete e tutti gli atleti in gara, compresi quelli dei due quadri nazionali della SSS: è stato così ad agosto ai Campionati europei giovanili di Riesa (DEU) e alla fine di agosto ai Campionati mondiali di Gold Coast (AUS), dove ha gareggiato la squadra Open.

Ottime prestazioni dei quadri nazionali

Le atlete e gli atleti dei quadri nazionali della SSS hanno fornito un'ottima prestazione ai Campionati europei giovanili. Sono infatti stati stabiliti due nuovi record svizzeri dalla squadra composta da Nils Badan, Manuel De Pizzol, Nika Jenni e Serena Kohler nella disciplina «Lifesaver Mixed Pool Relay» e da Sonia Cheptiakova nei «100m Manikin Carry with Fins». Questi successi sono stati completati dalla medaglia di bronzo conquistata da Manuel De Pizzol e Laurin Jansen nella disciplina «Line Throw». Ai Campionati mondiali, la squadra composta da Sarah Morgenegg, Cyril Senften, Elias Rösli e Sandro Schleich ha dato inizio alla competizione in modo brillante conseguendo una medaglia d'argento nella disciplina «Simulated Emergency Response Competition (SERC)». Sono seguiti poi diversi nuovi record svizzeri da parte di Stefanie Zwyrer («100m Manikin Carry with Fins»), Sandro Schleich («200m Super Lifesaver»), Julian Moesch («Rescue Medley»), Julian Roeber («100m Manikin Tow with Fins») e la squadra di Julian Moesch, Jonas Rudolf, Sandro Schleich ed Elias Rösli nella disciplina «4 x 25m Manikin Relay».

Finita una stagione inizia la preparazione di quella successiva

Questi risultati hanno motivato le giovani atlete e i giovani atleti ad essere ambiziosi per la prossima stagione. Oltre alla SSS, i quadri nazionali rappresentano anche la Svizzera in uno sport che è sì poco conosciuto, ma è senz'altro uno dei più significativi.

Durch präventive Risiko- einschätzung Ertrinken verhindern

Flüsse sind beliebte Orte zum Verweilen am, im und auf dem Wasser, jedoch bergen sie oft unterschätzte Gefahren. Mitunter können Veränderungen in der Flusslandschaft das Risiko für Schwimmende erheblich erhöhen. Eine gründliche Risikobeurteilung oder die SLRG Dienstleistung «Risk Assessment für Gemeinden» sind daher essenziell, um Gefahren frühzeitig zu erkennen und Schwimmende zu schützen.

Text: Saskia Meienberg
Fotos: SLRG

Die Kraft und die Unberechenbarkeit des Wassers in Flüssen werden oft massiv unterschätzt. Diese Tendenz spiegelt sich leider auch in den jährlich von der SLRG und dem BFU im Rahmen der gemeinsamen Ertrinkungsstatistik ausgewiesenen tödlichen Ertrinkungsunfälle wider. Die meisten Fälle ereignen sich dabei in Flüssen und Seen. Statistisch konnte in den vergangenen Jahren im Vergleich mit dem Zehnjahresschnitt von total 47 Todesfällen durch Ertrinken ein Anstieg beobachtet werden, 2022 verloren insgesamt 66 Personen in Schweizer Gewässern ihr Leben – ein trauriger Höchstwert seit 20 Jahren. Für das Jahr 2023 weist die Statistik mit 58 Fällen zwar einen leichten Rückgang auf, trotzdem liegt die Zahl noch markant über dem Zehnjahresschnitt (weitere Informationen zur Ertrinkungsstatistik 2023 finden sich in der Rubrik «Wissenswert» auf den Seiten 24 und 25). Insbesondere jüngere Männer im Alter zwischen 16 und 32 Jahren zählen zur Risikogruppe, aber auch bei den älteren Menschen konnte in den letzten Jahren ein leichter Anstieg beobachtet werden. Einige Faktoren dafür liegen womöglich in einer grösseren Risikobereitschaft sowie dem Unterschätzen der Naturgewalten, und dem Überschätzen der eigenen schwimmerischen Fähigkeiten. Hinzu kommen noch viele weitere Risiken, die auf äusseren Fak-



toren gründen und vielleicht nicht immer auf den ersten Blick ersichtlich sind. Was ist daher zu beachten, um diese möglichst zu minimieren? Denn Fakt ist: der Grossteil der Ertrinkungsunfälle liesse sich bereits mit ein paar einfachen, aber lebensrettenden Massnahmen verhindern.

