



## Fokussiert

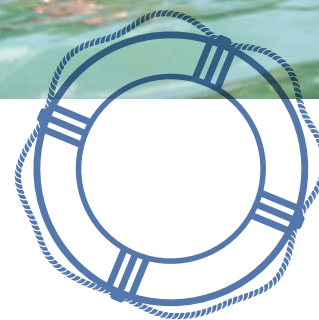
Lernen, wo die Gefahren lauern – Pionierarbeit im Schwimmunterricht

## Focalisé

Savoir détecter le danger: un projet pilote pour les cours de natation

## Focalizzato

Alla scoperta dei pericoli nascosti con un'innovativa lezione di nuoto







### Liebe Rettungsschwimmerinnen Liebe Rettungsschwimmer

Während der letzten Jahre hat an dieser Stelle Rudolf Schwabe als Zentralpräsident einleitende Worte an Euch gerichtet. In diesem Frühjahr musste er sein Amt aus gesundheitlichen Gründen niederlegen. Für seinen grossen Einsatz und die engagierte Zusammenarbeit danke ich Ruedi sehr herzlich!

Etwas salopp könnte man sagen, bei der Schweizerischen Lebensrettungsgesellschaft SLRG sei alles im Fluss. Auf diese Ausgabe von «pur» trifft dies wörtlich zu. Ganz der Jahreszeit entsprechend, bewegen wir uns in diesem Heft in der Aare, im Rhein und in der Verzasca. In der Aare in Brugg fand an Pfingsten endlich wieder das Trainings-Weekend Wasserrettung statt.

In der Verzasca hat sich im Sommer 2021 ein Badeunfall ereignet, der nur dank dem beherzten Eingreifen zweier mutiger Frauen glimpflich endete. Sie wurden dafür vom Christophorus-Rat geehrt. Damit es gar nicht erst zu Unfällen kommt, hat Maja Jacober vor zehn Jahren eine innovative Form von Schwimm- und Wassersicherheits-Unterricht etabliert. Die Kinder lernen sich dort sicher zu bewegen, wo sie sich ohnehin aufhalten: im Rhein. Mehr dazu in der aktuellen Titelseite.

Ich wünsche inspirierende Lektüre!

Euer Zentralpräsident ad interim  
Clemente Gramigna

### Chères nageuses sauveteuses, Chers nageurs sauveteurs,

Ces dernières années, c'est Rudolf Schwabe qui, en tant que Président central, vous adressait quelques mots en guise d'introduction. Il a dû quitter ses fonctions ce printemps pour raisons de santé. Je tiens à remercier Ruedi pour son immense engagement et tout le travail accompli !

Pour faire simple, on pourrait dire que tout baigne à la Société Suisse de Sauvetage SSS. C'est particulièrement vrai dans ce numéro de «pur». Pour coller à l'ambiance estivale, nous vous emmenons sur les rives de l'Aar, du Rhin et de la Verzasca. Le week-end de formation au sauvetage aquatique a pu enfin être organisé à nouveau, il s'est déroulé à la Pentecôte, dans l'Aar, à Brugg.

À l'été 2021, la Verzasca a été le théâtre d'un incident de baignade qui ne doit son issue heureuse qu'à l'intervention de deux femmes courageuses. Le Conseil St-Christophe leur a rendu hommage. Pour agir en amont et prévenir les accidents, Maja Jacober a mis en œuvre il y a dix ans une forme innovante d'enseignement de la natation et de la sécurité dans l'eau. Les enfants apprennent à évoluer en toute sécurité là où ils vont de toute façon passer du temps, à savoir dans le Rhin. Vous trouverez tous les détails en lisant l'article à la une.

Je vous souhaite bonne lecture!

Le Président central ad interim  
Clemente Gramigna

### Care nuotatrici di salvataggio, cari nuotatori di salvataggio,

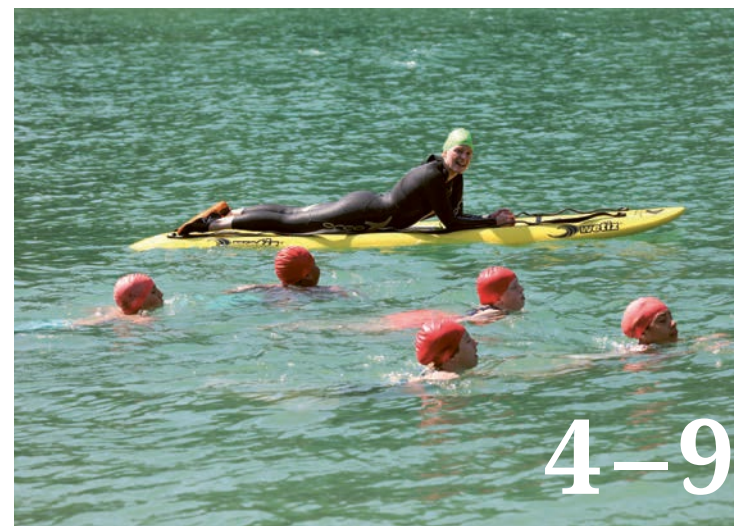
Negli scorsi anni, era Rudolf Schwabe in qualità di Presidente centrale a rivolgersi a voi con queste parole di apertura. Questa primavera si è dovuto dimettere dal suo incarico per motivi di salute. Ringrazio di cuore Ruedi per il suo grande impegno e la sua collaborazione!

In maniera un po' colloquiale, possiamo dire che tutto è in movimento alla Società Svizzera di Salvataggio SSS. In questa edizione di «pur» letteralmente: in sintonia con la stagione ci muoviamo infatti nell'Aare, nel Reno e nel fiume Verzasca. A Pentecoste, si è finalmente tenuto nuovamente il weekend di allenamento per il salvataggio in acqua nell'Aare a Brugg.

Nell'estate del 2021 si è verificato un incidente in Valle Verzasca e il peggio è stato evitato solo grazie all'intrepido intervento di due donne coraggiose. Per questo sono state premiate dal Consiglio Cristoforo. Per evitare gli incidenti, dieci anni fa Maja Jacober ha sviluppato una forma innovativa di insegnamento del nuoto e della sicurezza in acqua. I bambini e le bambine imparano a muoversi laddove in ogni caso trascorrono del tempo: nel Reno. Scoprite il resto del racconto nell'articolo di fondo.

Vi auguro una buona lettura ricca di spunti di riflessione!

Il vostro Presidente centrale ad interim  
Clemente Gramigna



# 4-9

#### FOKUSSIERT

Lernen, wo die Gefahren lauern – Pionierarbeit im Schwimmunterricht

#### FOCALISÉ

Savoir détecter le danger: un projet pilote pour les cours de natation

#### FOCALIZZATO

Alla scoperta dei pericoli nascosti con un'innovativa lezione di nuoto



# 10-15

#### MITTENDRIN

Die SLRG übt Flussrettung in der Aare in Brugg

#### AU MILIEU

La SSS s'entraîne au sauvetage en rivière dans l'Aar à Brugg

#### AL CENTRO

Nell'Aare a Brugg la SSS si esercita per il salvataggio fluviale



# 18-23

#### GEMEINSAM

Rettungseinsatz im Verzascatal

#### EN COMMUN

Sauvetage dans le val Verzasca

#### IN COMUNE

Intervento di salvataggio in Valle Verzasca

#### Impressum | Mentions légales | Sigla editoriale 3|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** Urs Höltschi



# Lernen, wo die Gefahren lauern – Pionierarbeit im Schwimmunterricht

Die Ertrinkungsstatistik der SLRG zeigt eindrücklich: Die meisten Ertrinkungsfälle ereignen sich in offenen Gewässern. Für den Schulsport von Fluss- und See-gemeinden kann dies zum Problem werden. Rettungsschwimmerin Maja Jacober hat die Chance erkannt und eine innovative Unterrichtsform etabliert.

Text: Urs Höltschi  
Fotos: Urs Höltschi

## 01

**DE** Auf dem Rescue-Board begleitet Maja Jacober die Gruppe der Schwimmenden. So hat sie die Übersicht und kann notfalls rasch handeln.

**FR** Maja Jacober accompagne le groupe de nageurs sur la Rescue-Board. Elle a ainsi une vue d'ensemble et peut agir rapidement en cas d'urgence.

**IT** Sulla tavola di salvataggio, Maja Jacober accompagna il gruppo di nuotatori. In questo modo ha una visione d'insieme e può agire rapidamente se necessario.

## 02

**DE** Nach 200 Metern Schwimmstrecke geht es zurück zur Rheinbadi. Die zweite Gruppe begleitet die Schwimmenden mit Rettungsmitteln an Land.

**FR** Après 200 mètres de natation, retour au Rheinbadi. Le deuxième groupe accompagne les nageurs sur la terre ferme avec des moyens de sauvetage.

**IT** Dopo 200 metri di nuoto, il gruppo ritorna al Rheinbadi. Il secondo gruppo accompagna i nuotatori a riva con le attrezzature di salvataggio.

Die Rheinbadi in Eglisau, am Fusse der Altstadt gelegen, ist ein äusserst schöner Ort. An Sommertagen scheint sich das Leben in Eglisau in die beliebte Rheinbadi zu verlegen, sie wird zum temporären Zuhause.

