



## Fokussiert

«So ein Programm hätte ich mir als Mutter auch gewünscht!»

## Focalisé

«En tant que mère, j'aurais aimé un tel programme!»

## Focalizzato

«Un programma così mi sarebbe piaciuto quando ero una giovane mamma!»





### Liebe Rettungsschwimmerinnen Liebe Rettungsschwimmer

Ein neues Jahr und für uns Rettungsschwimmer\*innen steht damit eine neue Badesaison bevor.

Darum haben sich Cornelia Bühlmann und ihre Tochter Tina zusammen mit ihren Kolleg\*innen der SLRG Sempachersee daran gemacht, das Pilotprojekt «Lifesaving-Kids» für diesen Sommer zu planen. Dabei haben sie ein grosses Ziel vor Augen: Den Kindern das Wasser und das Rettungsschwimmen näher zu bringen.

Vorbereitung für die neue Badesaison brauchen auch Sicherungsdienste. Dafür treffen sich die Verantwortlichen Sicherungsdienst immer wieder zum Erfahrungsaustausch. Im Dezember 2021 war dies in Kloten bei der Rega der Fall.

Motivation und Herzblut, sie finden auch an anderen Stellen in unserer SLRG ihren Platz. Zum Beispiel beim Rettungsschwimmer des Jahres 2021: Mario Mayr von der SLRG Baden-Brugg. Er ging als mutiger Macher voran und sorgte dafür, dass es auch in der Gemeinde Ehrendingen eine «First-Responder-Gruppe» per 2023 geben wird, die im Ernstfall vor Ort Erste-Hilfe leisten kann.

Nun wünsche ich Euch allen gute Vorbereitung und eine möglichst bald naehende Badesaison 2022.

Euer Zentralpräsident  
Ruedi Schwabe

### Chères nageuses sauveteuses, Chers nageurs sauveteurs,

Cette nouvelle année est synonyme d'une nouvelle saison de baignade pour nous autres nageuses sauveteuses et nageurs sauveteurs.

Cornelia Bühlmann et sa fille Tina ont décidé de planifier, en collaboration avec leurs collègues de la SSS Sempachersee, le projet pilote «Lifesaving-Kids» pour cet été. Leur principal objectif: familiariser les enfants avec l'eau et la natation de sauvetage.

Les services de sécurité sont eux aussi concernés par la préparation à cette nouvelle saison de baignade. Afin que tout puisse être correctement organisé, les responsables du service de sécurité se rencontrent régulièrement pour échanger leurs expériences.

Ferveur et passion sont également les maîtres mots d'autres personnes au sein de la SSS: pour ne citer qu'un exemple, le nageur sauveteur de l'année 2021, Mario Mayr de la SSS Baden-Brugg. En tant que volontaire motivé, il est allé de l'avant et a veillé à ce qu'il y ait un «groupe de First Responder» également dans la commune d'Ehrendingen d'ici 2023, qui puisse prodiguer les premiers secours sur place en cas d'urgence.

Je vous souhaite, à toutes et à tous, une bonne préparation ainsi qu'une saison de baignade à la hauteur de vos attentes!

Votre Président central,  
Ruedi Schwabe

### Care nuotatrici di salvataggio, Cari nuotatori di salvataggio,

un nuovo anno significa per noi nuotatrici e nuotatori di salvataggio una nuova stagione balneare.

È per questo che Cornelia Bühlmann e sua figlia Tina, insieme alle colleghe e ai colleghi della SSS Sempachersee, si sono messe a pianificare il progetto pilota «Lifesaving-Kids» per questa estate. Con questo progetto mirano a un obiettivo ambizioso: avvicinare i bambini all'acqua e al nuoto di salvataggio.

La necessità di preparazione per la nuova stagione balneare non è da meno nei servizi di sicurezza. Per dare avvio al tutto, i responsabili del servizio di sicurezza si incontrano regolarmente per uno scambio di esperienze. E proprio uno di questi incontri si è tenuto presso la Rega a Kloten in dicembre.

La motivazione e la dedizione trovano terreno fertile in tutta la SSS: non mancano ad esempio al nuotatore di salvataggio dell'anno 2021, Mario Mayr, della SSS sezione di Baden-Brugg. Con la sua coraggiosa intraprendenza ha fatto in modo che anche nel comune di Ehrendingen si formi un «gruppo di primo soccorso» entro il 2023, che, in caso di emergenza, possa fornire i primi soccorsi sul posto.

Ora auguro a tutti voi una buona preparazione e un inizio di stagione balneare più vicino possibile!

Il vostro Presidente centrale  
Ruedi Schwabe



#### FOKUSSIERT

«So ein Programm hätte ich mir als Mutter auch gewünscht!»

#### FOCALISÉ

«En tant que mère, j'aurais aimé un tel programme!»

#### FOCALIZZATO

«Un programma così mi sarebbe piaciuto quando ero una giovane mamma!»



#### MITTENDRIN

Verantwortliche Sicherungsdienst zu Besuch bei der Rega

#### AU MILIEU

Des responsables du service de sécurité SSS en visite à la Rega

#### AL CENTRO

Responsabile servizio di sicurezza in visita alla Rega



#### GEMEINSAM

Der jüngste Rettungsschwimmer des Jahres: Mario Mayr

#### EN COMMUN

Le plus jeune nageur sauveteur de l'année: Mario Mayr

#### IN COMUNE

Il più giovane nuotatore di salvataggio dell'anno: Mario Mayr

#### Impressum | Mentions légales | Sigla editoriale 1|2022

**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** Haller + Jenzer AG, Burgdorf **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** Donovan Wyrsch

# «So ein Programm hätte ich mir als Mutter auch gewünscht!»

Dieses Jahr wird das neue Programm «Lifesaving-Kids» als Pilotprojekt am Sempachersee lanciert – für Kinder, um ihnen den See, die Natur und das Rettungsschwimmen näher zu bringen. So etwas ist innerhalb der SLRG nur dank motivierten und mit Herzblut engagierten Menschen möglich. «pur» hat sich mit zwei von ihnen getroffen.

Text: Philipp Binaghi  
Fotos: Donovan Wyrsh

Die SLRG verdankt ihren Fortschritt und ihre Innovationskraft immer wieder Menschen, die sich mit Herzblut und unbändiger Motivation gegen das Ertrinken engagieren. Zwei von diesen Menschen hat «pur» einen Nachmittag begleitet. Cornelia (49) und Tina Bühlmann (19) sind beides Rettungsschwimmerinnen bei der SLRG Sempachersee. Und sie haben ein enges Verhältnis zueinander, denn sie sind Mutter und Tochter, die sich zusammen in der Entwicklung eines neuen Programms für Kinder bei der SLRG engagieren. «So ein Programm wie Lifesaving-Kids hätte ich mir gewünscht, als ich selbst noch eine junge Mutter war», sagt Cornelia Bühlmann (49) aus Sempach. Und ihre Tochter Tina Bühlmann (19) meint: «Ich könnte mir gut vorstellen, dass ich mein Kind ebenfalls dahin schicke, wenn ich selber einmal Mutter werden würde». Doch was verleitet die beiden Frauen, solche Aussagen zu treffen an einem nassgrauen Novembertag in der Badi Sempach? An einem Tag, an dem niemand auch nur im entferntesten an einen Aufenthalt draussen am Strand oder ans Schwimmen denkt?



01

## Pilotprojekt für Kinder: Lifesaving-Kids

Lifesaving-Kids heisst der Grund. Ein Pilotprojekt der SLRG, das zum ersten Mal im Sommer 2022 in Sempach durchgeführt wird. Mit dem Programm «Lifesaving-Kids» wird etwas Neues probiert und der Versuch unternommen, eine Lücke zu schliessen. Oder wie es Cornelia und Tina erklären: «Es geht darum, Kindern von der ersten bis zur vierten Primarstufe den See, die Natur am Wasser und natürlich das Rettungsschwimmen näher zu bringen». Jeden Samstagmorgen vom 7. Mai bis zum 17. September 2022 findet das Lifesaving-Kids-Programm von neun Uhr bis elf Uhr statt. Ein siebenköpfiges Team von Rettungsschwimmer\*innen der SLRG Sempachersee entwickelt, organisiert und leitet das gesamte Programm.

Für den Start im Mai haben sich Tina, Cornelia und ihre Kolleginnen schon viele Gedanken gemacht: «Zum ersten Training möchten wir Eltern und Kinder gemeinsam begrüssen und involvieren. Denn auch die Eltern sollen verstehen, wie das Programm funktioniert und was wir ihren Kindern vermitteln wollen.» Sie sind sicher, dass mit dieser Art der Vermittlung eine breitere und nachhaltigere Prävention möglich wird – denn Wassersicherheit und -spass sind eine generationenübergreifende Angelegenheit.