Die Natur im ständigen Wandel

Flüsse unterliegen ständigen Veränderungen, sei es durch Erosion, Sedimentablagerungen oder wechselnde Wasserstände. Beispielsweise durch starke Regenfälle oder viel Schmelzwasser aus den Bergregionen kann es zu Veränderungen der Strömungsgeschwindigkeit kommen. Der unerwartete Anstieg des Wasserstandes begünstigt die Entstehung von schnellen und kräftigen Strömungen, welche Schwimmende überraschen können. Zudem führen Flüsse mit mehr Wasser, tendenziell auch mehr Schwemmmaterial, wie grössere Äste. Besonders tückisch sind dabei starke Strömungen oder Hindernisse, die an der Oberfläche vielleicht nicht sichtbar sind.

Auch menschliche Eingriffe wie Flussbegradigungen oder der Bau von Brücken verändern das Verhalten eines Flusses. Diese Massnahmen können unvorhersehbare Wasserbewegungen erzeugen und neue Gefahrenstellen schaffen. So können Schwimmende beispielsweise zu nahe an Brückenpfeilern oder andere Hindernisse geführt werden und sich schlimmstenfalls daran verletzen. Doch nicht nur die allgemeinen Strömungsverhältnisse gilt es zu beachten, auch Strudel oder sogenannte Wasserwalzen bergen tödliche Gefahren. Letztere entstehen bei Stufen, Verbauungen, Schwellen sowie natürlichen Wasserfällen, und sind auch am schäumenden Weisswasser erkennbar. Das Weisswasser führt zu einem verminderten Auftrieb, da es stark mit Luft angereichert ist. Die dabei vielfach entstehende, rotierende Wasserwalze kann zur tödlichen Gefahr werden, aus der man sich aus eigener Kraft vielfach nicht mehr befreien kann.

Risiken einschätzen und Gefahren vorbeugen

Um Gefahren zu minimieren, ist ein systematisches Risk Assessment deshalb unverzichtbar. Es erlaubt, potenzielle Risiken im Voraus zu identifizieren, Sicherheitsmassnahmen zu ergreifen und – im grösseren Rahmen – die Bevölkerung gezielt auf Gefahren hinzuweisen. Dies umfasst unter anderem das regelmässige Überwachen von Strömungen, Wasserständen und Uferstrukturen. Auch die Installation von Informations- und Warnschildern und der Ausbau von Rettungseinrichtungen entlang von Flussabschnitten sind wichtige Präventivmassnahmen, um Schwimmende vor unnötigen Risiken zu schützen. Die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG berät und unterstützt Gemeinden in einem auf die lokalen Gegebenheiten ausgerichteten Risk Assessment darin, ihre Wasseranstossbereiche und/oder Badeplätze sicher zu gestalten.

Aber auch auf individueller Ebene ist eine Risikobeurteilung, neben einem gesunden Mass an Eigenverantwortung, bei jedem Ausflug an, in und aufs Wasser zentral für einen sicheren Badespass. Deshalb empfiehlt die SLRG, sich vor jeder Freizeitaktivität am, im und auf dem Wasser vorgängig über den Flussabschnitt zu informieren und ihn zu begehen – gemäss Flussregel Nr. 4 «Unbekannte Flussabschnitte müssen vorher erkundet werden», um sich mit den lokalen Gegebenheiten vertraut zu machen. Weiter ist es wichtig, nie allein schwimmen zu gehen und seine eigenen Fähigkeiten nicht zu über- sowie die Naturgewalten nicht zu unterschätzen. Auf www.slr.ch finden sich weitere Tipps für einen sicheren Badespass.

01

DE Führt ein Fluss mehr Wasser, steigt auch die Menge an Schwemmmaterial, wie grössere Äste (Symbolbild). Dabei sind diese nicht immer an der Wasseroberfläche sichtbar.

FR Si le débit d'une rivière augmente, la quantité de matériaux charriés comme les grosses branches d'arbre (icône) augmente aussi. Ces dernières ne sont pas toujours visibles à la surface.

IT Se la portata di un fiume aumenta, aumenta anche la quantità di materiale alluvionale, come rami più grandi (vedi simbolo), che non sempre sono visibili sulla superficie dell'acqua.