Die grosse Verbundenheit der Eglisauer:innen mit ihrer Rheinbadi hängt auch mit einer alten Tradition zusammen: dem Rheinschwimmen der Schule Eglisau. Am zweitletzten Samstag vor den Sommerferien im Juli trifft sich halb Eglisau im Gebiet der Rheinbadi. Neben dem Wettschwimmen im Rhein locken der Zopfzmenge, musikalische Beiträge und das Festambiente.

### Eine bedrohte Tradition

Vor rund zehn Jahren wurde über die Zukunft des Rheinschwimmens debattiert. Wegen Sicherheitsbedenken stand die Abschaffung des traditionellen Anlasses im Raum. Zu jener Zeit nahm auch die Schwimmlehrerin und Rettungsschwimmerin Maja Jacober ihre Arbeit an der Schule Eglisau auf. «Die Abschaffung des Rheinschwimmens hätte die gesamte Situation nicht sicherer gemacht – im Gegenteil», ist Maja Jacober überzeugt.

Ein grosser Teil der Eglisauer Kinder hält sich ohnehin am und im Rhein auf, unabhängig vom Rheinschwimmen. Maja Jacober erinnert sich: «Es stellte sich also die Frage: Wie können wir den Anlass Rheinschwimmen sicherer machen statt abschaffen und damit einen generellen Beitrag zur Sicherheit hier leisten?»

### Vom Wein- ins Bündlerland und zurück

Aufgewachsen ist Maja Jacober in Ossingen, der Husemer See und die Thur lagen quasi vor der Haustüre. Im Sommer 1985 absolvierte sie als Dreizehnjährige das Jugend-Brevet der SLRG, es trägt die Nummer 8502. Das Abzeichen, das lange Zeit ihre Badehose schmückte, hält sie noch heute in Ehren. Der Schwimmsport und die SLRG sind wichtige Bestandteile ihres Lebens.

Beruflich wählte Maja Jacober zuerst die Ausbildung zur Physiotherapeutin und absolvierte dann verschiedene Weiterbildungen, zum Beispiel in der Halliwick-Methode. Über längere Zeit arbeitete sie mit Menschen mit Beeinträchtigung im Kanton Graubünden, bevor sie ins Zürcher Weinland zurückkehrte.

### Ein Pionierprojekt entsteht

Maja Jacober brachte das erforderliche Fachwissen und die Methodenkompetenz mit, um die Kinder der Schule Eglisau auf einen sicheren Aufenthalt im Rhein vorzubereiten. Vor gut zehn Jahren gab es in der

Schweiz aber kaum Erfahrungen und keine Lehrmittel zum Schwimmunterricht in offenen Gewässern.

«Die Kinder müssen die Gefahren des Flusses kennen und sich sicher im Rhein bewegen können», erläutert Maja Jacober. «Dies unabhängig davon, ob sie am überwachten Rheinschwimmen teilnehmen oder ihre Freizeit hier verbringen.» Die Schule Eglisau unterstützte ihre Idee und Maja Jacober machte sich an die Entwicklung eines individuellen Rheinschwimm-«Lehrplans».

Seither geniessen die Schüler:innen in Eglisau ab der ersten Klasse neben dem ordentlichen Schwimmunterricht im Hallenbad jeweils im Juni und Anfang Juli den sogenannten «Rheinschwimmunterricht». Maja Jacobers Begeisterung für das Element Wasser und den Schwimmsport ist während der Lektionen beinahe mit Händen zu greifen und schwappt wie eine Welle auf die Kinder über. Und dennoch bleibt sie während des Unterrichts ruhig und höchst konzentriert.

### Vorfreude auf den grossen Tag

Altersgerecht lernen die Kinder die elementaren Baderegeln und die Flussregeln kennen. Doch Maja Jacober geht es um mehr: «Die Wasserhältnisse hier sind anders als im Hallenbad. Daran sollen sie sich gewöhnen.» Dafür hat sie mit dem Rheinschwimmunterricht Pionierarbeit geleistet.

Bald nach dem Besuch von «pur» wird es so weit sein: Für die Erst- und Zweitklässler:innen ist das Rheinschwimmen freiwillig – aber wer will da schon fehlen? Ab der dritten Klasse ist das Rheinschwimmen obligatorisch. Bis zu 450 Schüler:innen wählen zwischen einer Schwimmstrecke von 50 Metern, 200 Metern oder der Rheinquerung von 250 Metern.

Auch in den Pandemie-jahren 2020 und 2021 wurde der Schwimmunterricht im Rhein ohne Einschränkungen durchgeführt. Das traditionelle Rheinschwimmen aber musste zweimal in Folge abgesagt werden. Beim Besuch des innovativen Schwimmunterrichts in der Rheinbadi wird deutlich spürbar: Die Vorfreude auf das diesjährige Rheinschwimmen ist enorm – bei den Kindern wie auch bei Maja Jacober und den Klassenlehrpersonen.





# Savoir détecter le danger: un projet pilote pour les cours de natation

Les statistiques de noyade de la SSS sont claires: la plupart des accidents se produisent en eaux libres. Ce peut être un problème pour le sport scolaire dans les communes riveraines d'un lac ou d'une rivière. Maja Jacober a saisi cette opportunité pour établir une nouvelle forme de cours.

Texte: Urs Höltschi  
Photos: Urs Höltschi

La piscine sur le Rhin d'Eglisau, au pied de la vieille ville, est un lieu particulièrement pittoresque qui devient une sorte de résidence temporaire pendant les journées d'été.

Le lien fort qui unit les habitantes et leur piscine s'explique aussi par une vieille tradition: la baignade dans le Rhin de l'école d'Eglisau. L'avant-dernier samedi précédant les vacances d'été en juillet, la moitié de la ville se réunit à proximité. Au programme: de la brioche pour le déjeuner, de la musique et une ambiance de fête en plus de la compétition de natation.

## Une tradition menacée

Il y a près de dix ans, il a été envisagé de supprimer l'événement par souci de sécurité. La monitrice de natation et nageuse sauveteuse Maja Jacober a commencé à travailler à l'école d'Eglisau à cette époque. «La suppression de la baignade dans le Rhin n'aurait pas rendu les choses plus sûres, au contraire», Maja Jacober en est convaincue.

Que l'événement ait lieu ou non, une grande partie des enfants de la commune passe du temps dans ou au bord du Rhin. Maja Jacober se souvient: «Nous nous sommes demandé comment rendre la baignade dans le Rhin plus sûre au lieu de la supprimer, et contribuer ainsi à la sécurité en général.»

## Du Weinland aux Grisons et inversement

Maja Jacober a grandi à Ossingen tout près du lac Husemersee et de la Thur. A l'été 1985, elle a passé le Brevet Jeune Sauveteur de la SSS à l'âge de 13 ans. Son brevet portait le numéro 8502. Elle conserve encore aujourd'hui en souvenir l'insigne en tissu qu'elle a longtemps arboré sur son costume de bain. La natation et la SSS comptent beaucoup dans sa vie.

Maja Jacober a d'abord choisi de devenir physiothérapeute puis a effectué différentes formations complémentaires, pour la méthode Halliwick par exemple. Pendant longtemps, elle a travaillé avec des personnes en situation de handicap dans le canton des Grisons avant de revenir dans le Weinland zurichois.

## Naissance d'un projet pilote

Maja Jacober avait les connaissances techniques nécessaires et les compétences méthodologiques pour enseigner aux enfants de l'école d'Eglisau à appréhender le Rhin sans danger. Il y a une dizaine d'années, l'enseignement de la natation en eaux libres en Suisse avait été encore très peu expérimenté et il n'y avait pas de support de cours.

## 03

**DE** Die sechs Baderegeln lernen die Kinder über die verschiedenen Lektionen hinweg in Theorie und Praxis kennen.

**FR** Les enfants apprennent les six règles de la baignade en théorie et en pratique au fil des différentes leçons.

**IT** I bambini imparano le sei regole del bagno in teoria e in pratica durante le varie lezioni.

## 04

**DE** Mit unterschiedlichen Methoden vermittelt und repetiert Maja Jacober die Baderegeln.

**FR** Maja Jacober transmet et répète les règles de la baignade à l'aide de différentes méthodes.

**IT** Maja Jacober utilizza diversi metodi per insegnare e ripetere le regole di comportamento della SSS.



04



«Les enfants doivent connaître les dangers du fleuve pouvoir y évoluer en toute sécurité, explique Maja Jacober. Peu importe qu'ils participent à la baignade dans le Rhin sous surveillance ou qu'ils s'y baignent pendant leur temps libre.» L'école d'Eglisau a soutenu son idée et Maja Jacober a développé un plan d'études spécial.

Depuis, les élèves d'Eglisau dès la première année profitent en juin et début juillet de cours de natation dans le Rhin, en plus des cours de natation habituels en piscine couverte. Les enfants ne peuvent qu'être emportés par la passion débordante de Maja Jacober pour l'eau et la natation que l'on ressent pendant les cours. Maja reste néanmoins calme et très concentrée.

## Un événement attendu avec impatience

Les enfants apprennent les maximes élémentaires de la baignade et de la rivière de manière adaptée à leur âge. Cependant, la mission de Maja Jacober ne s'arrête pas là: «Par rapport à la piscine, l'eau se comporte différemment ici. Ils doivent s'y habituer.» C'est pourquoi elle s'est engagée dans cette voie inédite avec les cours de natation dans le Rhin.