## Rekognoszieren trotz Wind und Wetter

Das Mutter-Tochter-Gespann Cornelia und Tina ist heute in der Badi Sempach, um die Örtlichkeit nochmals genauer unter die Lupe zu nehmen. Welche Übung kann wo gemacht werden? Worauf ist zu achten, damit der Sicherheit Sorge getragen wird? Tina und Cornelia sind schon wieder vertieft in ihrer Analyse – und vergessen den Fotografen, der sie auf Schritt und Tritt verfolgt. Wenn man sich so in einer Sache «verlieren» kann, beweist dies, dass man mit Herzblut bei der Sache ist. «Schau, diese Stelle ist doch ideal, um ins Wasser zu steigen. Vorne beim Steg können wir aber auch zeigen, wo nicht ins Wasser gegangen werden sollte», sagt Tina mit prüfendem Blick auf den Kartenausschnitt, der auf dem Sandstrand vor ihr und Cornelia liegt. Ein erneuter Windstoss sorgt dafür, dass beide den Kragen höher ziehen und sich gegen das unwirtliche Wetter schützen.

## Motivierendes Mutter-Tochter-Engagement

Lifesaving-Kids ist das erste Mal, dass Mutter und Tochter gemeinsam ein Projekt innerhalb der SLRG angehen. «Es ist toll, dass ich nicht einfach nur zum Helfen eingespannt werde», sagt Tina mit einem Schmunzeln. Denn: das Rettungsschwimmen liegt bei ihr – wie auch bei vielen anderen SLRG'lern – in den Familiengenen. Früher «durfte» sie bei den Seeüberquerungen und anderen Sektionsprojekten mithelfen und wurde von Mutter und Vater, die sich ebenfalls bei der SLRG kennengelernt haben, schon früh einbezogen. «Dass ich nun mit meiner Mutter von Grund auf etwas entwickeln kann, macht mega Freude!». Und Cornelia freut sich, dass das Projekt nebst seinem Ziel, Kindern die Freude am Wasser weiterzugeben, «eben auch ganz andere Aspekte der Beziehung zu meiner Tochter hervorbringt. Ich bin stolz auf sie und bin froh darüber, dass sie mit mir und unseren Kolleginnen zusammen an diesem wichtigen Präventionsprojekt arbeitet.» Unter diesen Voraussetzungen kann es nur ein Erfolg werden!

02



Mehr Informationen zum Projekt unter: [www.lifesavingkids.ch](http://www.lifesavingkids.ch)



## 01

**DE** Wer sich gut versteht und an einem coolen Projekt arbeitet, entspannt gern mal zusammen. Cornelia und Tina sichtlich zufrieden am Abend zu Hause beim Feierabendtee.

**FR** Quand on s'entend bien et que l'on travaille ensemble sur un projet passionnant, on apprécie de passer un moment de détente ensemble. Visiblement satisfaites, Cornelia et Tina savourent une tasse de thé le soir à la maison.

**IT** Chi va d'accordo e lavora a un progetto cool si rilassa anche volentieri. Visibilmente soddisfatte, Cornelia e Tina bevono un tè nel tepore della loro casa.

## 02

**DE** Cornelia Bühlmann ist fast 30 Jahre bei der SLRG dabei. Ob als Mitglied, Helferin oder Kursleiterin, sie hat sich schon vielfach engagiert und tut dies nun erneut beim Programm «Lifesaving-Kids».

**FR** Cornelia Bühlmann est membre de la SSS depuis près de 30 ans. Le programme «Lifesaving-Kids» s'inscrit dans un engagement aux multiples facettes puisqu'elle a été tour à tour membre, assistante et monitrice de cours.

**IT** Cornelia Bühlmann fa parte della SSS da quasi 30 anni. Come membro, aiutante o monitrice, è sempre stata molto attiva e ora si impegna in particolare per il programma Lifesaving-Kids.

# «En tant que mère, j'aurais aimé un tel programme!»

Le nouveau programme «Lifesaving-Kids» sera lancé cette année au lac de Sempach. Ce projet pilote a pour but de familiariser les enfants avec le lac, la nature et la natation de sauvetage. De telles initiatives ne sont possibles au sein de la SSS que grâce à la motivation et à l'engagement de membres passionnées. «pur» a rencontré deux d'entre elles.

Texte: Philipp Binaghi  
Photos: Donovan Wyrsch

Plus d'informations sur le projet sous:  
[www.lifesavingkids.ch](http://www.lifesavingkids.ch)

La SSS ne doit ses progrès et sa force d'innovation qu'à celles et ceux qui s'engagent contre la noyade avec passion et une motivation sans faille. «pur» a accompagné deux de ces personnes pendant un après-midi. Cornelia, 49 ans, et Tina Bühlmann, 19 ans, sont toutes les deux nageuses sauveteuses à la SSS Sempachersee. Un lien étroit unit cette mère et sa fille qui s'engagent ensemble dans le développement d'un nouveau programme pour les enfants au sein de la SSS. «J'aurais aimé avoir un programme comme Lifesaving-Kids quand j'étais encore jeune maman», explique la Sempachoise Cornelia Bühlmann, 49 ans. Sa fille, Tina Bühlmann, 19 ans, ajoute: «J'y enverrai volontiers mon enfant si je deviens mère un jour». Mais qu'est-ce qui pousse les deux femmes à s'exprimer ainsi un jour de novembre gris et pluvieux sur la plage du lac de Sempach? Un jour où personne n'aurait même l'idée d'aller à la plage ou de penser à nager?

## Un projet pilote pour les enfants: Lifesaving-Kids

La raison s'appelle Lifesaving-Kids. Il s'agit d'un projet pilote de la SSS qui sera lancé pour la première fois à l'été 2022 à Sempach. Le programme «Lifesaving-Kids» essaiera une nouvelle approche et tentera de combler un manque, ou comme Cornelia et Tina l'expliquent: «Il s'agira de familiariser les enfants de la première à la quatrième primaire avec le lac, la nature au bord de l'eau et bien sûr la natation de sauvetage.» Le programme Lifesaving-Kids aura lieu tous les samedis matin du 7 mai au 17 septembre 2022 de 9 h à 11 h. Une équipe de sept nageurs et nageuses sauveteurs de la SSS Sempachersee développe, organise et dirige l'ensemble du programme.

Dans la perspective du lancement en mai, Tina, Cornelia et leurs collègues ont déjà beaucoup réfléchi: «Pour le premier entraînement, nous souhaitons accueillir et impliquer ensemble les parents et les enfants. Les parents aussi doivent comprendre comment le programme fonctionne et ce que nous voulons transmettre aux enfants.» Ils sont persuadés que ce type d'enseignement permettra une prévention plus large et plus durable, car la sécurité et les plaisirs de l'eau sont une question intergénérationnelle.

## Reconnaissance malgré la météo difficile

Le duo mère-fille est aujourd'hui au lac de Sempach pour se faire une idée plus précise des lieux. Où faire quel exercice? A quoi faut-il faire attention pour assurer la sécurité? Tina et Cornelia sont plongées dans leur analyse et oublient le photographe qui les suit. Lorsque l'on s'immerge à ce point dans une telle activité, c'est bien la preuve que la passion est au rendez-vous. «Regarde, cet endroit est idéal pour entrer dans l'eau. Devant, sur le pont, on peut aussi montrer où il ne faut pas y aller», dit Tina en étudiant d'un œil scrutateur la section de carte placée devant elle et Cornelia sur le sable de la plage. Une nouvelle bourrasque les incite à remonter leur col et à s'abriter face à une météo inhospitalière.

## Un engagement mère-fille motivant

Lifesaving-Kids est le premier projet de la SSS que la mère et la fille abordent ensemble. «C'est super que je ne sois pas simplement là pour aider», plaisante Tina. En effet, comme beaucoup d'autres membres de la SSS, elle a la natation de sauvetage dans les gènes. Plus jeune, elle avait le droit d'aider pour les traversées du lac et autres projets de la Section. Elle a été très tôt impliquée par ses parents qui se sont aussi connus à la SSS. «Monter entièrement un projet avec ma mère me fait très plaisir!» Cornelia se réjouit que le projet, en plus de transmettre les plaisirs de l'eau aux enfants, fasse émerger des aspects tout à fait différents de sa relation avec sa fille. «Je suis fière d'elle et je me réjouis qu'elle participe avec moi et nos collègues à cet important projet de prévention.» Dans ces conditions, le succès est garanti!



03

03

**DE** Tina Bühlmann verkörpert die neue Generation, die nun aktiv ist in der SLRG. Sie blickt aber auch schon auf zehn Jahre Engagement zurück. «Lifesaving-Kids» beflügelt sie in ihrem Engagement.

**FR** Tina Bühlmann incarne la nouvelle génération qui anime aujourd'hui la SSS, mais elle a déjà dix ans d'engagement à son actif. «Lifesaving-Kids» lui donne des ailes.

**IT** Tina Bühlmann rappresenta la nuova generazione della SSS. Anche lei è comunque già attiva da dieci anni. Lifesaving-Kids le dà la massima motivazione per il suo impegno.

04

**DE** Faktencheck: Cornelia und Tina prüfen, ob die Annahmen auf dem Papier mit der Realität übereinstimmen. Das Rekonoszieren vor Ort ist immer eine der wichtigsten Vorbereitungsaufgaben.