Éviter les noyades par une évaluation préventive des risques

Les rivières sont des lieux privilégiés pour profiter de l'eau, mais on sous-estime souvent leurs risques. Les modifications du paysage fluvial peuvent décupler ces risques. Une évaluation minutieuse ou le service de la SSS d'évaluation des risques pour les communes sont donc essentiels pour protéger les personnes.

Text: Saskia Meienberg
Fotos: SSS

La force et l'imprévisibilité de l'eau dans les rivières sont souvent grandement sous-estimées. Cette tendance se reflète aussi malheureusement dans le nombre d'accidents mortels recensés chaque année par la SSS et le BPA dans le cadre de leurs statistiques communes sur les noyades. La plupart d'entre elles se produisent dans les rivières et les lacs. Statistiquement, on a pu observer une augmentation ces dernières années par rapport à la moyenne sur dix ans de 47 décès par noyade. En 2022, 66 personnes ont perdu la vie dans les eaux suisses, un triste record qui n'avait pas été atteint depuis 20 ans. Pour 2023, les statistiques marquent un léger recul avec 58 noyades. Ce chiffre reste pourtant nettement au-dessus de la moyenne sur dix ans (vous trouverez de plus amples informations sur les statistiques des noyades 2023 dans la rubrique «informations utiles», page 24-25). Les hommes jeunes de 16 à 32 ans en particulier constituent le groupe à risque, mais on a aussi observé une légère hausse chez les seniors ces dernières années. Un goût du risque plus marqué, la sous-estimation des forces de la nature et la surestimation des capacités individuelles figurent parmi les facteurs probables. A cela s'ajoutent



bien d'autres risques qui dépendent de facteurs extérieurs et peut-être ne sont pas évidents au premier regard. Quelles sont donc les règles à respecter pour minimiser ces risques le plus possible? Il est en effet établi qu'une majorité des noyades auraient pu être évitées avec quelques mesures simples, mais vitales.

La nature en changement constant

Les rivières changent sans cesse, que ce soit à cause de l'érosion, des accumulations de sédiments ou des variations de niveaux. De fortes pluies ou un volume important d'eau de fonte en provenance des régions montagneuses peuvent par exemple modifier la vitesse du courant. La montée subite du niveau de l'eau favorise l'apparition de courants rapides et puissants qui peuvent surprendre les nageuses et nageurs. De plus, les rivières qui ont gonflé ont tendance à charrier plus de matériaux comme de grosses branches. Les courants forts ou les obstacles éventuellement invisibles à la surface sont particulièrement traitres.

Les interventions humaines comme la correction du cours des rivières ou la construction de ponts modifient aussi le comportement d'une rivière. Ces mesures peuvent causer des mouvements d'eau imprévisibles et créer de nouvelles zones de danger. Les nageurs et nageuses peuvent ainsi être poussés trop près des piliers d'un pont ou d'autres obstacles et se blesser dans le pire des cas. Il ne faut pas seulement faire attention aux courants en général, les tourbillons ou rouleaux, comme on les appelle, peuvent aussi présenter un danger mortel. Ces derniers se forment au niveau des paliers, ouvrages, seuils et chutes d'eau naturelles, et sont reconnaissables aux bouillonnements et à l'écume. Les bouillonnements présentent un effet porteur réduit, car ils sont très aérés. Le rouleau qui se forme peut devenir un piège mortel duquel il est souvent impossible de se libérer de ses propres moyens.

Evaluer les risques et prévenir les dangers

Il est donc indispensable de procéder systématiquement à une évaluation des risques pour diminuer les dangers. Cela permet d'identifier à l'avance les risques, de prendre des mesures de sécurité et, à une plus grande échelle, d'alerter la population de manière ciblée sur les risques présents. Cela inclut notamment la surveillance régulière des courants, du niveau de l'eau et des ouvrages sur les berges. L'installation de panneaux d'information et d'avertissement et le développement de dispositifs de sauvetage le long des rivières sont des mesures de prévention importantes pour protéger les nageurs et nageuses des risques inutiles. La Société Suisse de Sauvetage SSS conseille et accompagne les communes dans le cadre d'une évaluation des risques en fonction des circonstances locale pour qu'elles puissent sécuriser leurs accès aux lacs et rivières et/ou lieux de baignade. Au niveau individuel aussi, outre une bonne dose de responsabilité individuelle, une évaluation des risques est essentielle à toute sortie au bord, dans et sur l'eau pour en profiter en toute sécurité. C'est pourquoi la SSS recommande avant toute activité de loisir aquatique de s'informer au préalable sur le tronçon de rivière concerné et de faire un repérage à pied conformément à la maxime n° 4 «Explorer d'abord les tronçons de cours d'eau inconnus!». Il est également important de ne jamais aller nager seul-e, de ne pas surestimer ses propres capacités et de ne pas sous-estimer les forces de la nature. Vous trouverez sur www.sss.ch des conseils supplémentaires pour vous baigner sans risques.