Le grand jour aura lieu peu de temps après la visite de «pur»: pour les élèves de première et deuxième année, la baignade dans le Rhin est volontaire, mais qui voudrait rater cet événement? La participation est obligatoire dès la troisième année. Jusqu'à 450 élèves ont le choix entre nager 50 mètres, 200 mètres ou traverser le Rhin sur 250 mètres.

Les cours de natation dans le Rhin ont pu se dérouler sans restrictions même pendant la pandémie en 2020 et 2021. La traditionnelle baignade dans le Rhin a dû cependant être annulée deux fois de suite. Une chose nous apparaît clairement alors que nous assistons à ce cours de natation innovant dans la piscine sur le Rhin: l'impatience est immense aussi bien chez les enfants que pour Maja Jacober et le corps enseignant.



# Alla scoperta dei pericoli nascosti con un'innovativa lezione di nuoto

Le statistiche sugli annegamenti della SSS lo mostrano con chiarezza: la maggior parte degli annegamenti avviene in acque libere. Ciò può diventare un problema nello svolgimento di sport acquatici in tutti quei Comuni situati in riva a fiumi e laghi. La nuotatrice di salvataggio Maja Jacober ha colto l'opportunità per sviluppare un'innovativa forma di insegnamento.

Testo: Urs Höltschi  
Immagini: Urs Höltschi

05

**DE** Aufmerksam und mit einer grossen Portion Spass absolvieren die Kinder den innovativen Schwimmunterricht im Rhein.

**FR** C'est avec attention et une grande dose de plaisir que les enfants suivent cette leçon de natation innovante dans le Rhin.

**IT** I bambini sono attenti e si divertono molto durante le innovative lezioni di nuoto nel Reno.

06

**DE** Auch Milu darf beim Unterricht nicht fehlen. Die Puppe liess Maja Jacober von einer Kollegin fertigen.

**FR** Milu ne doit pas non plus manquer à l'enseignement. Maja Jacober a fait fabriquer la poupée par une amie.

**IT** Anche Milu fa parte delle lezioni. Maja Jacober ha fatto preparare il pupo da un'amica.

Il lido sul Reno di Eglisau, collocato ai piedi del centro storico, è un luogo bellissimo, che nelle giornate estive si trasforma nel centro più movimentato della cittadina.

Il forte legame che le cittadine e i cittadini di Eglisau provano per il loro lido affonda le proprie radici anche in un'antica tradizione: la nuotata nel Reno organizzata dalla scuola di Eglisau. A luglio, l'ultimo sabato prima delle vacanze, mezza Eglisau si trova al lido. Motivo di questo successo sono, oltre alla gara di nuoto nel Reno, il buffet a base di treccia, l'accompagnamento musicale e l'atmosfera festosa.

## Una tradizione a rischio

Dieci anni fa vi sono stati dei dibattiti in merito al futuro della nuotata nel Reno. A causa di problemi di sicurezza, è stata presa in considerazione l'abolizione della tradizionale manifestazione. È stato in quel periodo che l'insegnante di nuoto e nuotatrice di salvataggio Maja Jacober ha iniziato a lavorare presso la scuola di Eglisau. «Abolire la manifestazione non avrebbe di certo reso più sicura la situazione, al contrario», spiega con convinzione Maja.

La maggior parte dei bambini di Eglisau trascorre comunque del tempo nel Reno e attorno al Reno, a prescindere dall'evento. Maja Jacober ricorda che «Ci si chiedeva: come rendere più sicura la nuotata nel Reno, invece di abolirla, e contribuire così alla sicurezza generale?»

## Dal Weinland zurighese ai Grigioni e ritorno

Maja Jacober è cresciuta a Ossingen, a pochi passi dal fiume Thur e dall'Husemersee. Nell'estate del 1985, a tredici anni, ha ottenuto il brevetto giovanile della SSS, con il numero 8502. Del distintivo, che a lungo ha portato sul costume da bagno, va fiera ancora oggi. Il nuoto e la SSS sono elementi importanti della sua vita.

Per quanto riguarda la sua vita professionale, Maja Jacober si è dapprima formata come fisioterapista e poi ha seguito diverse formazioni continue, apprendendo per esempio il metodo Halliwick. Per molti anni ha inoltre lavorato con persone disabili nel Canton Grigioni per poi tornare a stabilirsi nel Weinland zurighese.

## La nascita di un progetto innovativo

Maja Jacober possiede le conoscenze specialistiche necessarie e la competenza metodologica per preparare i bambini della scuola di Eglisau a trascorrere del tempo al Reno in modo sicuro. Dieci anni fa in Svizzera non si disponeva però di esperienza né di materiale didattico per l'insegnamento del nuoto in acque libere.

«I bambini devono conoscere i pericoli del fiume per poter nuotare in modo sicuro», spiega Maja Jacober. «E ciò indipendentemente dal fatto



che partecipino alla nuotata nel Reno sorvegliata o che vadano a nuotare per conto proprio». La scuola di Eglisau l'ha sostenuta e Maja Jacober si è impegnata nello sviluppo di un «piano di insegnamento» individuale del nuoto nel Reno.

Da allora, a partire dalla prima classe le scolare e gli scolari di Eglisau frequentano non solo le normali lezioni di nuoto in piscina, ma tra giugno e inizio luglio imparano anche a nuotare nel Reno. Durante le lezioni l'entusiasmo di Maja Jacober per l'acqua e per il nuoto è talmente palpabile e travolgente come un'onda che contagia tutti i bambini. Ciononostante, durante la lezione rimane calma ed estremamente concentrata.

## Impaziente attesa della grande giornata

I bambini imparano le essenziali regole di comportamento e per i fiumi in base alla loro età. Ma per Maja Jacober serve di più: «Qui le condizioni di balneazione sono molto diverse rispetto a quelle di una piscina. I bambini devono abituarsi.» Per questo ha dato il via alle sue innovative lezioni di nuoto nel Reno.

Dopo la visita della redazione di «pur», i bambini si cimenteranno nel nuoto nel Reno: per le scolare e gli scolari di prima e di seconda l'attività è facoltativa - anche se di solito nessuno si fa pregare - mentre dalla terza classe in poi è obbligatoria. Le scolare e gli scolari, che possono arrivare fino a un numero di 450, hanno la facoltà di scegliere tra un tratto di 50 metri, uno di 200 metri o la traversata del Reno lunga 250 metri.

Le lezioni di nuoto nel Reno si sono tenute anche durante la pandemia nel 2020 e nel 2021, senza limitazioni. La tradizionale nuotata nel Reno, invece, ha dovuto invece essere cancellata per due volte di seguito. Durante la visita all'innovativa lezione di nuoto nel lido di Eglisau si percepisce nell'aria che la voglia di partecipare alla nuotata nel Reno quest'anno è grandissima, sia per i bambini, sia per Maja Jacober e il corpo insegnante.





# Die SLRG übt Flussrettung in der Aare in Brugg

Am Pfingstwochenende gastierte die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG in der Kaserne Brugg AG. Die Rettungsschwimmer auf Militärgelände? Jawohl, es war Zeit für das nationale Trainingsweekend Wasserrettung, das nach coronabedingter Pause endlich wieder ein buntgemischtes Teilnehmerfeld aus Polizei, Militär, Pfadi und SLRG gemeinsam ans Wasser zog.

Text: Philipp Binaghi  
Fotos: Donovan Wyrsch

Am Pfingstwochenende findet nach dreijähriger coronabedingter Pause endlich wieder ein Trainingsweekend Wasserrettung der Schweizerischen Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG statt. In der Kaserne Brugg der Genieschule 73 herrscht reges Treiben. Die Teilnehmer sind in Gespräche vertieft, während sie ihre Ausrüstung bereitlegen. Berufsunteroffizier Marco Rossi ist gerade dabei seine persönliche Flussretter-ausrüstung anzulegen und macht sich bereit, mit seiner zugeteilten Gruppe einen Tag in der Aare zu verbringen. Nebst Neoprenanzug und Helm gehören ein Wurfsack, ein Messer und eine Schwimmweste dazu.

## SLRG, Polizei, Pfadi – buntgemischtes Teilnehmerfeld

Die Gruppe von Marco besteht aus Mitgliedern der SLRG, Mitgliedern der Kantonspolizei aber auch von der Pfadibewegung Schweiz sind Beteiligte dabei. Ihre Gemeinsamkeit: Sie haben alle bereits Erfahrungen in der Flussrettung gesammelt und wollen sich an diesem Wochenende vertieft mit der Materie auseinandersetzen. Polizist Jürg Kropf freut sich schon lange



auf das Weekend: «Es ist eine Gelegenheit, Neues zu entdecken und Erfahrungen auszutauschen. Aber vor allem freue ich mich, dass ich heute auch mal einfach Teilnehmer bin und das Wasser geniessen darf», fügt Kropf vorfreudig an. «Die Nachtübung gestern war ein toller Einstieg und hat uns allen wieder die Grenzen im Umgang mit dem Wasser aufgezeigt.» Jürg ist ehrenamtlich in der Sektion Muri-Gümli-Gen in Bern als Rettungsschwimmer und Kursleiter aktiv. In seinem Arbeitsleben sorgt er als Instruktor im Milizpool der Polizei in Bern dafür, dass Polizeiangehörige beim Botschaftsschutz auch in der Wasserrettung ausgebildet werden.