**FR** Etude de faisabilité: Cornelia et Tina vérifient que leurs hypothèses sur le papier correspondent à la réalité. La reconnaissance sur place est toujours l'une des tâches de préparation les plus importantes.

**IT** Controllo sul posto: Cornelia e Tina verificano se la pianificazione su carta corrisponde alla realtà. Una ricognizione del luogo costituisce uno dei preparativi più importanti.



04

# «Un programma così mi sarebbe piaciuto quando ero una giovane mamma!»

Quest'anno al lago di Sempach viene lanciato, come progetto pilota, il nuovo programma Lifesaving-Kids con l'obiettivo di avvicinare i bambini al lago, alla natura e al nuoto di salvataggio. Un simile progetto all'interno della SSS è possibile solo grazie a persone motivate, che si impegnano con dedizione. «pur» ha incontrato due di loro.

Testo: Philipp Binaghi  
Immagini: Donovan Wyrsch

I progressi e la forza innovativa che contraddistinguono la SSS sono frutto del lavoro di persone che si impegnano a fondo nella lotta contro l'annegamento. «pur» ha seguito due di queste persone durante un pomeriggio. Cornelia (49) e Tina Bühlmann (19) sono due nuotatrici di salvataggio SSS della sezione di Sempachersee. Fra di loro vi è un rapporto davvero stretto: sono infatti madre e figlia e insieme si impegnano nello sviluppo di un nuovo programma SSS per i bambini. «Un programma come Lifesaving-Kids mi sarebbe piaciuto quando ero una giovane mamma», racconta Cornelia Bühlmann (49) di Sempach. Sua figlia Tina Bühlmann (19) aggiunge: «Se un giorno dovessi diventare anch'io mamma, posso benissimo immaginarmi di iscrivere a questo corso i miei figli». Cosa rende tanto entusiaste queste due donne in una grigia e umida giornata di novembre al lido di Sempach? In una giornata durante la quale a nessuno verrebbe neanche lontanamente voglia di starsene in spiaggia o di farsi una nuotata?

## Progetto pilota per bambini: Lifesaving-Kids

Il motivo ha un nome: Lifesaving-Kids. Si tratta di un progetto pilota della SSS che verrà lanciato per la prima volta nell'estate del 2022 a Sempach. Con esso si vuole provare qualcosa di nuovo nel tentativo di colmare una lacuna. O come affermano Cornelia e Tina: «L'obiettivo è quello di avvicinare i bambini dalla prima alla quarta elementare al lago, alla natura lacustre e ovviamente al nuoto di salvataggio». Il programma Lifesaving-Kids si terrà ogni sabato mattina dal 7 maggio al 17 settembre 2022 dalle nove alle undici. L'intero programma viene organizzato e gestito da un team composto da sette nuotatrici e nuotatori di salvataggio della sezione di Sempachersee.

Per il previsto inizio a maggio, Tina, Cornelia e gli altri hanno già fatto diversi piani: «Al primo allenamento daremo il benvenuto a genitori e bambine/i coinvolgendo entrambi i gruppi. Anche i genitori devono capire come funziona il programma e cosa intendiamo insegnare alle loro bambine e ai loro bambini.» Con questo nuovo tipo di insegnamento contiamo di rendere possibile una prevenzione più estesa e a lungo termine: la sicurezza e il divertimento in acqua si tramandano infatti di generazione in generazione.

## Ricognizione del luogo nonostante freddo e vento

La coppia mamma-figlia formata da Cornelia e Tina si trova oggi al lido di Sempach per studiare bene ancora una volta il luogo. Dove si possono fare determinati esercizi? A cosa prestare attenzione per garantire la necessaria sicurezza? Intente a confabulare, Tina e Cornelia si dimenticano del fotografo che le sta seguendo da vicino. La prova che si sta facendo qualcosa con passione è proprio il fatto di dimenticarsi del

Maggiori informazioni sul progetto presso: [www.lifesavingkids.ch](http://www.lifesavingkids.ch)

06



05



mondo esterno. «Guarda: questo punto è ideale per entrare in acqua. Là davanti, presso il pontile, possiamo invece mostrare dove non bisognerebbe farlo», aggiunge Tina osservando la cartina aperta sulla sabbia ai loro piedi. Un'altra folata di vento le porta a chiudere il collo della giacca per proteggersi dal maltempo.

## Un impegno madre-figlia che regala motivazione

Grazie a Lifesaving-Kids, mamma e figlia collaborano per la prima volta a un progetto della SSS. «È fantastico partecipare a pieno titolo e non solo come aiutante», racconta Tina con un sorriso. Perché, come succede a tanti altri membri dell'associazione, il nuoto di salvataggio è una vera e propria attività di famiglia. In passato Tina, che è stata coinvolta presto dai genitori – conosciutisi proprio all'interno della SSS – aveva «il permesso» di aiutarli nel corso di eventi come la traversata del lago e altri progetti della sezione. «Potere creare qualcosa da zero e svilupparla insieme a mia madre è davvero il massimo!». Cornelia invece è contenta che il progetto, oltre a trasmettere il fascino dell'acqua ai bambini, le permetta anche di «mostrare altri aspetti della relazione con mia figlia: sono fiera di lei e sono contenta che lavori con me e le altre colleghe a questo importante progetto di prevenzione.» Con queste premesse sarà di sicuro un successo!

05

**DE** Immer mit dabei: Die Baderegeln der SLRG. Und natürlich eine gehörige Portion Freude und Motivation. Wer würde sich sonst bei diesem Wetter in die verlassene Badi wagen?

**FR** Les maximes de la baignade de la SSS sont toujours présentes, de même qu'une bonne part de plaisir et de motivation. Sinon, comment imaginer s'aventurer sur les rives du lac déserté par un temps pareil?

**IT** Indispensabili: le regole per il bagnante della SSS e naturalmente un bel po' di entusiasmo e motivazione. Chi si avventurerebbe altrimenti al lido con questo tempo?

06

**DE** Ziel des Projektes ist, die Kinder an sicheren Badespaß heranzuführen.

**FR** L'objectif du projet est d'introduire les enfants aux joies de la baignade en toute sécurité.

**IT** Lo scopo del progetto è quello di introdurre i bambini al divertimento nel acqua sicuro.

# Verantwortliche Sicherungsdienst zu Besuch bei der Rega

Die SLRG bietet ein Modul «Verantwortliche Sicherungsdienst» an. Damit werden Rettungsschwimmer\*innen befähigt, Sicherungsdienste verschiedenster Grössenordnung durchzuführen. Das tollste daran: es bildet sich eine Gemeinschaft, die sich jährlich trifft, weiterbildet und über die Praxis austauscht.

Text: Philipp Binaghi  
Fotos: SLRG

Die SLRG bildet Personen nicht nur in den klassischen Rettungsschwimmmodulen aus. Mitglieder von Sektionen werden auch in der Vorbereitung und Durchführung von Sicherungsdiensten geschult. Diese Weiterbildung heisst Verantwortliche Sicherungsdienst. Eine Person mit dieser Weiterbildung konzeptioniert, organisiert und leitet häufig solche Einsätze und wird dadurch befähigt, diese sehr umfassende und verantwortungsvolle Aufgabe anzupacken. Mit diesem Engagement und Know-how hilft die SLRG mit ihren Freiwilligen, viele Events am, im und auf dem Wasser überhaupt zu ermöglichen und durchführbar zu machen.

Die dabei gemachten vielfältigen Erfahrungen werden regelmässig im Rahmen eines Erfahrungsaustausches unter den Verantwortlichen Sicherungsdienst miteinander geteilt, um direkt aus der erlebten Praxis zu lernen und sich weiterzubilden. Der letzte Erfahrungsaustausch (ERFA) «Verantwortliche Sicherungsdienst» im November 2021 hatte es in sich: Die Weiterbildung fand in Kloten statt und die Teilnehmer\*innen durften an einer Führung in der Rega Hauptzentrale teilnehmen.

Dabei ging es auch um mögliche Berührungspunkte zwischen Rega und SLRG im Einsatzfall. Dabei ging es um sehr reale Themen, die in Einsätzen in der einsatzbezogenen Zusammenarbeit der beiden Organisationen realistisch eintreten können: von der Alarmierung über die Landeplatzauswahl bis zur allfälligen Einweisung eines Helikopters. Eine Führung mit Blick in die Zentrale für Einsätze in der Schweiz (Helikopter) sowie im Ausland (Repatriierungen) und den Hangar bildeten den Abschluss des Tages.



01

01

**DE** Ein gelungener Anlass mit zufriedenen Teilnehmer\*innen.

**FR** Un événement réussi avec des participants\* satisfaits.

**IT** Un evento di successo con partecipanti soddisfatti.

# Des responsables du service de sécurité SSS en visite à la Rega

Grâce au module «Responsable du service de sécurité» proposé par la SSS, les sauveteuses et sauveteurs sont en mesure d'effectuer un service de sécurité pour des interventions de toutes envergures. Une communauté s'est ainsi créée: ses membres se rencontrent tous les ans, participent à des formations continues et échangent sur la pratique.