02

DE Gefährliches Phänomen: Mitunter bei Schwellen oder Wasserfällen können sich Weisswasser und rotierende Wasserwalzen bilden (siehe Grafik).

FR Phénomène dangereux: près des seuils ou des chutes d'eau peuvent parfois se former des bouillonnements et des rouleaux (voir graphique).

IT Fenomeno pericoloso: talvolta, in corrispondenza di salti o cascate, si possono formare acque spumeggianti e vortici d'acqua (vedi grafico).

Evitare gli annegamenti grazie a una valutazione preventiva del rischio

I fiumi sono mete molto apprezzate per trascorrere del tempo attorno all'acqua, in acqua e sull'acqua, ma spesso celano pericoli sottovalutati. Talvolta, i cambiamenti nel paesaggio fluviale possono aumentare significativamente il rischio per i nuotatori. Una valutazione approfondita dei rischi o il servizio della SSS «Risk assessment per i Comuni» è quindi essenziale per riconoscere tempestivamente i pericoli e proteggere i nuotatori.

Text: Saskia Meienberg
Fotos: SSS

La forza e l'imprevedibilità dell'acqua nei fiumi sono spesso ampiamente sottovalutate. Purtroppo, questa tendenza trova conferma anche negli incidenti in acqua con esito letale riportati congiuntamente ogni anno dalla SSS e dall'upi nell'ambito della statistica degli annegamenti. La maggior parte dei casi con esito letale avviene nei fiumi e nei laghi. Rispetto alla media decennale di 47 annegamenti all'anno, statisticamente negli ultimi anni si è osservato un aumento dei casi: nel 2022, infatti, sono annegate 66 persone nelle acque svizzere, un triste picco che non si raggiungeva da 20 anni. Sebbene i 58 casi della statistica del 2023 mostrino una leggera diminuzione, il numero di annegamenti è ancora significativamente superiore alla media decennale (ulteriori informazioni sulla statistica degli annegamenti per il 2023 sono disponibili nella sezione «Informazioni utili» alle pagine 24 e 25). Il gruppo a rischio è costituito in particolare da giovani uomini di età compresa tra i 16 e i 32 anni, ma negli ultimi anni è stato osservato un leggero aumento anche tra le persone più anziane. Alcuni fattori determinanti risiedono probabilmente in una maggiore propensione al rischio, nella sottovalutazione della forza della natura e nella sopravvalutazione delle proprie capacità natatorie. A questi si aggiungono poi tanti altri rischi legati a fattori esterni che forse non sempre sono evidenti a prima vista. Dunque, a cosa

prestare attenzione per ridurli al minimo possibile? Perché una cosa è certa: la maggior parte degli incidenti in acqua con esito letale potrebbe essere evitata con alcune semplici misure salvavita.

Una natura in costante evoluzione

I fiumi sono soggetti a continui cambiamenti, tanto per l'erosione quanto per il deposito di sedimenti o la variazione del livello dell'acqua. Ad esempio, forti piogge o un'elevata quantità di acqua risultante dallo scioglimento di neve e ghiaccio proveniente dalle regioni di montagna possono provocare cambiamenti nella velocità della corrente. L'inaspettato innalzamento del livello dell'acqua favorisce lo sviluppo di correnti veloci e violente che possono cogliere i nuotatori di sorpresa. Inoltre, i fiumi con più acqua tendono anche a trasportare più materiale alluvionale, come ad esempio rami più grandi. Sono particolarmente insidiose le forti correnti o gli ostacoli che possono non essere visibili in superficie.