## «Für mich ist es ein cooler WK Fluss»

Gruppenchef Marco Rossi sammelt seine Gruppe und informiert, dass nun ein kleiner Fussmarsch zum Ausgangspunkt ansteht. Es geht von der Kaserne zu einer Stelle namens «Kordel», nahe der Badi Brugg. Oberhalb der «Kordel» befindet sich eine ruhige Wasserstelle, die überquert werden kann und als Ausgangspunkt für den Ausbildungsmorgen dient. Die Teilnehmer werden in Fließrichtung der Aare immer wieder vordefinierte Punkte anschwimmen und so einen Postenlauf mit verschiedenen Übungsplätzen entlang des Flusses absolvieren. «Für mich ist es gleichzeitig ein cooler WK Fluss», sagt Thomas Papritz von der Sektion Winterthur während sich die Gruppe zum Startpunkt der Ausbildungssequenzen verschiebt. Papritz frischt so sein Brevet auf und kann sich zusätzliche Skills aneignen. Mit dabei ist auch seine Kollegin Menoa Stauffer von der Pfadibewegung Schweiz. Für sie bietet das Trainingsweekend ebenso Gelegenheit sich weiterzubilden, was die Planung von Wasseraktivitäten betrifft.

## Pfadfinderin gibt Gelerntes weiter

Auch bei Menoa haben die bisherigen Erlebnisse nur positive Eindrücke zurückgelassen: «In erster Linie bin ich dabei, um in der Pfadi andere Leiter:innen für Wasseraktivitäten vorzubereiten. Im Rahmen der Ausbildung J+S Lagersport spielt natürlich auch der sichere Wasseraufenthalt eine wichtige Rolle.» Die 25-Jährige bezeichnet sich aber auch selbst als «Wasserratte», weshalb es nicht verwundert, dass sie «voll mitzieht». Einzig mehr Frauen würde sie sich bei den Teilnehmer:innen wünschen, darum «werde ich zu Hause als erstes gleich bei meiner Schwester Werbung für den Kurs machen.» Aus eigener Erfahrung (sie hat schon mehrere Rettungsfälle erlebt) findet es Meona enorm wichtig, dass noch mehr Menschen bereit sind, im Notfall Hilfe leisten zu können.

## Wissen und Austausch – eine tolle Möglichkeit

Mit freudigem Engagement überqueren Menoa, Thomas, Jürg und Marco zusammen mit den anderen Teilnehmern besagte Stelle bei der Kordel und starten in den Ausbildungsmorgen. Vom Lesen der Wasserlaufs, über den Einsatz von Rettungsmitteln wie dem Wurfsack und dem Verhalten während dem Schwimmen im Fluss (nämlich mit den Füßen voraus, falls man auf Hindernisse trifft) werden die Ausbildungsthemen in der Praxis angegangen. Einzig für die Planung von Aktivitäten am und im Wasser und das Thema Erste Hilfe werden am Trockenen Infrastrukturen auf dem Kasernenareal benutzt. «Wir wollen möglichst nahe am Element Wasser sein und Erfahrungen vermitteln», fügt Instruktor Marco Rossi an und freut sich auf einen Ausbildungstag, «der viel Wissen vermitteln aber auch viel Austausch zwischen den unterschiedlichen Teilnehmern ermöglichen soll.»



## 01

**DE** Der Einsatz des Wurfsacks ist eines der effizientesten Rettungsmittel, um sich selbst nicht in Gefahr zu bringen und Menschen in Not helfen zu können. Damit lassen sich auch weite Rettungsdistanzen überbrücken – ideal bei Notfällen im Fluss.

**FR** Le sac de sauvetage est l'un des moyens les plus efficaces pour ne pas se mettre soi-même en danger et pouvoir aider une personne en détresse. Il permet de franchir des distances importantes, ce qui est idéal pour les accidents en rivière.

**IT** L'utilizzo del sacco da lancio è uno dei mezzi di salvataggio più efficienti per salvare le persone in difficoltà evitando di mettere in pericolo se stessi. In questo modo, il salvataggio è possibile anche da una lunga distanza. È ideale per i soccorsi nel fiume.

## 02

**DE** Die Gruppe von Marco Rossi beim Einstieg ins Wasser zum Start bei der Kordel.

**FR** Le groupe de Marco Rossi entre dans l'eau près de Kordel.

**IT** Il gruppo di Marco Rossi in procinto di entrare in acqua al punto di partenza al «Kordel».



# La SSS s'entraîne au sauvetage en rivière dans l'Aar à Brugg

La Société Suisse de Sauvetage SSS s'est installée à la caserne de Brugg en Argovie pour le week-end de la Pentecôte. Les nageurs-sauveteurs en zone militaire? En effet, le week-end national de formation au sauvetage aquatique a pu enfin avoir lieu à nouveau, après une interruption pour cause de pandémie, et réunir des participants issus d'horizons variés: police, armée, scouts et SSS.

Texte: Philipp Binaghi  
Photos: Donovan Wyrtsch

Après trois ans d'interruption due à la pandémie, la formation au sauvetage aquatique de la Société Suisse de Sauvetage SSS peut à nouveau avoir lieu en ce week-end de la Pentecôte. L'effervescence règne dans la caserne de l'école du génie 73 à Brugg. Les participants sont en pleine discussion alors qu'ils préparent leur équipement. Marco Rossi, sous-officier de carrière, est en train d'endosser son équipement de sauveteur et s'apprête à passer une journée dans l'Aar avec le groupe qui lui a été attribué. En plus d'une combinaison en néoprène et d'un casque, il a aussi un sac de sauvetage, un couteau et un gilet de natation.

## SSS, police, scouts: des participants d'horizons divers

Le groupe de Marco est composé de membres de la SSS, de la police cantonale, mais aussi du Mouvement scout de Suisse. Leurs points communs: ils ont déjà tous de l'expérience en sauvetage de rivière et souhaitent approfondir le sujet lors de ce week-end. Jürg Kropf, policier, attend cet événement depuis longtemps: «C'est l'occasion de découvrir des nouveautés et d'échanger des connaissances. Mais surtout je me réjouis d'être aujourd'hui un simple participant et de pouvoir profiter de l'eau», ajoute Jürg avec impatience. «L'exercice nocturne d'hier a été un excellent début et nous a rappelé les limites à respecter face à l'eau.» Jürg est nageur-sauveteur et chef de cours bénévole dans la Section Mu-

ri-Gümligen à Berne. Dans son métier d'instructeur des agentes en milice de la police de Berne, il veille à ce que les membres de la police dans le cadre de la protection des ambassades soient aussi formés au sauvetage aquatique.

## «Pour moi c'est un fantastique CR Rivière»

Le chef de groupe Marco Rossi rassemble son groupe et l'informe qu'il faut maintenant marcher jusqu'au point de départ. L'itinéraire va de la caserne jusqu'à un endroit appelé «Kordel» près de la piscine de Brugg. Au-dessus de Kordel se trouve un point d'eau tranquille qu'il est possible de traverser et qui sert de point de départ pour cette matinée de formation. Dans le sens du courant, les participantes rallieront à la nage des points prédéfinis sur l'Aare et réaliseront ainsi un jeu de piste avec différents exercices le long de la rivière. «Pour moi, c'est en même temps un super CR Rivière», déclare Thomas Papritz de la Section Winterthur pendant que le groupe rejoint le point de départ des séquences de formation. Thomas rafraîchit ainsi son brevet tout en acquérant des compétences supplémentaires. Sa collègue Menoa Stauffer du Mouvement scout de Suisse est aussi de la partie. Pour elle, ce week-end de formation est aussi l'occasion de parfaire sa formation pour l'organisation d'activités aquatiques.

## Des connaissances à transmettre chez les scouts

Pour Menoa aussi, les expériences vécues jusqu'à présent n'ont laissé que des impressions positives: «Je suis là avant tout pour préparer d'autres responsables scouts aux activités aquatiques. Dans le cadre de la formation J+S Sport de camp, la sécurité dans l'eau joue bien sûr un rôle important.» A 25 ans, Menoa adore l'eau. Il n'est donc pas étonnant qu'elle s'investisse pleinement. Elle souhaiterait simplement qu'il y ait plus de femmes parmi les participantes. C'est pourquoi elle commencera par faire la promotion de ce cours auprès de sa sœur dès qu'elle sera de retour chez elle. De par son expérience (elle a déjà vécu plusieurs sauvetages), Menoa sait qu'il est très important qu'encore plus de personnes soient prêtes à pouvoir aider en cas d'urgence.

## Une excellente opportunité d'apprendre et d'échanger

Aussitôt dit, aussitôt fait. Menoa, Thomas, Jürg, Marco et les autres traversent le cours d'eau au lieu indiqué près de Kordel et commentent les exercices de la matinée. Les thèmes de formation sont mis en pratique, de la lecture de l'eau à l'utilisation des moyens de sauvetage comme le sac de sauvetage et aux bons réflexes pour nager dans la rivière (à savoir les pieds devant soi au cas où il y aurait des obstacles). La planification des activités au bord et dans l'eau et les premiers secours sont les seules activités pratiquées au sec avec les infrastructures de la caserne. «Nous voulons être dans l'eau le plus possible et transmettre des expériences», ajoute l'instructeur Marco Rossi qui se réjouit d'une journée de formation qui «doit transmettre beaucoup de connaissances, mais doit aussi permettre de nombreux échanges entre les participants.»