Texte: Philipp Binaghi  
Photos: SSS

La SSS ne forme pas seulement les personnes aux modules classiques de natation de sauvetage. En effet, les membres des différentes sections suivent également une formation sur la préparation et la mise en place de services de sécurité. Cette formation continue se nomme «Responsable du service de sécurité». Une personne ayant suivi cette formation conçoit, organise et dirige généralement de telles interventions: elle est ainsi en mesure de s'atteler à cette tâche très vaste et qui implique de nombreuses responsabilités. Grâce à cet engagement et ce savoir-faire, la SSS et ses bénévoles contribuent à rendre possibles et réalisables divers événements sur, dans et au bord de l'eau.

Les nombreuses expériences acquises dans ce cadre font l'objet d'échanges d'expérience entre les responsables du service de sécurité afin d'en apprendre davantage à partir de la pratique et de continuer à se former. Le dernier échange d'expériences pour les «Responsables du service de sécurité» en novembre 2021 a été bien animé. La formation continue s'est déroulée à Kloten et les participantes et participants ont pu visiter la principale centrale de la Rega.

Il a également été question des points de contact possibles entre la Rega et la SSS en cas d'intervention, mais aussi de sujets très réalistes, notamment dans le cadre de la coopération entre les deux organisations liée aux interventions: de l'alerte à l'éventuel guidage d'un hélicoptère en passant par le choix du lieu d'atterrissage. Pour clore cette journée de visite, ils ont jeté un coup d'œil dans la centrale d'intervention pour les missions en Suisse (hélicoptères) ainsi qu'à l'étranger (rapatriements) et le hangar.



02

02

**DE** Die Besichtigung des Hangars der Rega war ein Highlights des Tages.

**FR** La visite du hangar de la Rega a été l'un des moments forts de la journée.

**IT** Il tour del hangar della Rega è stato uno dei punti forti della giornata.

# Responsabile servizio di sicurezza in visita alla Rega

La SSS offre un modulo «Responsabile servizio di sicurezza», che permette alle nuotatrici e ai nuotatori di salvataggio di fornire servizi di sicurezza di varia portata. L'aspetto più bello è che viene a crearsi una comunità che ogni anno si incontra, segue formazioni continue e si scambia opinioni legate alla pratica.

Testo: Philipp Binaghi  
Immagini: SSS

La SSS forma le persone non solo nei classici moduli del nuoto di salvataggio. I membri delle sezioni vengono formati anche nella preparazione e nell'attuazione dei servizi di sicurezza. Questa formazione continua si chiama «Responsabile servizio di sicurezza». Una persona in possesso di questa formazione pianifica, organizza e gestisce spesso questi interventi e, di conseguenza, acquisisce le capacità per affrontare questo compito che richiede svariate competenze e grandi responsabilità. Grazie a questo impegno e know-how, la SSS e i suoi volontari contribuiscono a rendere possibili e fattibili molti eventi attorno all'acqua, in acqua e sull'acqua.

Le diverse esperienze acquisite in questo modo sono regolarmente condivise nel quadro di uno scambio tra i responsabili dei servizi di sicurezza, al fine di imparare direttamente dalla pratica vissuta e di formarsi ulteriormente. All'ultimo incontro di scambio di esperienze «Responsabile servizio di sicurezza» tenutosi a novembre 2021 non mancava nulla: la formazione continua ha avuto luogo a Kloten, poi le e i partecipanti hanno potuto assistere a un'introduzione nella sede principale della Rega.

L'introduzione verteva anche su possibili punti in comune tra Rega e SSS in caso di intervento e affrontava questioni molto realistiche che possono davvero verificarsi negli interventi effettuati dalle due organizzazioni in collaborazione: dall'allerta, alla scelta del luogo di atterraggio fino all'eventuale segnalazione da terra ad un elicottero. A conclusione della giornata, c'è stata la possibilità di vedere la centrale d'intervento per gli interventi in Svizzera (elicotteri) nonché all'estero (rimpatri) e l'hangar.



03

**DE** Erfahrungen konnten ausgetauscht werden.

**FR** Les expériences ont pu être échangées.

**IT** Si potrebbero scambiare esperienze.

03

# SPEEDO: Vertragsverlängerung mit der SLRG war selbstverständlich

SPEEDO war in der Vergangenheit der offizielle Ausrüster der SLRG Nationalmannschaft. Wir dürfen verkünden: Sie werden es auch in Zukunft bleiben. Didi Schweighauser, Vertreter von SPEEDO in der Schweiz zur Vertragsverlängerung und Zusammenarbeit mit der SLRG.

Text: Philipp Binaghi  
Fotos: Catrade

**Didi Schweighauser, was hat SPEEDO bewogen, das Engagement mit der SLRG zu verlängern?**

Als SPEEDO unterstützen wir auch Projekte im Bereich Nachwuchsförderung, Sicherheit und Wettkampf. Und in diese Idee passt die SLRG doch perfekt rein. Also haben wir den Vertrag mit der SLRG ohne zu zögern verlängert und freuen uns darauf, tolle Projekte zu unterstützen.

**Hattest du persönlich schon Berührungspunkte oder Erfahrungen mit der SLRG oder besondere Erlebnisse mit dem Thema Wasser?**

Persönlich bin ich eine Wasserratte. Nach 50 m geradeaus schwimmen wird es mir zwar schon etwas langweilig, aber ich schwamm während meiner Schulzeit viel im Rhein durch Basel, schwimme jetzt im Sommer viel im Vierwaldstättersee, bin mit dem SUP auf dem Wasser, tauche in den Ferien fürs Leben gerne, Wasser in jeder Form hat mich mein Leben lang begeistert.

**Hast du ein SLRG Brevet?**

Aber sicher, in meiner Schulzeit besuchte ich jeden Sommer einen Schwimmkurs im Joggeli in Basel, machte wahrscheinlich alle Abzeichen inkl. SLRG Jugendbrevet durch und gewann bei den offenen Schülermeisterschaften auch mal einen kleinen Preis. Aber ja, angeregt durch die Diskussionen mit euch kann ich mir sehr gut vorstellen, wieder einen Kurs zu absolvieren.

**Was wünschst du dir für die künftige Zusammenarbeit mit der SLRG?**

Ich wünsche mir, dass wir nebst der Unterstützung der Athleten auch Gefässe finden, um gemeinsam gute, sinnvolle Projekte im Sinne der Mission der SLRG zu unterstützen und voranzutreiben.

01

**DE** Didi Schweighauser, Geschäftsführer der Catrade AG und offizieller Vertreter von SPEEDO in der Schweiz, freut sich auf die künftige Zusammenarbeit.

**FR** Didi Schweighauser, directeur exécutif de Catrade AG et représentant officiel de SPEEDO en Suisse, se réjouit de la poursuite de la collaboration.

**IT** Didi Schweighauser, amministratore delegato di Catrade AG e rappresentante ufficiale di SPEEDO in Svizzera, è lieto di continuare la collaborazione anche in futuro.



01

# SPEEDO: une poursuite de la collaboration avec la SSS qui coule de source

SPEEDO a toujours été le fournisseur officiel de l'équipe nationale de la SSS, et le restera. Didi Schweighauser, représentant de SPEEDO en Suisse, a répondu à quelques questions concernant la prolongation du contrat et la collaboration avec la SSS.

Texte: Philipp Binaghi  
Photos: Catrade

## Didi Schweighauser, qu'est-ce qui a incité SPEEDO à prolonger sa collaboration avec la SSS?

Chez SPEEDO, nous soutenons également les projets qui concernent la promotion de la relève, la sécurité et les compétitions, ce qui correspond parfaitement à l'état d'esprit de la SSS. C'est pourquoi nous n'avons pas hésité à prolonger notre contrat avec la SSS. Nous nous réjouissons d'ailleurs de continuer à soutenir ensemble des projets intéressants.

## As-tu déjà eu des rapprochements ou des expériences personnelles avec la SSS ou bien des expériences particulières en rapport avec l'eau?

Je suis très à l'aise dans l'eau. Il est vrai que nager 50 m en ligne droite m'ennuie un peu. Toutefois, pendant ma scolarité, j'ai beaucoup nagé dans le Rhin à travers Bâle. En été, je nage régulièrement dans le lac des Quatre-Cantons, je suis sur l'eau avec mon paddle. La plongée est l'un de mes passe-temps préférés pendant les vacances. J'ai toujours apprécié l'eau, sous toutes ses formes.

## Possèdes-tu un brevet SSS?

Bien sûr! Pendant ma scolarité, j'ai suivi chaque été un cours de natation à la piscine extérieure («Gartenbad») Joggeli, à Bâle. J'ai très certainement passé tous les brevets, y compris celui de jeune sauveteur SSS, et j'ai même parfois remporté un petit prix lors des championnats scolaires ouverts. D'ailleurs, stimulé par ces discussions, je peux très bien m'imaginer suivre à nouveau un cours.