Anche gli interventi dell'uomo, come le canalizzazioni dei fiumi o la costruzione di ponti, alterano il comportamento dell'acqua di un fiume. Queste misure possono causare movimenti imprevedibili dell'acqua e creare nuovi punti pericolosi. I nuotatori potrebbero ad esempio essere trasportati troppo vicino ai piloni dei ponti o ad altri ostacoli dalla corrente e, nel peggiore dei casi, potrebbero ferirsi. Ma non bisogna tenere conto solo delle condizioni generali della corrente: anche i mulinelli o i cosiddetti vortici d'acqua celano dei pericoli potenzialmente letali. I vortici d'acqua si creano in corrispondenza di gradini, costruzioni, salti nonché cascate naturali e si riconoscono anche per la presenza di acqua spumeggiante. L'acqua spumeggiante comporta una riduzione della galleggiabilità in quanto ha un contenuto di aria molto elevato. Il vortice che spesso viene a crearsi può diventare letale, poiché molte volte non è possibile liberarsi con le proprie forze.

Valutare i rischi e prevenire i pericoli

Una valutazione sistematica dei rischi è dunque essenziale per ridurre al minimo i pericoli. Essa consente di identificare in anticipo i potenziali rischi, di adottare misure di sicurezza e, su più ampia scala, di allertare in modo mirato la popolazione riguardo ai pericoli. Include inoltre il monitoraggio regolare delle correnti, dei livelli dell'acqua e delle strutture delle sponde. Anche l'installazione di cartelli informativi e di avvertimento e l'aumento dei dispositivi di salvataggio lungo i tratti fluviali sono importanti misure preventive per proteggere i nuotatori da rischi inutili. La Società Svizzera di Salvataggio SSS consiglia e supporta i Comuni mediante un risk assessment adattato alle condizioni locali, al fine di rendere sicure le loro aree di accesso all'acqua e/o le zone di balneazione. Anche a livello individuale, però, una valutazione dei rischi, unita a una sana dose di responsabilità personale, è fondamentale per divertirsi in tutta sicurezza durante il tempo trascorso attorno all'acqua, in acqua e sull'acqua. Nel rispetto della Regola per i fiumi n. 4, «tratti di fiume sconosciuti devono essere perlustrati prima della partenza», la SSS raccomanda pertanto di informarsi sul tratto fluviale e di percorrerlo a piedi prima di qualsiasi attività attorno all'acqua, in acqua e sull'acqua al fine di familiarizzarsi con le condizioni locali. Inoltre, è importante non andare mai a nuotare da soli e non sopravvalutare le proprie capacità o sottovalutare la forza della natura. Ulteriori consigli per un divertimento in acqua sicuro sono disponibili sul sito www.sss.ch.



03

DE Weisswasser ist stark mit Luft angereichert, und führt somit zu weniger Auftrieb. SLRG Flussexperten führen gezielte Rettungsübungen durch und erfahren dabei die Widrigkeiten von Weisswasser am eigenen Körper.

FR Les bouillonnements sont très aérés, ce qui diminue la flottabilité. Les experts Rivière de la SSS effectuent des exercices de sauvetage ciblés et ressentent physiquement les difficultés que présentent les bouillonnements.

IT L'acqua spumeggiante ha un contenuto di aria molto alto e quindi comporta una minore galleggiabilità. Gli esperti di fiumi della SSS svolgono esercizi di salvataggio specifici, sperimentando così in prima persona le avversità rappresentate dalle acque spumeggianti.

Präventionsarbeit der SLRG ist dringend notwendig

L'impérieuse nécessité de notre travail de prévention

Il lavoro di prevenzione della SSS è urgente e necessario

Kürzlich veröffentlichte die SLRG die Statistik der tödlichen Ertrinkungsunfälle in der Schweiz aus dem Jahr 2023. Insgesamt verloren 58 Personen, darunter sieben Kinder ihr Leben im Wasser. Diese Zahlen belegen: Die Prävention muss vorangetrieben werden.

La SSS a récemment publié les statistiques 2023 des noyades mortelles en Suisse. Au total, 58 personnes ont péri, dont 7 enfants. Les chiffres le montrent: la prévention doit progresser.

Recentemente la SSS ha pubblicato la statistica degli annegamenti avvenuti in Svizzera nel 2023. In totale hanno perso la vita in acqua 58 persone, tra cui sette bambini. Le cifre lo dimostrano: la prevenzione deve essere intensificata.

7% Freibäder Piscines en plein air Piscine

Insgesamt vier tödliche Ertrinkungsunfälle ereigneten sich in Freibädern.

Au total, quatre noyades mortelles ont eu lieu dans des piscines en plein air.