## 03

**DE** Marco Rossi (weisser Helm) und Thomas Papritz (blauer Helm) im Austausch während der Instruktion unter der Brücke in der Altstadt von Brugg. Ziel der Instruktion: kontinuierliches Feedback direkt in der Praxis.

**FR** Discussion entre Marco Rossi (casque blanc) et Thomas Papritz (casque bleu) pendant la formation, sous le pont dans la vieille ville de Brugg. Objectif de l'instruction: un feedback permanent en prise avec la pratique.

**IT** Marco Rossi (casco bianco) e Thomas Papritz (casco blu) intenti in uno scambio di opinioni durante l'esercitazione sotto il ponte della città vecchia di Brugg. Obiettivo dell'esercitazione: costanti feedback durante la pratica.

## 04

**DE** Instruktion und Anweisungen für die nächste Übung immer direkt am und im Wasser. Das Lesen des Wassers und der Umgang damit spielen eine wichtige Rolle.

**FR** Les instructions et les consignes pour le prochain exercice sont toujours données directement au bord et dans l'eau. La lecture de l'eau et la relation à l'élément jouent un rôle important.

**IT** Istruzioni e direttive per il prossimo esercizio sempre direttamente attorno e in acqua. Saper osservare l'acqua e muoversi correttamente sono aspetti importanti.



# Nell'Aare a Brugg la SSS si esercita per il salvataggio fluviale

Nel fine settimana di Pentecoste, la Società Svizzera di Salvataggio SSS è stata ospite alla caserma di Brugg (AG). Nuotatori di salvataggio in zona militare? Ebbene sì: era giunto il momento del weekend di allenamento per il salvataggio in acqua che, dopo una pausa dovuta al coronavirus, ha finalmente riunito in acqua un gruppo variegato di partecipanti della polizia, dell'esercito, degli scout e della SSS.

Testo: Philipp Binaghi  
Immagini: Donovan Wyrsh

Dopo una pausa di tre anni dovuta al coronavirus, nel fine settimana di Pentecoste si tiene finalmente di nuovo il weekend di allenamento per il salvataggio in acqua della Società Svizzera di Salvataggio SSS. Nella caserma di Brugg della Scuola del genio 73 regna un'atmosfera vivace. I partecipanti, assorti in conversazioni, preparano il proprio equipaggiamento. Il sottufficiale di professione Marco Rossi sta indossando il suo equipaggiamento personale per il salvataggio fluviale e si prepara a trascorrere una giornata nell'Aare con il gruppo assegnatogli. Oltre alla muta in neoprene e al casco, fanno parte dell'equipaggiamento un sacco da lancio, un coltello e un giubbotto di salvataggio.

## SSS, polizia, scout: gruppo di partecipanti variegato

Il gruppo di Marco è composto da membri della SSS, della polizia cantonale e anche del Movimento Scout Svizzero. Ciò che li accomuna è l'esperienza già acquisita nel salvataggio fluviale e la volontà di approfondire il tema in questo fine settimana. Già da tempo, il poliziotto Jürg Kropf aspettava il weekend con impazienza: «È un'occasione per imparare qualcosa di nuovo e condividere esperienze. Ma sono soprattutto felice di poter essere, per una volta, semplicemente un partecipante e di potermi godere l'acqua», aggiunge Kropf con entusiasmo. «L'esercizio notturno di ieri è stato un ottimo inizio e ci ha nuovamente messo di fronte ai limiti posti dall'acqua». Jürg è attivo a titolo volontario nella Sezione di Muri-Gümligen a Berna come nuotatore di salvataggio e monitore. Nella sua attività professionale come istruttore nella piscina della polizia a Berna, si assicura che anche i poliziotti della protezione delle ambasciate siano addestrati al salvataggio in acqua.

## «Per me è un CA Fiumi eccezionale»

Il capogruppo Marco Rossi raduna il suo gruppo spiegandogli che ora è prevista una breve camminata verso il punto di partenza. Dalla caserma si raggiunge un punto chiamato «Kordel» nelle vicinanze del lido di Brugg. Sopra il «Kordel» si trova una tranquilla pozza d'acqua che può essere attraversata e funge da punto di partenza per la mattinata di formazione. I partecipanti, seguendo la corrente dell'Aare, nuoteranno fino a punti prestabiliti e completeranno così un percorso a postazioni con varie aree di esercizio lungo il fiume. «Per me è al contempo anche un CA Fiumi eccezionale», commenta Thomas Papritz della Sezione di Winterthur, mentre il gruppo si sposta al punto di partenza della sequenza di esercizi. Papritz aggiorna il suo brevetto e può acquisire ulteriori competenze. È presente anche la sua collega Menoa Stauffer del Movimento Scout Svizzero. Per lei il weekend di allenamento è anche un'occasione per continuare a formarsi nella pianificazione di attività legate all'acqua.



## Menoa trasmette ciò che ha imparato agli altri scout

Anche le impressioni di Menoa sulle esperienze finora acquisite sono solo positive: «Sono qui innanzitutto per poter poi, negli scout, preparare gli altri monitori alle attività legate all'acqua. Ovviamente, anche nel quadro della formazione G+S per lo sport di campo una permanenza sicura in acqua riveste un ruolo importante». Considerando però che la 25enne stessa afferma di essere nel suo elemento quando è in acqua, non c'è da stupirsi che si senta pienamente partecipe. Unica nota dolente: vorrebbe vedere più donne tra i partecipanti; quindi «la prima cosa che farò a casa sarà parlare del corso a mia sorella». Per esperienza (ha già assistito a diversi salvataggi), Menoa ritiene estremamente importante che ci siano ancora più persone pronte a prestare soccorso in caso di emergenza.

## Conoscenza e scambio: una preziosa opportunità

In un batter d'occhio, Menoa, Thomas, Jürg e Marco, insieme agli altri partecipanti, attraversano il suddetto punto al «Kordel» e iniziano la mattinata di formazione. Saper osservare il corso d'acqua, usare i mezzi di salvataggio come il sacco da lancio e muoversi in modo corretto nuotando nel fiume (ovvero con i piedi davanti in caso di eventuali ostacoli): i temi della formazione vengono affrontati nella pratica. Si resta all'asciutto nelle infrastrutture della caserma solo per la pianificazione delle attività attorno e in acqua e per il tema dei primi soccorsi. «Vogliamo essere il più possibile vicini all'elemento acqua e far acquisire esperienze», aggiunge l'istruttore Marco Rossi, entusiasta per la giornata di formazione, «che dovrebbe trasmettere molte conoscenze ma anche permettere un importante scambio tra i diversi partecipanti».



## 05

**DE** Endlich! Der Sprung ins Wasser will wohl überlegt sein. Ist die Stelle tief genug? Die Strömung handhabbar? Aber auch die Abkühlung ist an diesem heißen Tag sehr willkommen.

**FR** Enfin! Il faut réfléchir avant de sauter dans l'eau. L'endroit est-il assez profond? Le courant est-il gérable? Mais c'est un rafraîchissement bienvenu en cette chaude journée.

**IT** Finalmente! Il salto in acqua deve essere valutato bene. È abbastanza profonda l'acqua? La corrente è gestibile? Anche un po' di refrigerio in questa giornata calda non guasta affatto.

## 06

**DE** Strömungsarme Stellen sind willkommene Plätze, um sich auch eine Verschnaufpause zu gönnen – und neue Inputs durch den Kursleiter zu erhalten.

**FR** Les endroits où le courant est faible conviennent très bien pour s'octroyer une petite pause et recevoir de nouveaux conseils du chef de cours.

**IT** I punti privi di corrente sono luoghi graditi per riprendere fiato e ricevere nuovi input dal monitore.





### Die Kampagne «Save your friends» geht in eine neue Runde

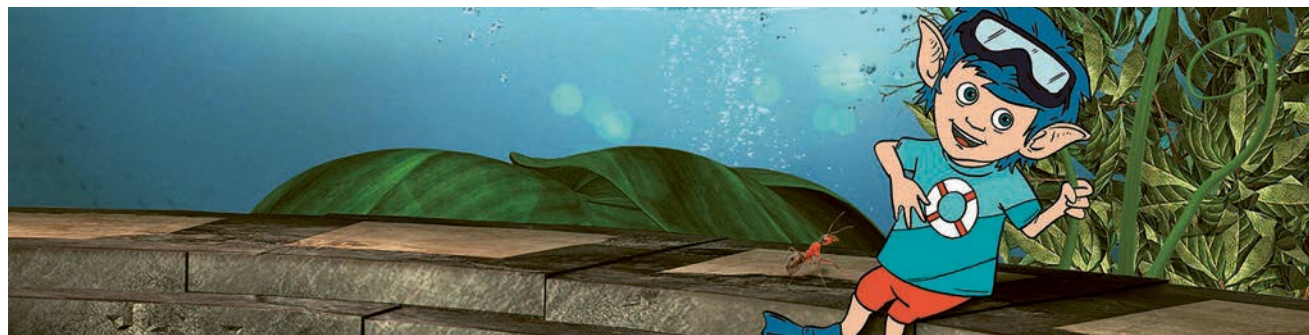
Die jährliche Präventionskampagne «Save your friends» – mit unserem Partner Visana – geht auch diesen Sommer in die nächste Runde. Die Online-Kampagne wird auf den Social-Media-Kanälen Facebook und Instagram sowie via TikTok ausgespielt. Im Zentrum steht wie im letzten Jahr ein interaktives Video, wobei der Betrachter kritische Entscheidungen am, im und auf dem Wasser treffen muss. Prominente Unterstützung bekommen wir von der Hürdenläuferin Ditaji Kambundji. Mehr Informationen unter: [saveyourfriends.ch](https://saveyourfriends.ch)