## Que souhaites-tu pour la poursuite de la collaboration avec la SSS?

Je souhaite que nous puissions continuer à soutenir les athlètes mais aussi que nous puissions trouver, ensemble, des moyens de soutenir et de faire avancer des projets pertinents, dans l'esprit de la mission de la SSS.



02

**02**  
**DE** Catrade AG mit Sitz in Büron (Luzern) vertritt die Marke SPEEDO in der Schweiz.

**FR** Catrade AG, dont le siège est à Büron (Lucerne), représente la marque SPEEDO en Suisse.

**IT** Catrade AG, con sede a Büron (Lucerna), rappresenta il marchio SPEEDO in Svizzera.

# SPEEDO: la proroga del contratto con la SSS era ovvia

In passato SPEEDO era il fornitore ufficiale della squadra nazionale della SSS. Possiamo comunicare che lo sarà anche in futuro.

Di seguito le osservazioni riguardo alla proroga del contratto e alla collaborazione con la SSS di Didi Schweighauser, rappresentante di SPEEDO in Svizzera.

Testo: Philipp Binaghi  
Immagini: Catrade

## Didi Schweighauser, cosa ha spinto SPEEDO a mantenere il suo impegno con la SSS?

Come marchio SPEEDO sosteniamo anche progetti nell'ambito della promozione delle giovani leve, della sicurezza e delle competizioni e la missione della SSS collima perfettamente con questi intenti. Abbiamo quindi prolungato il contratto con la SSS senza esitazione e non vediamo l'ora di continuare a sostenere grandi progetti insieme a voi.

## Personalmente hai già avuto a che fare con la SSS o vissuto qualche esperienza particolare legata al tema dell'acqua?

Personalmente ho molta familiarità con l'acqua. Dopo 50 m di nuoto tutto diritto mi annoio un po', ma nel periodo scolastico nuotavo molto nel Reno a Basilea, ora nuoto spesso nel Lago dei Quattro Cantoni durante l'estate, vado sullo stand up paddle e amo da sempre fare immersione durante le vacanze: l'acqua mi ha entusiasmato fin da piccolo in tutte le sue forme.

## Hai un brevetto SSS?

Certamente, ai tempi della scuola frequentavo ogni estate un corso di nuoto al Joggeli di Basilea, probabilmente ho passato tutti gli attestati, compreso il brevetto giovanile SSS, e una volta ho anche vinto un piccolo premio ai campionati scolastici aperti a tutti. Però questa intervista con voi è un buon stimolo per iscrivermi a un altro corso.

## Cosa ti auguri per la futura collaborazione con la SSS?

Mi auguro che, oltre a sostenere gli atleti, troveremo anche il modo di lavorare insieme per appoggiare e promuovere dei buoni e ragionevoli progetti seguendo la missione della SSS.



03

**03**  
**DE** Die Nachwuchsförderung liegt Didi Schweighauser am Herzen.

**FR** La promotion de la relève tient à cœur à Didi Schweighauser.

**IT** La promozione dei giovani talenti sta a cuore a Didi Schweighauser.



# Der jüngste Rettungsschwimmer des Jahres: Mario Mayr

Mario Mayr (17) ist seit acht Jahren begeisterter Rettungsschwimmer bei der SLRG Baden-Brugg. Am Herzen liegt ihm auch die Erste-Hilfe, weshalb er sich für eine First-Responder Gruppe in Ehrendingen eingesetzt hat. Für diese Initiative wurde er 2021 zum bisher jüngsten «Rettungsschwimmer des Jahres» gewählt.

Text: Jasmin Wyrsch  
Fotos: SLRG

**Du bist aufgrund deines Engagements zum jüngsten Rettungsschwimmer des Jahres ausgezeichnet worden. Herzliche Gratulation. Was bedeutet für dich diese Auszeichnung?**

Danke vielmals. Ich freue mich sehr darüber und bin immer noch sprachlos. Sie bedeutet mir wirklich viel und sie gibt mir den Mut, wieder einmal eine solche Idee umzusetzen und mich von niemandem abhalten zulassen. Ich hätte auch nie damit gerechnet, diese Auszeichnung zu erhalten und es war auch nicht meine Absicht.

**Woher kam dein grosses Interesse, dich für die Laiennothilfe einzusetzen?**

Mein Traum ist es, Notarzt zu werden. Ich interessiere mich sehr für die Erste Hilfe, Medizin und Rettung. Mein Interesse allgemein für dieses Thema hat bei mir die Rega geweckt. Die Arbeit der Rega beeindruckt mich sehr. An einem Zukunftstag hatte ich die Möglichkeit, bei der Rega vorbeizuschauen. Ab dort wusste ich, was ich werden will.

**Dein Ziel war es eine Gruppe an First-Responder in deiner Gemeinde aufzubauen. Wie hast du das Projekt gestartet?**

Mich interessierte dieses Thema sehr und deshalb las ich den Leitfaden zum Aufbau und Betrieb von First-Responder-Systemen durch. In Ehrendingen könnte es eigentlich auch so eine Gruppe geben, dachte ich mir. Mit diesem Gedankengang habe ich mich mit der Feuerwehr Würenlingen in Verbindung gesetzt und mich mit jemandem aus der First-Responder-Gruppe dieser Feuerwehr ausgetauscht. Es war sehr spannend und es wurde mir auch bewusst, dass man diese Gruppe nicht einfach ins Leben rufen kann, sondern noch viele andere Dinge vorher gemacht werden müssen. Für die Vorstellung dieses Projektes habe ich eine Power-Point-Präsentation und einen Leitfaden vorbereitet.

**Welche Herausforderungen musstest du bewältigen?**

Die grösste Herausforderung für mich war, dass einige Leute zu mir sagten, dass ich das nicht schaffen kann, aufgrund meines Wissens und meines jungen Alters. Das war schon das heftigste. Jedoch freue ich mich umso mehr, wenn dieses Projekt dann steht und ich sagen kann: «Seht ihr, ich habe es geschafft».

**Hast du das alles alleine gemacht oder hattest du Hilfe?**

Die Idee für dieses «Projekt» kam von mir. Beim Vorbereiten des Leitfadens bekam ich Hilfe von meinem Vater.

**Hat dir das Projekt auch persönlich etwas weitergebracht?**

Definitiv. Ich habe gelernt an mich zu glauben, auch wenn mir jemand sagt, dass das nicht geht. Wenn mir jemand sagt, es geht nicht, dann akzeptiere ich seine Meinung, aber dies beeinflusst mein Handeln nicht mehr.

Was soll ich verlieren, wenn ich es einfach probiere? Wer nicht versucht hat schon verloren. Diese Sätze motivierten mich immer, wenn mir wieder jemand sagte, dass ich es nicht schaffen werde.

«First Responder  
(Erstantwortende)  
sind geschulte  
Ersthelfende, die bei  
einem Herz-Kreis-  
lauf-Stillstand von  
der Notrufzentrale  
144 aufgeboden wer-  
den, um die Zeit bis  
zum Eintreffen des  
Rettungsdienstes zu  
überbrücken.»

www.swisshheart.ch



## 01

(© Ilona Scherer)

**DE** Mario Mayr ist der bisher jüngste Rettungsschwimmer des Jahres.

**FR** À ce jour, Mario Mayr est le plus jeune nageur sauveur de l'année.

**IT** Mario Mayr è fino ad ora il più giovane nuotatore di salvataggio dell'anno.

## 02

**DE** André Widmer (Zentralvorstand SLRG) gratuliert Mario zur Auszeichnung.

**FR** André Widmer (comité central SSS) félicite Mario pour cette distinction.

**IT** André Widmer (Comitato Centrale della SSS) si congratula con Mario per l'onorificenza.

# Le plus jeune nageur sauveteur de l'année: Mario Mayr

Depuis huit ans, Mario Mayr (17 ans) est un nageur sauveteur passionné de la SSS Baden-Brugg. Les premiers secours comptent beaucoup à ses yeux, c'est pourquoi il a créé un «groupe de First Responder» à Ehrendingen. En 2021, grâce à cette initiative, il est devenu le plus jeune «Nageur sauveteur de l'année» à ce jour.

Texte: Jasmin Wyrsch  
Photos: SSS

«Les first responders (premiers répondants) sont des bénévoles formés aux premiers secours qui sont alertés par la Centrale d'appels sanitaires urgents 144 en cas d'arrêt cardio-circulatoire pour intervenir en attendant l'arrivée des secours professionnels.»

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

**Grâce à ton engagement, tu as été nommé plus jeune nageur sauveteur de l'année. Sincères félicitations! Que signifie cette distinction à tes yeux?**

Merci beaucoup! J'en suis très heureux et je continue de rester sans voix. À mes yeux, cette distinction a beaucoup de signification et me donne le courage de concrétiser une nouvelle fois une idée de ce genre, sans jamais laisser quiconque m'arrêter. Je n'y avais d'ailleurs jamais pensé et ce n'était pas non plus mon intention.

