



Vos nageurs sauveteurs



SOCIETE DE SAUVETAGE DELEMONT BULLETIN D'INFORMATION Août 2022

Après cette pause estivale, les entraînements vont reprendre le 3 septembre (samedi) pour les jeunes et le 12 septembre (lundi soir) pour les adultes. La section comptait lors de la dernière assemblée 119 membres, mais il faut malheureusement constater que bien peu de monde a participé aux entraînements de cette première moitié d'année. **Nous espérons vous revoir nombreux et motivés dès le mois de septembre autour du bassin.**



COURS DE RECYCLAGE BLS-AED, PLUS/PROPOOL 2022

RECYCLAGE BLS-AED (1 soir de 19h à 22h en salle de théorie) :

Lundis 24 octobre, 7, 14, ou 21 novembre

RECYCLAGE PLUS/PRO POOL (en piscine , 2 soirs de 19h 15 à 20h30)

24 octobre et 7 novembre
ou 14 et 21 novembre

Ces cours de recyclage s'adressent aux membres et non membres qui désirent renouveler leur Pluspool ou Propool et/ou leur BLS_AED . (exigences : voir site officiel, lien ci-dessous)
Plus de détails dans le flyer sous

<https://www.slr.ch/fr/formation/cours-de-recyclage/cr-pool.html>

<https://www.slr.ch/fr/formation/cours-de-recyclage/bls-aed-src-refresher>

Prix: frs 95.- pour le Plus/Pro Pool **et** le BLS-AED (frs 135.- pour les non-membres),
55.- pour le BLS_AED (95.- pour les non-membres),
45.- le Plus/Pro (85.- pour les non-membres).

Les entrées à la piscine ne sont pas comprises.

Dispense: Aucune dispense (par ex. pour la plongée) n'est accordée.

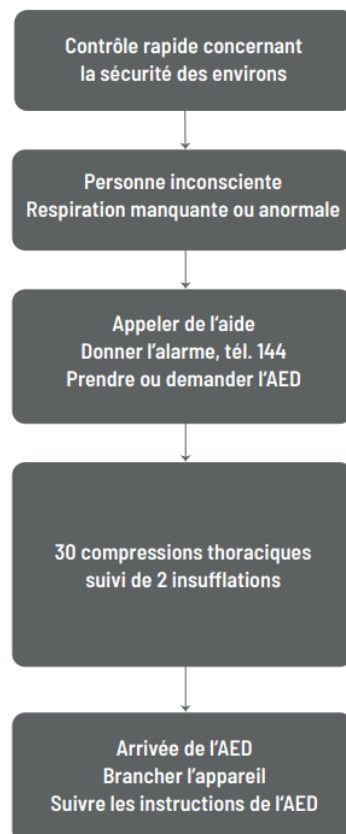
Inscriptions : les inscriptions se font en ligne dans un **calendrier des cours sous :**

<https://formation.sss.ch/Region-Romandie/SSS-Delemont>
jusqu'au 30 septembre: <https://www.sssdelemont.ch>

Renseignements sous delemont@sss.ch



Algorithme BLS-AED-SRC 2021



Compressions thoraciques

- Point de compression au milieu de la cage thoracique
- 100-120 p. min
- 5-6 cm
- Décharge complète
- Interruption minimale
- Surface dure si possible

Chez les enfants

- Si aucun téléphone portable n'est disponible, avant de donner l'alarme 1 minute de RCP
- Avec 5 ventilations au début
- Rapport de 15:2
- Compressions thoraciques: un tiers du diamètre du thorax

ENTRAÎNEMENTS

ADULTES *Lundi soir de 19h30*
reprise le 12 *à 20h30*
septembre

JEUNES *Samedi 8H30- 10H*
(cours jeunesse)

entraînements *Samedi 12h30-14h*
reprise le 3 septembre



Sortie à Soubey 24-26 juin

COURS JEUNESSE 2022

▪ Cours jeunes sauveteurs	Octobre (selon inscriptions)
▪ Cours expérience (suite du jeune sauveteur)	Novembre (à la suite du jeune sauveteur)

COURS KIDS (5 à 10 ans) 2022

- samedi 12h30 à 13h30 dès le 3 septembre
- mercredi 13h30 à 14h30 dès le 7 septembre

ASSEMBLEE GENERALE

25 novembre avec souper (Stand de tir Boécourt)



Sortie à Soubey 24-26 juin



NOTRE NOUVEAU SITE SSS DELEMONT
<https://www.sssdelémont.ch>



News Cours de formation Bulletin

SSS Delémont



Entraînements adultes: lundi soir 19h30 à 20h30
Groupe jeunesse: samedi 12h30 à 14h
Pas d'entraînements pendant les vacances scolaires et les jours fériés

Bulletin

- Bulletin août 2021
- Bulletin avril 2021



News

Pas d'entraînement pendant les vacances scolaire:
jours fériés.



En 2021, le BPA et la SSS ont enregistré 36 noyades mortelles au total en Suisse. La moyenne actuelle sur 10 ans est de 45 victimes. La très grande majorité des accidents ont eu lieu dans les lacs et rivières en 2021.

Les dangers de la rivière

3 Rouleau

Les paliers dans la rivière forment des rouleaux. Sous un rouleau se trouve un fort reflux qui peut happer une personne dans le rouleau. Attention: l'issue peut être fatale!

5 Tourbillon

Des tourbillons peuvent se former lorsque deux courants de vitesse ou de sens différents se rencontrent. Cela peut créer un effet d'aspiration qui peut être dangereux.

1 Rétrécissement

Si le cours d'eau se rétrécit, l'eau coule plus vite et le courant est plus fort.

7 Pierres dans l'eau

Des obstacles comme des pierres dans l'eau peuvent blesser les personnes ou faire chavirer les embarcations. Elles peuvent être difficiles à voir si l'eau est trouble.

2 Banc de sable dans un virage

Dans un virage, l'eau à l'extérieur coule plus vite qu'à l'intérieur. L'eau y est souvent moins profonde et avec le courant plus lent, des alluvions (comme du sable et des cailloux) peuvent s'y accumuler.

4 Bois flottant

Les cours d'eau peuvent charrier du bois flottant après des intempéries. Ce bois peut se coincer et représenter un danger dans l'eau.

6 Contre-courants

Lorsqu'un obstacle (par ex. une grosse pierre, les piliers d'un pont) se dresse dans le cours d'eau, un courant en direction de l'amont de la rivière se forme dans la zone derrière l'obstacle.