### Renouvellement de la campagne «Save your friends»

La campagne de prévention annuelle «Save your friends», avec notre partenaire Visana, est renouvelée pour cet été. La campagne en ligne est diffusée sur les réseaux sociaux que sont Facebook, Instagram et TikTok. Comme l'année dernière, la pièce maîtresse est une vidéo interactive qui invite les internautes à prendre des décisions critiques au bord, dans et sur l'eau. La coureuse de haies, Ditaji Kambundji, sera l'ambassadrice de la campagne. Plus d'informations sur: [saveyourfriends.ch/fr/](https://saveyourfriends.ch/fr/)

### Al via la nuova edizione della campagna «Save your friends»

La campagna di prevenzione annuale «Save your friends», in collaborazione con il nostro partner Visana, passa alla nuova edizione quest'estate. L'inizio ufficiale è venerdì 8 luglio. La campagna sarà trasmessa online sui canali dei social media Facebook, Instagram nonché su TikTok. Come l'anno scorso, al centro della campagna ci sarà un video interattivo in cui l'osservatore dovrà prendere delle decisioni in situazioni critiche attorno all'acqua, in acqua e sull'acqua. Un sostegno di spicco ci giunge dall'ostacolista Ditaji Kambundji. Maggiori informazioni su: [saveyourfriends.ch/it/](https://saveyourfriends.ch/it/)



### Wassersicherheit macht Schule

Wasserkompetenzen spielerisch an Land lernen. Mit Milu, dem kleinen Wasserwichtel, lernen Kinder auf spielerische Weise das richtige Verhalten am, im und auf dem Wasser. Mehr Informationen unter: [www.schule-slr.ch](https://www.schule-slr.ch)

### La sécurité aquatique fait l'école

Apprendre les compétences aquatiques de manière ludique sur terre. Avec Milu, le petit gnome de l'eau, les enfants apprennent le bon comportement au bord, dans et sur l'eau de manière ludique. Plus d'informations sur: [www.ecole-sss.ch](https://www.ecole-sss.ch)

### La sicurezza in acqua fa scuola

Imparare le abilità acquatiche in modo ludico sulla terraferma. Con Milu, il piccolo gnomo dell'acqua, i bambini imparano il giusto comportamento attorno all'acqua, in acqua e sull'acqua in modo giocoso. Maggiori informazioni su: [www.scuole-sss.ch](https://www.scuole-sss.ch)



### Wassersicherheit für ausländische Staatsangehörige

Die Zahl an Wasserunfällen von Personen mit ausländischer Staatsangehörigkeit ist beunruhigend. Aus diesem Grund hat die SLRG zusammen mit dem SRK und dem VHF schon vor längerem Flyer und Plakate in den gängigsten Sprachen der Zuwanderer erstellt. Sie sollen Menschen mit ausländischer Staatsangehörigkeit das Thema Wassersicherheit sowie auch die Gepflogenheiten in Schweizer Badeanlagen einfach und verständlich vermitteln. Aufgrund der aktuellen Situation sind die Flyer neu auch in Ukrainisch und Russisch erhältlich. Mehr Informationen unter: [www.migesplus.ch](https://www.migesplus.ch)



### Sécurité dans l'eau pour les personnes de nationalité étrangère

Le nombre d'accidents aquatiques chez les ressortissants étrangers est préoccupant. C'est pourquoi la SSS, en collaboration avec la CRS et la VHF, ont déjà depuis longtemps créé des flyers et des affiches dans les langues les plus répandues parmi les migrants. Ces documents présentent de manière simple et compréhensible les règles de sécurité dans l'eau et les pratiques habituelles dans les piscines suisses. En raison de la situation actuelle, les flyers sont désormais aussi disponibles en ukrainien et en russe. Plus d'informations sur: [www.migesplus.ch](https://www.migesplus.ch)



### Sicurezza in acqua per stranieri

Il numero di incidenti acquatici che coinvolgono persone di nazionalità straniera è preoccupante. Per questo motivo, la SSS, insieme alla CRS e al VHF, già da molto tempo produce volantini e manifesti nelle lingue più diffuse tra gli immigrati. Con questo materiale si mira a informare in modo semplice e comprensibile le persone di nazionalità straniera sul tema della sicurezza in acqua e sulle consuetudini nelle strutture di balneazione svizzera. A seguito della situazione attuale, i volantini sono ora disponibili anche in ucraino e russo. Maggiori informazioni su: [www.migesplus.ch](https://www.migesplus.ch)





# Rettungseinsatz im Verzascatal

Die Rettungsschwimmerinnen Kim Lei und Jasmin Messmer genossen ein paar Tage Ferien im Tessin. Plötzlich werden sie aus der Idylle gerissen und müssen ihr Rettungswissen anwenden. Wie es dazu kam, erzählen sie uns.

Text: Rahel Möri  
Fotos: SLRG

## Retter:innen gesucht

Haben Sie auch schon als brevetierte Rettungsschwimmer:in jemanden aus einer lebensbedrohlichen Situation im Wasser gerettet?

Erzählen Sie uns davon und melden Sie uns Ihre Geschichte per Mail an [info@slrg.ch](mailto:info@slrg.ch).

Kim Lei und Jasmin Messmer waren mit ihrem selbst umgebauten Ferienbus unterwegs. Ferienstimmung war in der Luft, das Wetter war herrlich warm als das Abenteuer Tessin startete. Am zweiten Tag planten sie einen Ausflug an die Verzasca. Sie waren bereits früh gestartet, denn eine Wanderung stand auf dem Programm. Es dauerte nicht lange, bis sie die Wanderschuhe geschnürt und den Sonnenhut aufgesetzt hatten. Sie marschierten flussabwärts los ...

## Ruhepause an der Maggia

Nach der gemütlichen Wanderung lockte eine Abkühlung in der Verzasca. Danach wärmten sie sich auf den von der Sonne vorgewärmten Steinen auf und beobachteten eine Gruppe junger Leute, die abwechselnd von einem Felsen in den Fluss sprangen. Die Stimmung war gut und verleitete einen Mann dazu, einen waghalsigen Sprung zu machen. Kim meinte zu Jasmin: «Schau, dort wärmt sich einer auf, der will von diesem hohen Felsen springen.» Jasmin drehte sich um. Sie wollte sich den Sprung nicht entgehen lassen. Aus rund sechs Metern Höhe machte der junge Mann einen Salto vorwärts. Mit einem «Pflatsch» durchstach er die Wasseroberfläche und nach einigen Sekunden stiegen die letzten Luftbläschen auf, dann war alles still.

## Der Badeunfall

«Der kommt nicht mehr hoch!», rief Kim. Jasmin riss sich ihr T-Shirt vom Leib, sprang hinein und tauchte in das kalte Wasser der Verzasca ab. Der Mann hatte wohl beim Sprung unglücklich mit den Knien gegen sein Kinn geschlagen und so sein Bewusstsein verloren. Jasmin fand nach einem Tauchgang den Körper des Mannes in circa vier Meter Tiefe auf dem Flussgrund liegen. Mit aller Kraft brachte sie den Körper an die Wasseroberfläche. Weitere sich im Wasser befindende Personen halfen ihr, den Mann an Land zu bringen. Kim ging strategisch vor und alarmierte umgehend die Rega.

## Geglückte Rettung

Zum Glück kam der Mann wieder zu Bewusstsein, während sie auf die Rega warteten, die ihn anschliessend ins Spital brachte. Kurze Zeit später traf die Polizei ein. Kim und Jasmin sollten das Vorgehen schildern. Da zwei unterschiedliche Sprachwelten aufeinandertrafen und eine Kommunikation nur mittels Händen und Füssen möglich war, konnten Kim und Jasmin bereits das erste Mal wieder schmunzeln. Insgesamt kam der Mann mit ein paar Schürfwunden und einer Erinnerung an einen Tag im August 2021, den er nicht mehr vergessen wird, davon. Jasmin und Kim erhielten für ihr rasches und kluges Handeln die Ehrenurkunde des Christophorus-Rates.

## 01

**DE** Kim Lei und Jasmin Messmer wurden für ihre beherzte Rettung vom Christophorus-Rat ausgezeichnet.

**FR** Kim Lei et Jasmin Messmer ont été honorées ont été récompensés par le Conseil de Saint-Christophe pour leur sauvetage courageux.

**IT** Kim Lei e Jasmin Messmer sono state premiate per il loro coraggioso salvataggio da parte del Consiglio di Cristoforo.





# Sauvetage dans le val Verzasca

En août dernier, Kim Lei et Jasmin Messmer, nageuses sauveteuses de la section SSS Mittelrheintal, passent quelques jours au Tessin. Un séjour agréable mais marqué par un incident qui va les obliger à mettre en pratique leurs connaissances en matière de sauvetage. Elles nous racontent ce qui s'est passé.