**D'où t'est venu cet intérêt considérable que tu portes à l'engagement pour le secourisme bénévole?**

Mon rêve est de devenir médecin urgentiste. Je m'intéresse beaucoup aux premiers secours, à la médecine et au sauvetage. D'une manière générale, c'est la Rega qui a éveillé mon intérêt pour ce sujet. Le travail de la Rega m'impressionne beaucoup. J'ai eu la chance de visiter la Rega lors d'une journée «Futur en tous genres». À partir de ce moment-là, j'ai su quel métier je voudrais exercer.

**Ton objectif était de créer un «groupe de First Responder» dans ta commune. Comment as-tu démarré ce projet?**

Je m'intéressais tout particulièrement à ce sujet, c'est pour cette raison que j'ai lu le guide sur la mise en place et le fonctionnement des systèmes de «First Responder». Je me suis dit qu'un tel groupe pouvait avoir sa place à Ehrendingen. C'est avec cette idée en tête que j'ai pris contact avec les pompiers de Würenlingen et que j'ai échangé avec une personne du groupe de «First Responder» de ces pompiers. Nos échanges étaient très intéressants et j'ai compris qu'il ne me suffisait pas de créer ce groupe: il y aurait beaucoup d'autres étapes au préalable. Pour la présentation de ce projet, j'ai dû préparer une présentation Power-Point et un guide.

**Quels sont les défis que tu as dû relever?**

Certaines personnes m'ont dit que je ne pouvais pas y arriver en raison de mes connaissances et de mon jeune âge. À mes yeux, c'est le plus grand défi que j'ai relevé. Aujourd'hui, je me réjouis d'autant plus de la mise en œuvre de ce projet et de pouvoir leur dire: «Vous voyez, j'ai réussi!».

**As-tu tout réalisé toi-même ou as-tu reçu de l'aide?**

C'est moi qui ai eu l'idée de ce «projet». Mon père m'a aidé lors de la préparation du guide.



04



**Ce projet t'a-t-il également apporté quelque chose personnellement?**

Bien entendu. J'ai appris à croire en moi, même si l'on me disait que je n'y arriverais pas. Aujourd'hui, si quelqu'un me répète cette phrase, j'accepte son point de vue, mais ce dernier n'influence plus mes actions.

Qu'est-ce que je risque de perdre si je tente le coup? Qui ne tente rien n'a rien. Ces adages m'ont toujours motivé lorsque l'on me répétait que je n'y arriverais pas.

03

**DE** Reto Abächerli, (links) von der Geschäftsstelle der SLRG und Peter Keller (rechts), Präsident SLRG Region Nordwest, halten die Laudatio zu Ehren von Mario Mayr.

**FR** Reto Abächerli, (à gauche) du siège administratif de la SSS et Peter Keller (à droite), président de la SSS région Nord-Ouest, prononce l'éloge en l'honneur de Mario Mayr.

**IT** Reto Abächerli, (a sinistra) della sede amministrativa della SSS e Peter Keller (a destra) Presidente SSS della regione nord-ovest tengono il discorso di encomio in onore di Mario Mayr.

04

**DE** Die Erste Hilfe ist Mario sehr wichtig. Er möchte später Medizin studieren und Notarzt werden.

**FR** Les premiers secours comptent beaucoup aux yeux de Mario. Plus tard, il souhaiterait étudier la médecine et devenir médecin urgentiste.

**IT** Il primo soccorso è molto importante per Mario. Desidera studiare medicina e diventare medico d'urgenza.

# Il più giovane nuotatore di salvataggio dell'anno: Mario Mayr

Mario Mayr (17) da otto anni è un entusiasta bagnino della SSS di Baden-Brugg. Anche il tema del primo soccorso gli sta a cuore, perciò si è impegnato per creare un gruppo di primo soccorso a Ehrendingen. Nel 2021 questa iniziativa gli è valsa il premio di più giovane «Nuotatore di salvataggio dell'anno» fino ad ora.

Testo: Jasmin Wyrsch  
Immagini: SSS

**Grazie al tuo impegno sei il più giovane nuotatore di salvataggio premiato fino ad ora. Congratulazioni! Cosa significa per te questa onorificenza?**

Grazie mille. Sono molto felice e sono ancora senza parole. Significa veramente molto per me e mi dà il coraggio di realizzare ancora un'idea del genere senza lasciarmi fermare da nessuno. Non me lo aspettavo e non cercavo certo un premio.

**Da dove viene il tuo grande interesse a impegnarti per il settore dei primi soccorsi non sanitari?**

Il mio sogno è diventare medico d'urgenza. Mi interessano molto i primi soccorsi, la medicina e il salvataggio. È stata la Rega a risvegliare il mio interesse per questo tema. Sono molto impressionato dal lavoro che svolge la Rega. A una «Giornata sul futuro» ho avuto la possibilità di dare un'occhiata dietro le quinte della Rega. Da quel momento ho saputo quello che volevo diventare.

**Il tuo obiettivo era quello di creare un gruppo di primo soccorso nel tuo comune. Come hai avviato il progetto?**

Il tema mi interessava molto perciò ho letto la guida per creare e gestire sistemi di «primo soccorso» e mi sono detto che a Ehrendingen un simile gruppo aveva senso. Con questo progetto in mente ho preso contatto con i vigili del fuoco di Würenlingen e ho scambiato alcune idee con una persona del gruppo di primo soccorso di questi vigili del fuoco. È stato particolarmente appassionante e ho capito che non era possibile creare un simile gruppo dal nulla; prima ci voleva una grande preparazione. Per questo progetto ho redatto una presentazione Power Point e una guida.

**Quali sfide hai dovuto superare?**

La più grande sfida per me è stata superare i pregiudizi di alcune persone che dicevano che non ce l'avrei fatta perché mi mancavano le conoscenze e perché ero molto giovane. È stata la cosa più difficile. Perciò sarò ancora più felice quando questo progetto sarà attuato e potrò dire: «Vedete, ce l'ho fatta!»

**Hai fatto tutto da solo o ti hanno aiutato?**

L'idea di questo progetto è mia. Per la redazione della guida mi ha aiutato mio papà.

**Il progetto ti ha fatto crescere personalmente?**

Assolutamente sì. Ho imparato a credere in me stesso, anche se qualcuno dice che la cosa non può funzionare. Se qualcuno mi dice che non è possibile, accetto la sua opinione, ma questo non influisce più sulle mie azioni.

**Cosa ho da perdere se ci provo? Chi non ci prova ha già perso. Questi motti mi hanno sempre motivato quando qualcuno mi diceva che non ce l'avrei fatta.**



«I First Responder (primi rispondenti) sono persone formate nei primi soccorsi che, in caso di arresto cardiocircolatorio, vengono convocati dalla centrale per le chiamate di emergenza 144 per gestire il tempo fino all'arrivo dell'ambulanza.»

www.swissheart.ch

## 05

**DE** Mario unmittelbar nach der Ehrung zum «Rettungsschwimmer des Jahres 2021».

**FR** Mario juste après sa distinction en tant que «Nageur sauveteur de l'année 2021».

**IT** Mario subito dopo essere stato nominato «Nuotatore di salvataggio dell'anno 2021».

## 06

**DE** Mario Mayr ist begeisterter Rettungsschwimmer, Jugendtrainer und Hilfskursleiter bei der SLRG Baden-Brugg.

**FR** Mario Mayr est un nageur sauveteur, entraîneur jeunesse et aide moniteur passionné de la SSS Baden-Brugg.

**IT** Mario Mayr da otto anni è un entusiasta nuotatore di salvataggio, giovane allenatore e aiuto monitore presso la SSS Baden-Brugg.

Design Thinking

Design Thinking

Design thinking

Design Thinking ist eine kreative Methode, welche hilft, komplexe Problemlösungen anzugehen. Dabei geht es darum, den Fokus auf diejenigen zu richten, die von der Idee profitieren können. Vielleicht auch ein hilfreiches und interessantes Werkzeug im Alltag?

Le Design Thinking est une méthode créative qui aide à résoudre des problèmes complexes. Il s'agit de se concentrer sur ceux qui vont bénéficier de l'idée. Peut-être est-ce aussi un outil utile et intéressant dans le quotidien?

Il design thinking è un metodo creativo che aiuta ad affrontare la risoluzione di problemi complessi. Si tratta in particolare di focalizzarsi su coloro che possono beneficiare dell'idea. Forse potrà diventare uno strumento utile e interessante anche nella quotidianità?



### Compréhension

Dans cette phase, il s'agit de développer une compréhension générale de la situation et de la problématique. Quel est le problème exact et qui est concerné?

### Gemeinsames Verständnis schaffen

In dieser Phase geht es darum, ein gemeinsames Verständnis für die Situation und die Frage- bzw. Problemstellung zu schaffen. Was ist genau das Problem und wer ist davon betroffen?

### Raggiungere una comprensione comune

In questa fase si tratta di raggiungere una comprensione comune della situazione nonché capire la questione e/o la problematica. Qual è esattamente la problematica? Chi ne è interessato?