In totale, quattro incidenti in acqua con esito letale si sono verificati in piscine pubbliche.

In drei Fällen sind Personen mutmasslich ihren Hunden ins Wasser nachgesprungen, um diese zu retten. Bei diesem Vorhaben ertranken sie tödlich.

Dans trois cas, on suppose que les personnes se sont noyées en se jetant à l'eau pour sauver leur chien.

In tre casi, si presume che le vittime si siano tuffate in acqua nel tentativo di salvare il proprio cane e sono annegate.

40% Fließgewässer Cours d'eau Corsi d'acqua

50% Stehende Freigewässer Eaux libres stagnantes Acque libere ferme

In offenen Gewässern, wie Seen und Flüssen, verzeichneten die SLRG und die BFU mit 53 Fällen über 90 Prozent der tödlichen Ertrinkungsunfälle, davon wurden 29 in Seen verzeichnet.

Plus de 90% des noyades mortelles recensées par la SSS et le BPA ont eu lieu en eaux libres telles que les lacs et les fleuves. Cela représente 53 cas, dont 29 en lac.

53 casi, ossia il 90 per cento degli annegamenti registrati dalla SSS e dall'upì, sono avvenuti nelle acque libere come laghi e fiumi. Di questi, 29 casi hanno avuto luogo nei laghi.

80 %
Männlich
Hommes
Uomini

20 %
Weiblich
Femmes
Donne

Wie bereits seit einigen Jahren beobachtbar, haben vor allem Männer ein erhöhtes Risiko im Wasser tödlich zu verunfallen. Im Jahr 2023 machten männliche Personen mit 46 Fällen rund 80 Prozent aller tödlichen Ertrinkungsunfälle aus.

Besonders hoch ist die tödliche Ertrinkungsrate im Alter zwischen 16 und 32 Jahren. Insgesamt 17 Menschen in dieser Altersspanne verloren ihr Leben im Wasser – ausschliesslich junge Männer.

Im Jahr 2023 sind sieben Kinder bis 16 Jahre in der Schweiz tödlich ertrunken, vier der Kinder waren unter zehn Jahren alt. Ein einjähriges Kind ertrank im heimischen Garten in einem Wassereimer, zwei im Freibad, drei in einem See und ein Kind im Fluss.

Comme nous le constatons depuis plusieurs années, ce sont surtout les hommes qui présentent un risque de noyade élevé. En 2023, 46 hommes se sont noyés, soit environ 80% du total des noyades mortelles.

La proportion de noyades mortelles est particulièrement élevée entre 16 et 32 ans. Dans cette tranche d'âge, 17 personnes au total – des hommes exclusivement – ont perdu la vie.

En 2023, sept enfants de moins de 16 ans se sont noyés en Suisse, quatre d'entre eux avaient moins de dix ans. Un enfant d'un an s'est noyé dans un seau d'eau dans le jardin familial, un autre enfant dans une rivière, deux dans une piscine et trois dans un lac.

Come già osservato negli ultimi anni, il rischio di annegamento tocca soprattutto gli uomini. Nel 2023, 46 casi di annegamento, ossia l'80 per cento di tutti gli incidenti in acqua con esito letale, riguardavano gli uomini.

La quota di annegamenti è particolarmente elevata tra i 16 e i 32 anni. In totale, 17 persone di questa fascia d'età hanno perso la vita in acqua e si è trattato esclusivamente di giovani uomini.

Nel 2023, in Svizzera sono annegati sette bambini sotto i 16 anni, quattro dei quali avevano meno di dieci anni: un bambino di un anno è annegato in un secchio pieno d'acqua nel giardino di casa, due in una piscina all'aperto, tre in un lago e uno in un fiume.

Die Ertrinkungszahlen und die dahinterliegenden Fälle zeigen einmal mehr auf, dass sehr wahrscheinlich die Gefahr des Wassers oftmals unterschätzt wird. Entsprechend wichtig ist das Beachten der SLRG Bade- und Flussregeln. Werden die lebensrettenden Tipps mit auf den Ausflug ans, ins oder auf das Wasser mitgenommen und umgesetzt, können die Risiken für einen Ertrinkungsunfall massgeblich reduziert werden. Darum setzt sich die SLRG auch weiterhin konsequent im Rahmen ihrer Mission ein: «Ertrinken verhindern!»