Texte: Rahel Mörli  
Photos: SSS

A l'été 2021, Kim Lei et Jasmin Messmer partent en voyage au Tessin à bord d'un van aménagé par leurs soins. Il flotte dans l'air comme un parfum de vacances, il fait chaud et le temps est magnifique. Le deuxième jour, elles se lèvent tôt pour faire une randonnée dans le val Verzasca. Après avoir enfilé rapidement leurs chaussures de marche et mis leur chapeau, elles se lancent et longent la rivière vers l'aval.

## Pause au bord de la rivière

Une fois cette agréable randonnée terminée, elles ont envie de se rafraîchir dans la rivière. La baignade terminée, elles s'allongent sur les pierres chauffées par le soleil en observant un groupe de jeunes qui sautent à tour de rôle d'un rocher dans l'eau. Porté par la bonne ambiance qui règne, l'un d'entre eux s'apprête à réaliser un saut audacieux. Kim dit à Jasmin: «Regarde, il y en a un qui se prépare à sauter de là-haut.» Jasmin se retourne. Elle ne veut pas manquer le spectacle. D'une hauteur d'environ six mètres, le jeune homme effectue un salto avant et transperce l'eau d'un «plouf». Après quelques secondes, les dernières bulles d'air apparaissent à la surface. Puis, plus un bruit.

## L'accident

«Il ne remonte pas!», s'exclame Kim. Sans hésiter, Jasmin enlève son t-shirt et plonge dans l'eau froide. En sautant, le jeune homme a sûrement heurté ses genoux avec son menton et ainsi perdu connaissance. Jasmin le retrouve au fond de la rivière, à environ quatre mètres. Puisant au plus profond de ses forces, elle le remonte à la surface, puis le ramène sur la terre ferme avec l'aide d'autres personnes qui se baignaient. Kim procède de manière stratégique et alerte immédiatement la Rega.

## Un sauvetage réussi

Heureusement, le jeune homme reprend conscience alors qu'ils attendent encore l'hélicoptère, qui l'emmène ensuite à l'hôpital. Peu après, la police arrive sur place et les deux amies décrivent leur intervention. Compte tenu de la barrière linguistique, la communication n'est possible qu'avec des gestes, ce qui donne aux deux héroïnes l'occasion de rire pour la première fois depuis l'incident. Au final, l'homme s'en est sorti avec quelques égratignures, mais il n'est pas près d'oublier cette journée. Kim et Jasmin ont reçu un diplôme d'honneur du Conseil Saint-Christophe pour saluer leur sauvetage rapide et efficace.

## On cherche des sauveteurs

Avez-vous déjà sauvé quelqu'un dans l'eau alors qu'il était en danger de mort en tant que nageur sauveteur breveté?

Racontez-nous votre histoire par e-mail à [info@sss.ch](mailto:info@sss.ch).



## 02

**DE** Kim Lei und Jasmin Messmer retten in ihren Ferien im Verzascatal einen jungen Mann vor dem Ertrinken.

**FR** Kim Lei et Jasmin Messmer ont sauvé un jeune homme de la noyade pendant leurs vacances dans le Val Verzasca.

**IT** Kim Lei e Jasmin Messmer hanno salvato un giovane dall'annegamento durante le loro vacanze in Valle Verzasca.



# Intervento di salvataggio in Valle Verzasca

Le nuotatrici di salvataggio Kim Lei e Jasmin Messmer stanno trascorrendo qualche giorno di vacanza in Ticino. Un soggiorno idilliaco, ma che improvvisamente le costringe a dare prova delle loro capacità di soccorso. Ci raccontano cosa è successo.

Testo: Rahel Möri  
Immagini: SSS

Le due nuotatrici di salvataggio Kim Lei e Jasmin Messmer della SSS Sezione di Mittelrheintal sono in viaggio con il loro furgoncino riconvertito. L'avventura in Ticino inizia con tanta voglia di vacanze, un bel tempo e un sole piacevolmente caldo. Il secondo giorno si recano in Val Verzasca di buonora per fare un'escursione. In un attimo si allacciano le scarpe, indossano i cappelli e scendono a valle camminando lungo il fiume.

## Un momento di pausa in riva al fiume

Dopo la piacevole passeggiata decidono di farsi un bagno rinfrescante e poi di asciugarsi sui sassi riscaldati dal sole. In quel momento avvistano un gruppo di giovani intenti a tuffarsi a turno da una roccia. L'atmosfera è distesa e un ragazzo del gruppo decide di fare un salto un po' più temerario. Kim dice a Jasmin: «Guarda, uno si sta preparando a saltare da quella roccia molto alta.» Jasmin si gira per non perdersi lo spettacolo. Da un'altezza di circa sei metri il giovane fa un salto mortale in avanti, finendo in acqua con un bello «splash». Dopo qualche secondo si vedono delle bollicine risalire in superficie e poi più niente.



## L'incidente

«Non torna più su!», grida Kim. Senza esitare, Jasmin si leva la maglietta e si tuffa nelle fredde acque della Verzasca. Durante il salto il ragazzo ha battuto il mento sulle ginocchia perdendo conoscenza. Una volta sott'acqua, Jasmin trova il corpo del giovane sul fondo del fiume, a circa quattro metri di profondità. Lo riporta in superficie con tutte le forze. Le altre persone che si trovano in acqua la aiutano a riportarlo a riva. Nel frattempo, Kim ha agito d'anticipo e ha chiamato la Rega.

## Un salvataggio riuscito

Per fortuna, mentre aspettano la Rega il giovane riprende conoscenza e viene poi trasportato in ospedale. Poco dopo arriva la polizia che chiede a Kim e Jasmin di raccontare l'accaduto. Poiché loro non parlano italiano e i poliziotti non sanno il tedesco, devono usare mani e piedi per comunicare, cosa che regala una nota di leggerezza alla giornata quasi finita in tragedia. Il ragazzo se la cava con un paio di ferite superficiali e il ricordo di una giornata, quella che si è svolta nell'agosto del 2021, che gli rimarrà per sempre impressa nella memoria. Per la loro pronta e brillante azione Jasmin e Kim hanno ricevuto l'onorificenza del Consiglio Cristoforo.

## Cercasi soccorritori

Come bagnino certificato, avete mai salvato qualcuno in acqua in una situazione di pericolo di vita?

Raccontatecelo e inviateci la vostra storia via e-mail a [info@sss.ch](mailto:info@sss.ch).

## 03

**DE** Kim und Jasmin sind bei der SLRG Mittelreintal aktiv freiwillig engagiert.

**FR** Kim et Jasmin sont activement engagées dans le bénévolat au sein de la SSS Mittelreintal.

**IT** Kim e Jasmin sono volontari attivi presso della SSS Mittelreintal.



# Gefahren am Fluss

## Les dangers de la rivière

### Pericoli sul fiume

Sommerzeit ist Badezeit – auch im Fluss. Im Fließgewässer gibt es aber einige Gefahren, auf die wir aufmerksam machen wollen, damit der Badespass ungetrübt bleibt.

L'été est synonyme de baignade, y compris dans la rivière. Les cours d'eau présentent certains risques sur lesquels nous souhaitons attirer l'attention pour que vous puissiez profiter de l'eau sans danger.

L'estate è tempo di bagni, anche nei fiumi. Nei corsi d'acqua ci sono però alcuni pericoli sui quali vogliamo attirare l'attenzione per garantire che il divertimento in acqua rimanga tale.

#### Verengung

Wird der Flusslauf enger, so fließt das Wasser dort schneller, die Strömung nimmt zu.

#### Rétrécissement

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

#### Restringimenti

addove il fiume si restringe, la velocità dell'acqua è maggiore e la corrente aumenta.

1

#### Sandbank in einer Kurve

In einer Kurve fließt das Wasser an der Aussenseite schneller als auf der Innenseite. Dort ist die Wassertiefe oft geringer und durch die langsamere Strömung kann sich hier Geschiebe (wie Steine und Sand) ablagern.

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.

#### Banco di sabbia in curva

In curva l'acqua scorre più veloce nella parte esterna e più lenta in quella interna. Qui l'acqua è spesso meno profonda e siccome la corrente è minore è possibile che si accumuli del materiale (come sassi e sabbia).

#### Walze

Schwellen im Fluss bilden Wasserwalzen. Unterhalb einer Wasserwalze besteht ein starker Rückfluss (Widerwasser), der einer Person in die Walze ziehen kann. Achtung: Das kann tödlich enden!

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!

#### Rulli

Nei fiumi i salti causati dal dislivello formano dei rulli d'acqua sotto i quali è presente un forte riflusso (corrente) che può trascinare una persona nel rullo. Attenzione: può essere mortale!

#### Schwemmholz

Nach Unwetter können Flüsse Schwemmholz mit sich führen. Dies kann sich verkeilen und ist so eine Gefahr im Fluss.

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.

#### Pezzi di legno

dopo un temporale i fiumi possono trasportare pezzi di legno che a loro volta possono incastrarsi e creare dei pericoli.

#### Kehrwasser

Fließt Wasser an einem Hindernis (z.B. grosser Stein, Brückenpfeiler) vorbei, so bildet sich im Raum hinter dem Hindernis eine flussaufwärtsgerichtete Strömung.