### Ideen entwickeln und schärfen

Jetzt kommt der kreative Part: Verschiedene Ideen, die der Frage- und/oder Problemstellung dienen, sind nun gefragt. Mit verschiedenen Methoden/Techniken wie z.B. Brainstorming, Mindmap ect. lassen sich kreative Ideen erarbeiten. Einfach unbefangen sammeln, aussortiert wird am Schluss.

### Idéation

C'est la phase la plus créative : il s'agit maintenant de mettre sur la table toutes sortes d'idées permettant de répondre à la problématique. Différentes méthodes/techniques telles que le brainstorming, la carte mentale, etc. permettent d'élaborer les idées les plus folles. Tout est permis. Un tri sera fait à la fin.

### Sviluppare e affinare le idee

Qui si passa alla parte creativa: vengono proposte varie idee utili per la questione e/o la problematica. Le idee creative possono essere sviluppate usando vari metodi/tecniche, come il brainstorming, le mappe mentali, ecc. Le idee spontanee vengono tutte raccolte, solo alla fine avviene la scrematura.



### Klar strukturiert und vielseitig anwendbar: der Design Thinking Prozess

Der Design Thinking Prozess besteht aus sechs Schritten, die in einer Abfolge stehen. Sie können im Prozess wiederholt oder nach Bedarf auch einzeln angewendet werden.

### Une structure claire et des applications multiples: le processus de Design Thinking

Le processus de Design Thinking est constitué de six étapes. Elles peuvent être réalisées plusieurs fois dans le processus ou, si nécessaire, individuellement.

### Strutturato chiaramente e versatile: il processo di design thinking

Il processo di design thinking consiste in sei fasi in successione. Durante il processo, queste fasi possono ripetersi o essere affrontate singolarmente.

### Neutrales Beobachten

Beim Design Thinking Prozess stehen die an einer Problem- oder Fragestellung beteiligten Personengruppen im Zentrum. Deren Bedürfnisse und die Herausforderungen gilt es neutral und unabhängig zu erschließen, ohne eigene Interpretationen und Annahmen. Mittels Beobachtungen und Befragungen der Zielgruppe/n, können konkretere Informationen gesammelt werden.



### Observation neutre

Le processus de Design Thinking s'appuie principalement sur les groupes de personnes concernés par la problématique. Il s'agit d'identifier leurs besoins et leurs défis de manière neutre et indépendante, sans interprétations ni hypothèses personnelles. Il est possible de recueillir des informations plus concrètes en observant et en réalisant des enquêtes auprès du ou des groupes cibles.

### Osservare in modo neutrale

Nel processo di design thinking, l'attenzione è posta sui gruppi di persone coinvolte in una problematica o in una questione. Le loro esigenze e le sfide devono essere identificate in modo neutrale e indipendente, senza interpretazioni e supposizioni personali. Osservando e intervistando il/i gruppo/i target, si possono raccogliere informazioni più concrete.



### Prototypen entwickeln

Basteln, falten und kneten: Die besten Ideen zur Problemlösung können in diesem Schritt mittels eines Prototyps greifbarer gemacht werden. Der Prototyp ist eine einfache und möglichst einfach umsetzbare Konkretisierung.

### Prototyping

Bricoler, plier et modeler: lors de cette étape, les meilleures idées pour résoudre le problème peuvent être visualisées de façon concrète au moyen d'un prototype. C'est une solution de matérialisation des idées aisée et très simple à mettre en place.

### Sviluppare modelli

Disegnare, tagliare, piegare e modellare: in questa fase, le migliori idee per risolvere il problema possono essere rese più tangibili mediante un modello. Il modello è una concretizzazione semplice e attuabile il più facilmente possibile.

### Sichtweise definieren

Aus den bereits gesammelten ersten beiden Phasen lassen sich im 3. Schritt erste Schlüsse ziehen. Was haben beispielsweise Befragungen der Zielgruppe/n ergeben? Anhand dieses Feedbacks kann eine konkrete Sichtweise der Frage- oder Problemstellung definiert werden.

### Définition du point de vue

Cette troisième étape permet de tirer les premières conclusions à partir des informations collectées lors des deux premières phases. Par exemple, que révèlent les enquêtes menées auprès du ou des groupes cibles? À l'aide de ces retours, il est possible de formuler une problématique concrète.

### Prendere posizione

Sulla base degli elementi raccolti nelle prime due fasi già affrontate, nella terza fase si possono trarre delle conclusioni. Per esempio, cosa è emerso dai sondaggi sul/i gruppo/i target? Basandosi su questo feedback, è possibile prendere una posizione concreta rispetto alla questione o alla problematica.



### Testen, Feedback aufnehmen und einfließen lassen

In der letzten Phase gilt es den erarbeiteten Prototypen der Zielgruppe vorzustellen. Ziel ist es, Feedback zu erhalten, das wiederum hilft, den Prototypen anzupassen und diesen so zu gestalten, dass er zur Problemlösung dient. Dabei gilt auch wieder: neutral und unbefangen bleiben. Was die Zielgruppe rückmeldet, muss neu in den Prozess einfließen. Wenn es nichts zu bemängeln gibt, kann mit der Idee gestartet werden.

### Test, retours et adaptation

La dernière phase consiste à présenter le prototype élaboré au groupe cible. L'objectif est d'obtenir des retours qui permettront ensuite d'adapter les prototypes et de les concevoir de façon à ce qu'ils répondent à la problématique. Une fois de plus, il s'agit de rester neutre et impartial. Les retours du groupe cible doivent être intégrés au processus. S'il n'y a aucune critique à formuler, l'idée peut être mise en œuvre.

### Verificare, rilevare e integrare il feedback

L'ultima fase consiste nel presentare il modello al gruppo target. L'obiettivo è quello di ricevere un feedback che a sua volta aiuta ad adattare il modello e a impostarlo in modo che serva a risolvere il problema. Anche qui, la regola è rimanere neutrali e imparziali. Il feedback del gruppo target deve essere integrato nel processo. Se non ci sono obiezioni, si può mettere in opera l'idea.





### Buchtipps Design Thinking

Noch etwas zu theoretisch? Um mit dem Design Thinking Ansatz vertrauter zu werden, empfehlen wir das Buch «Design Thinking Playbook» des Verlages Franz Vahlen. Das «Design Thinking Toolbook» (rechts) zeigt die wichtigsten Tools und Methoden innerhalb des Design Thinking Prozesses auf. Wir wünschen viel Spass beim Ausprobieren.

### Livres recommandés Design Thinking

C'est encore un peu trop théorique? Pour vous familiariser davantage avec la méthode de Design Thinking, nous vous recommandons le livre «Le Guide du Design Thinking» des éditions Franz Vahlen. Le «Design Thinking Toolbook» (à droite) présente les principaux outils et méthodes composant le processus de Design Thinking. Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir à l'essayer.

### Lettura suggerita Design Thinking

C'è ancora qualcosa di troppo teorico? Per familiarizzarsi con l'approccio del design thinking, suggeriamo la lettura del libro «Design Thinking Playbook» dell'editore Franz Vahlen. Il «Design Thinking Toolbook» (a destra) mostra gli strumenti e i metodi più importanti nel processo di Design Thinking. Speriamo che vi divertiate a provarli.



### SLRG: Zusammenarbeit mit Partnerorganisationen

Bei der Gebäudeversicherung St. Gallen legt man grossen Wert auf gezielte Aus- und Weiterbildungen der Angehörigen der Feuerwehren. Aus verschiedenen Kommandi der Region entstand das Bedürfnis, mehr über die Themen der Fluss- und Wasserrettung zu erfahren. Die Polizeitaucher der Kantonspolizei St. Gallen, die Alpine Rettung Ostschweiz und die SLRG Mittelrheintal führten die Kommandanten gemeinsam an die Thematik heran.

### SSS: collaboration avec des organisations partenaires

Au sein de la compagnie d'assurance Gebäudeversicherung St. Gallen, on attache une grande importance aux formations initiales et continues ciblées des membres des corps de sapeurs-pompiers. Différents commandements de la région ont émis le besoin d'en savoir davantage sur les thématiques du sauvetage aquatique et en rivière. Les policiers plongeurs de la police cantonale de Saint-Gall, le Secours Alpin des Préalpes orientales et la section SSS Mittelrheintal ont initié les commandants à cette thématique.

### SSS: collaborazione con organizzazioni partner

Presso l'assicurazione stabili di San Gallo si dà molta importanza alla formazione e alla formazione continua mirate dei vigili del fuoco. La necessità di saperne di più sui temi relativi al salvataggio nei fiumi e in acqua è emersa da vari comandi della regione. I subacquei della polizia cantonale di San Gallo, del Soccorso Alpino della Svizzera orientale e della sezione SSS sezione di Mittelrheintal hanno introdotto insieme i comandanti al tema.

# Michael Jöhl



### Drei Fragen an: Michael Jöhl

#### Wie bist du zur SLRG gekommen?

Für mich war Wasser schon immer faszinierend. In diesem Element habe ich mich immer wohl gefühlt. Ein Schwimmverein war aber keine langfristige Option für mich. Hier bietet die SLRG eine einzigartige Alternative: eine Kombination aus Sport, Erster Hilfe, Ausbildung und Ehrenamtlichkeit.