Les chiffres des noyades et les situations qu'ils reflètent montrent une fois de plus que les dangers de l'eau sont probablement souvent sous-estimés. Il est donc d'autant plus important de respecter les maximes de la baignade et de la rivière. Prendre en compte et appliquer ces conseils lors des activités pratiquées au bord, dans ou sur l'eau diminuent considérablement les risques de noyade. C'est pourquoi la SSS continue de s'engager résolument dans le cadre de sa mission: «Éviter les noyades!»

Le cifre relative agli annegamenti e i casi a cui fanno riferimento dimostrano ancora una volta che molto probabilmente i pericoli legati all'acqua sono spesso sottovalutati. È quindi importante rispettare le Regole per il bagnante e per i fiumi della SSS. Tenendo a mente e attuando i consigli salvavita durante una gita attorno all'acqua, in acqua e sull'acqua si possono ridurre notevolmente i rischi di annegamento. È per questo che la SSS continua ad impegnarsi con costanza nella sua missione: «Evitare gli annegamenti!».



Rotkreuzpreis des Schweizerischen Roten Kreuzes

Sie kennen eine Person oder Organisation, die sich auf ganz aussergewöhnliche Art für andere Menschen einsetzt. Ihre Leistung ist beispielhaft, herausragend und nachhaltig. Deshalb soll sie als Vorbild ausgezeichnet werden.

Schlagen Sie diese Person oder Organisation für den **Rotkreuzpreis für besondere humanitäre Leistungen** vor!

Einreichfrist:
31. Dezember 2024

Weitere Informationen und Vorschlagsformular:
www.redcross.ch/rotkreuzpreis

Schweizerisches Rotes Kreuz 



Prix Croix-Rouge de la Croix-Rouge suisse

Vous connaissez une personne ou une organisation qui s'engage de manière extraordinaire en faveur des autres. Son dévouement exemplaire et remarquable s'inscrit dans la durée et mérite selon vous d'être récompensé.

Proposez-la pour le **Prix Croix-Rouge récompensant des actions humanitaires particulièrement louables!**

Délai de soumission:
31 décembre 2024

Pour obtenir plus d'informations ou télécharger le formulaire de proposition:
www.redcross.ch/prixcroixrouge

Croix-Rouge suisse 



*Viel mehr
als Druck.*

*Das innovative Familienunternehmen für
Printmedien und digitale Kommunikationslösungen –
schweizweit vertreten.*


SCELLENBERGGRUPPE
schellenberggruppe.ch

Arnaud Reymond



Drei Fragen an: Arnaud Reymond

Willkommen in der SLRG-Familie! Was war eure Motivation, Mitglied der SLRG zu werden?

Vielen Dank für die Aufnahme! Der Leitgedanke unseres Vereins, ASPIC Natation, zielt darauf ab, die neue Generation im Bereich lebensrettende Massnahmen und rund um die Gefahren am und im Wasser zu schulen. Wir alle setzen uns dafür ein, möglichst viele Menschen dafür zu begeistern.

Wie bist du ursprünglich zur Wasserrettung und Ersten Hilfe gekommen?

Meine ersten Erfahrungen sammelte ich in Frankreich. Als 17-Jähriger jobbte ich als animateur in Ferienressorts und beschloss, das Pendant zum Brevet Pro Pool Modul Meer zu absolvieren, um Rettungsschwimmer an der französischen Atlantikküste in Les Landes zu werden. So entdeckte ich meine Leidenschaft für die Lebensrettung und Erste Hilfe. Ich war ehrenamtlich bei Rettungsstationen tätig, bildete zukünftige Lebensretter aus und arbeitete ebenfalls bei der freiwilligen Feuerwehr in Frankreich. Seit 14 Jahren lebe ich nun in der Schweiz und engagiere mich weiterhin in diesem Bereich mit derselben Motivation.

Welche Ziele hast du dir als Leiter von ASPIC Natation gesteckt?

ASPIC Natation ist unterteilt in drei Sektionen: Wasserball, Schwimmsport und Lebensrettung & Erste Hilfe innerhalb der SLRG. Das Ziel der Letzteren ist ganz simpel: Möglichst viele Personen zu Lebensrettern auszubilden.

Arnaud Reymond ist seit 2023 Leiter der Sektion Lebensrettung und Erste Hilfe von Cossonay. Neben seinem Engagement für die SLRG ist er Direktor des Sportzentrums Chavannes in Cossonay.