#### Contre-courants

lorsqu'un obstacle (par ex. une grosse pierre, les piles 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.

6

#### Controcorrente

quando l'acqua incontra degli ostacoli (ad es. grossi sassi, piloni di ponti) si forma una corrente a monte nello spazio dietro l'ostacolo.

#### Wirbel

Treffen zwei Strömungen mit unterschiedlicher Fließgeschwindigkeit oder Fließrichtung aufeinander, können Wirbel entstehen. Dabei kann eine Sogwirkung entstehen, die zur Gefahr werden kann.

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.

#### Mulinelli

se due correnti si incontrano con diverse velocità o direzioni, possono formarsi dei mulinelli con la conseguente creazione di un pericoloso effetto trainante.

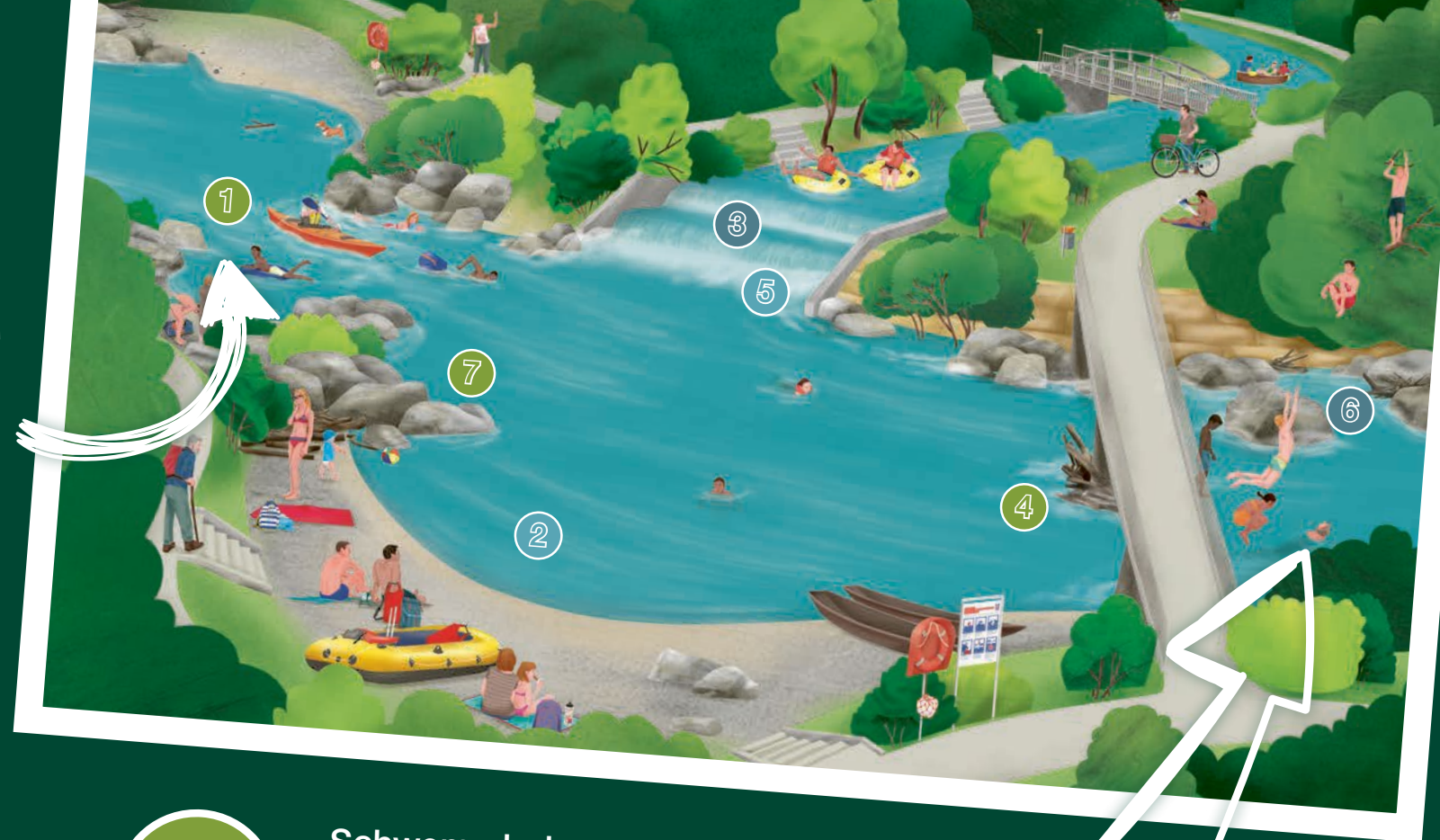
7

#### Pierres dans l'eau

es 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.

#### Sassi in acqua

ostacoli come ad es. sassi possono ferire le persone o far ribaltare le barche. In caso di acque torbide sono difficilmente visibili.







## 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 2022

**Weitere Informationen und  
Vorschlagsformular:**  
[www.redcross.ch/rotkreuzpreis](http://www.redcross.ch/rotkreuzpreis)

Schweizerisches Rotes Kreuz 

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)

## Raphael Felder

### Drei Fragen an: Raphael Felder

#### Wie bist du zur SLRG gekommen?

Bei einem Schulausflug in die Badi Baldegg hat mir der Bademeister das SLRG Brevet empfohlen. Da ich zu diesem Zeitpunkt in einem Schwimmverein aktiv war, bekam ich grosse Freude am Rettungsschwimmsport und allen anderen Tätigkeiten der Sektion Baldeggensee.

#### Was sind deine Aufgaben als Trainingsverantwortlicher der SLRG Baldeggensee?

Meine Aufgabe ist es, dafür zu sorgen, dass regelmässige Rettungsschwimm-Trainings stattfinden können. Dazu gehört das Reservieren der benötigten Wasserflächen, das Erstellen des Trainingsplans, das Rekrutieren von Trainingsleitern, und dafür zu sorgen, dass das Training in der gewünschten Qualität durchgeführt wird.

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

Den familiären Umgang in der SLRG und die Zusammenarbeit mit vielen verschiedenen Personen unterschiedlichen Alters. Mir gefällt es, wenn durch meine Arbeit Freude entsteht. Wenn ich in den Trainings oder in den Kursen sehe, dass die Teilnehmer Spass haben und etwas lebenswichtiges Lernen, motiviert mich das.

Raphael Felder ist seit 17 Jahren Mitglied bei der SLRG Baldeggensee. Er ist langjähriges Vorstandsmitglied, Verantwortlicher Sicherheitsdienst und aktiver Kursleiter. Aktuell ist er für die gesamten Trainings der Sektion zuständig.

### Trois questions à: Raphael Felder

#### Comment es-tu arrivé à la SSS?

Le maître-nageur m'a recommandé le brevet SSS lors d'une sortie scolaire à la plage de Baldegg. Comme à cette époque j'étais membre d'un club de natation, j'ai découvert avec joie le sport de sauvetage et toutes les autres activités de la SSS Baldeggensee.

#### Quelles sont tes missions en tant que responsable de la formation de la SSS Baldeggensee?

Je dois faire en sorte que des formations en natation de sauvetage aient lieu régulièrement. Cela veut dire réserver les espaces aquatiques nécessaires, élaborer un programme d'entraînement, recruter des entraîneurs et s'assurer que l'entraînement est au niveau souhaité.

#### Qu'est-ce qui te motive à œuvrer bénévolement à la SSS?

L'ambiance familiale de la SSS et la collaboration avec de nombreuses personnes différentes de tous âges. J'aime savoir que mon travail est source de joie. Ça me motive de voir en entraînement ou en formation que les participants trouvent du plaisir et apprennent quelque chose de vital.

Raphael Felder est membre de la SSS Baldeggensee depuis 17 ans. Il est membre de longue date du Comité directeur, responsable du service de sécurité et chef de cours actif. Il est actuellement responsable de toute la formation de la Section.

### Tre domande a: Raphael Felder

#### Come ti sei avvicinato alla SSS?

Durante una gita scolastica al lido di Baldegg, il bagnino mi ha consigliato il brevetto della SSS. Poiché in quel periodo ero attivo in una società di nuoto, mi hanno molto entusiasmato il nuoto di salvataggio e tutte le altre attività della Sezione Lago di Baldegg.

#### In veste di Responsabile allenamenti della sezione SSS Lago di Baldegg quali sono i tuoi compiti?

Il mio compito è quello di assicurarmi che gli allenamenti del nuoto di salvataggio possano svolgersi regolarmente. Questo compito comporta la riservazione delle superfici acquatiche necessarie, la preparazione del programma di allenamento, il reclutamento degli allenatori e far sì che l'allenamento corrisponda allo standard qualitativo auspicato.

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

L'atmosfera familiare che si respira all'interno della SSS e la collaborazione con molte persone diverse e di varie età. Mi piace quando grazie al mio lavoro si crea un'atmosfera gioiosa. Mi sento motivato quando durante gli allenamenti o i corsi vedo che i partecipanti si divertono e imparano qualcosa di vitale.

Raphael Felder è membro della SSS Lago di Baldegg da 17 anni. Membro di comitato da molti anni nonché Responsabile servizio di sicurezza e monitore attivo, attualmente è responsabile di tutti gli allenamenti della sezione.





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