#### Was sind deine Aufgaben als Sektionspräsident der SLRG Lachen?

In erster Linie geht es darum, alle offenen Punkte im Überblick zu haben, die Vorstandssitzungen zu leiten, Struktur hineinzubringen und den Verein nach aussen zu vertreten.

#### Was motiviert dich bei der SLRG auf freiwilliger Basis mitzuwirken?

Man kann der Gemeinde, der Gesellschaft und den Mitmenschen etwas zurückgeben, ohne eine direkte Gegenleistung. Dieses Engagement findet auf verschiedenen Ebenen statt, was die «Arbeit» abwechslungsreich und vielschichtig gestaltet. Dann kommt noch die sportliche Komponente hinzu. Das ist in vielerlei Hinsicht eine grosse Bereicherung für mich selbst.

Michael Jöhl ist von Beruf Informatiker und seit 16 Jahren Mitglied bei der SLRG Lachen. Aktuell ist er als Präsident sowie auch als Kurs- und Trainingsleiter der Sektion tätig, engagiert sich jedoch auch bei der SLRG Schweiz, vorwiegend bei Informatikprojekten.

### Trois questions à: Michael Jöhl

#### Comment es-tu arrivé à la SSS?

L'eau a toujours exercé une fascination sur moi. Mais faire partie d'un club de natation n'était pas une option à long terme. La SSS offre ici une alternative unique: une combinaison de sport, de premiers secours, de formation et de bénévolat.

#### Quelles sont tes missions en tant que président de la SSS Lachen?

Tout d'abord, il s'agit d'avoir une vue d'ensemble de tous les points en suspens, de diriger les réunions du comité, d'apporter de la structure et de représenter l'association à l'extérieur.

#### Quelles sont tes motivations pour participer à la SSS sur la base du volontariat?

On peut essayer de rendre quelque chose à la communauté, à la société et à ses semblables, sans pour autant attendre de contrepartie directe. Cet engagement peut avoir lieu à différents niveaux, ce qui rend le «travail» extrêmement diversifié et changeant. À cela vient s'ajouter la composante sportive. Tout cela représente une grande source d'enrichissement pour moi.

Michael Jöhl est informaticien de métier et membre de la SSS Lachen depuis 16 années. Actuellement, il occupe les fonctions de président, ainsi que de responsable de cours/formation de cette section, ce qui ne l'empêche pas de s'impliquer également auprès de la SSS Suisse, principalement pour des projets informatiques.

### Tre domande a: Michael Jöhl

#### Come ti sei avvicinato alla SSS?

L'acqua mi ha sempre affascinato. Per me, però, un'associazione di nuoto non era un'opzione a lungo termine. La SSS a questo riguardo rappresenta un'alternativa unica nel suo genere: una combinazione tra sport, primi soccorsi, formazione e volontariato.

#### In veste di presidente della SSS di Lachen quali sono i tuoi compiti?

In primo luogo, devo avere una panoramica chiara di tutte le tematiche, presiedere le riunioni del Comitato direttivo dando loro una struttura, e rappresentare la Società nei confronti di terzi.

#### Cosa ti motiva a collaborare con la SSS in veste di volontario?

Si può restituire qualcosa al Comune, alla società e al prossimo, senza ricevere direttamente qualcosa in cambio. L'impegno si svolge a diversi livelli e rende questo «lavoro» estremamente variato. Inoltre, si aggiunge anche la componente sportiva. Per molti versi è un vero arricchimento per me stesso.

Michael Jöhl è informatico di formazione e da 16 anni è membro della SSS di Lachen. Attualmente è presidente, monitore e allenatore all'interno della sezione, ma il suo impegno si spinge fino alla SSS Svizzera, dove è attivo in progetti informatici.



### Rheintalerinnen retteten Mann vor Ertrinken

Jasmin Messmer und Kim Lei von der SLRG Mittelrheintal haben vergangenen Sommer im Tessin einen Mann vor dem Ertrinken gerettet. Sie waren zur richtigen Zeit am richtigen Ort und haben beherzt und fundiert gehandelt. Dafür wurden sie vom Christophorus-Rat ausgezeichnet.

### Des habitantes du canton de Saint-Gall sauvent un homme de la noyade

L'été dernier, Jasmin Messmer et Kim Lei, membres de la SSS Mittelrheintal, ont sauvé un homme de la noyade dans le Tessin. Elles se trouvaient au bon endroit, au bon moment et sont intervenues avec courage et en toute connaissance de cause. Elles ont donc été récompensées par le Conseil St-Christophe.

### Due donne della sezione di Rheintal hanno salvato un uomo che stava annegando

Jasmin Messmer e Kim Lei della SSS Mittelrheintal la scorsa estate in Ticino hanno salvato un uomo che stava annegando. Si trovavano nel posto giusto al momento giusto e hanno agito in modo risoluto e consapevole. Per questo sono state premiate dal Consiglio Cristoforo.

HALLER JENZER

# RETTIG IN SICHT.

Sorgenfrei durch das Papiermeer. Wir beraten Sie gern rund um die Produktion und die Gestaltung Ihrer Drucksachen.

Melden Sie sich bei unseren Kundenberatern.

Ihr Druck- und Medienzentrum in 3400 Burgdorf | [www.haller-jenzer.ch](http://www.haller-jenzer.ch)



### Neustes zum Ertrinkungs-geschehen in der Schweiz

Wie können wir aktuellen und zukünftigen Herausforderungen in der Ertrinkungsprävention begegnen? Eine vielversprechende Antwort ist ein starkes Netzwerk aller Akteurinnen und Akteure in der Ertrinkungsprävention und Wasserrettung, um Know-how zu teilen und Ideen auszutauschen. Eine Plattform dazu ist das jährlich stattfindende Wasser-Sicherheits-Forum WSF.

Parallel zum Forum erscheint auch jedes Jahr der «WSF-Report». Darin findest du die aktuellen Zahlen zum Unfallgeschehen in der Schweiz, Good-Practice-Beispiele von Projekten in der Ertrinkungsprävention genauso wie ein spannender Beitrag zum Thema «Frauen – die vergessene Risikogruppe bei Ertrinkungsunfällen».

Weitere Informationen zum Wasser-Sicherheits-Forum und zum Report 2021: [www.slrgr.ch/wsf](http://www.slrgr.ch/wsf)

Der WSF-Report kann kostenlos in gedruckter Form via Mail ([info@slrg.ch](mailto:info@slrg.ch)) bestellt werden.

### Actualités sur les statiques de noyade en Suisse

Comment pouvons-nous relever les défis actuels et futurs qui se posent dans la prévention contre les noyades? L'une de nos idées prometteuses consiste à bâtir un réseau solide de toutes les personnes qui agissent pour la prévention contre les noyades et le sauvetage aquatique, afin de partager leur savoir-faire et d'échanger des idées, par exemple lors du forum de sécurité aquatique FSA annuel.

En plus du forum, un «rapport FSA» est publié chaque année. Tu y trouveras les chiffres actuels relatifs aux accidents aquatiques en Suisse, des exemples de bonne pratique issus de différents projets sur la prévention contre les noyades ainsi qu'une contribution intéressante sur le sujet «Les femmes: les grandes oubliées du groupe à risque en termes de noyades».

Plus d'informations sur le Forum de sécurité aquatique FSA et le Rapport 2021: [www.sss.ch/fsa-fr](http://www.sss.ch/fsa-fr)

Le Rapport FSA peut être commandé gratuitement en version imprimée par mail ([info@sss.ch](mailto:info@sss.ch)).

### Ultime notizie sugli annegamenti in Svizzera

Come possiamo affrontare le sfide presenti e future nella prevenzione degli annegamenti? Una risposta promettente è quella di creare una forte rete di attori coinvolti nella prevenzione degli annegamenti e nel salvataggio in acqua per condividere l'esperienza acquisita e scambiare idee. Una piattaforma a tal fine è il Forum di sicurezza acquatica (FSA) che si tiene ogni anno.

Parallelamente al Forum, ogni anno viene pubblicato il «Rapporto FSA». In questo rapporto trovate le cifre attuali sugli incidenti in Svizzera, esempi di buona pratica di progetti di prevenzione degli annegamenti e un interessante articolo sul tema «Donne – il gruppo a rischio dimenticato tra i casi di annegamento».

Ulteriori informazioni sul Forum di sicurezza acquatica FSA e il rapporto 2021: [www.sss.ch/fsa-it](http://www.sss.ch/fsa-it)

Il Rapporto FSA può essere ordinato gratuitamente in forma stampata via posta ([info@sss.ch](mailto:info@sss.ch)).

**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.slrgr.ch](http://www.slrgr.ch)  
[www.sss.ch](http://www.sss.ch)

Lebensretter haben viele Gesichter: als Freiwillige in einer der 125 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 125 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 125 sezioni, quale donatori, con un'adesione quale socio sostenitore o con una donazione testamentaria.

**Conto per donazioni:**  
**CH73 0900 0000 4002 1821 3**