Trois questions à: Arnaud Reymond

Bienvenue dans la famille de la SSS! Quelle a été votre motivation de devenir membre de la SSS?

Merci de nous accueillir! L'idée de base de notre association (l'ASPIC Natation) est de former la nouvelle génération aux gestes qui sauvent et aux risques de la baignade. Nous sommes tous sensibles à transmettre notre passion au plus grand nombre.

Comment est-ce que toi, tu es arrivé dans le monde du sauvetage et secourisme?

Mon expérience débute en France! À 17 ans, j'étais animateur de centres de vacances, et j'ai décidé de passer l'équivalent du Pro Pool Module Mer pour devenir sauveteur en mer sur les Côtes Landaises. Je me suis très rapidement pris au jeu en me découvrant une réelle passion pour le sauvetage et le secourisme. Bénévole sur des postes de secours, j'ai assuré des formations de futurs sauveteurs et ai également travaillé en tant que pompier volontaire en France. En Suisse depuis 14 ans, je reste actif et motivé dans ce domaine.

Quelle sont tes objectifs en tant que Responsable de l'ASPIC Natation?

L'ASPIC Natation est composé de trois sections: une Section de waterpolo, une Section de Natation et une Section de sauvetage et de secourisme, au sein de la SSS. Les objectifs de cette Section sont simples! Former le plus grand nombre aux gestes qui sauvent.

Arnaud Reymond est Responsable de la Section Sauvetage et Secourisme de Cossonay depuis 2023. Outre son engagement à la SSS, il est directeur du complexe sportif des Chavannes à Cossonay.

Tre domande a: Arnaud Reymond

Benvenuti nella famiglia SSS! Cosa vi ha motivato, a diventare Membri della SSS?

Grazie di averci accolto! L'idea di base della nostra associazione («ASPIC Natation») è di far conoscere alle nuove generazioni le tecniche di salvataggio e i rischi legati all'acqua. Sta a cuore a tutti noi trasmettere la nostra passione a quante più persone possibile.

Tu come sei entrato nel mondo del salvataggio e del primo soccorso?

La mia esperienza ha avuto inizio in Francia. A 17 anni, quando ero animatore in un villaggio turistico, ho deciso di frequentare l'equivalente del Modulo Pro Pool per il mare per diventare nuotatore di salvataggio sulla costa delle Landes. Mi sono subito fatto prendere, scoprendo una vera passione per il salvataggio e il primo soccorso. Ho fatto volontariato in postazioni di soccorso, ho formato futuri nuotatori/trici di salvataggio e ho lavorato come vigile del fuoco volontario in Francia. Ora vivo in Svizzera da 14 anni e sono tuttora motivato e attivo in questo ambito.

Quali sono i tuoi obiettivi in qualità di responsabile di ASPIC Natation?

ASPIC Natation è composta da tre Sezioni: una Sezione di pallanuoto, una Sezione di nuoto e una Sezione di salvataggio e primo soccorso all'interno della SSS. Gli obiettivi di quest'ultima Sezione sono semplici: insegnare a quante più persone possibile le tecniche di salvataggio.

Arnaud Reymond è responsabile della Sezione di salvataggio e primo soccorso di Cossonay dal 2023. Oltre ad essere impegnato presso la SSS, è direttore del Centro sportivo di Chavannes a Cossonay.



HELFEN AUCH SIE LEBEN RETTEN!

VIELEN DANK!

VOUS AUSSI, AIDEZ À SAUVER DES VIES !

MERCI INFINIMENT !

AIUTATECI ANCHE VOI A SALVARE VITE!

GRAZIE MILLE!



SLRG SSS

www.slr.ch
www.sss.ch

Lebensretter haben viele Gesichter: Als Freiwillige in einer der 124 Sektionen, als Spenderin oder Spender, mit einer Gönnermitgliedschaft oder mit einer testamentarischen Begünstigung.

Spendenkonto:
CH73 0900 0000 4002 1821 3

Les sauveteurs ont plusieurs visages: bénévole dans l'une des 124 sections, donatrice ou donateur, via une contribution en tant que bienfaiteur ou une donation testamentaire.

Compte pour les dons:
CH73 0900 0000 4002 1821 3

I salvatori hanno vari volti: come volontari in una delle 124 sezioni, quale donatori, con un'adesione quale socio sostenitore o con una donazione testamentaria.

Conto per donazioni:
CH73 0900 0000 4002 1821 3