

Schlosserstrasse 4
Postfach
8180 Bülach
Tel. 044 737 37 92
Fax 044 737 04 11
admin@swimsports.ch
www.swimsports.ch

Bulletin

Inhalt/Contenu

Gute Reise Hans-Ueli Flückiger	
Herzlich Willkommen Björn Blaser	
Hier bin ich	1
Jahresbericht des Präsidenten 2007	2-3
Jahresbericht Ausbildung 2007	3-4
Rapport annuel de la Cellule romande 2007	
Rapporto annuale 2007 della Antenna ticinese	
Dankeschön-Gala	4
Cours de cadres à Twannberg	4-5
Informationen aqua-school.ch	
Das Schwimmheft von swimsports.ch	
Informations aqua-school.ch	5
Le carnet de natation de swimsports.ch	5-6
Ausbildung aqua-school.ch	
Wasser-Sicherheits-Check WSC	6
Le Contrôle de Sécurité Aquatique CSA	6-7
Il Controllo della Sicurezza in Acqua CSA	7
J+S-Fachleitung Schwimmsport	8
aQuality.ch/ aQuality.ch	8-9
SI-Ausbildung 2008/Formation IN 2008	10-11
aqua-baby – ein Erlebnisbericht	
aqua-baby – un compte-rendu	12-13
Cours aqua-perfect Baby	
Corso aqua-perfect Baby – watsu Bebé	
Salon babyplanet	13
News Schweizerischer Schwimmverband	
SLRG Jubiläumsjahr	14
L'année du jubilé de la SSS	
Anno dell'anniversario SSS	15
aquademie News	16
Sonnenschutz beim Schwimmen	
Protection solaire dans l'eau	17
Protezione solare in piscina	18
Campagne d'hygiène	
Kurse swimsports.ch	
Cours swimsports.ch	19
WAKI-Instruktorinnen	
Instructrices ENFEAU	20
Geburtstag Ernst Strupler/ Einladung	20

Gute Reise Hans-Ueli Flückiger



Der scheidende und der neue Geschäftsführer mit der Ausbildungsverantwortlichen Elisabeth Herzig

Nun ist es also soweit. Nach mehr als zehn Jahren als Geschäftsführer verlässt Hans-Ueli Flückiger swimsports.ch per Ende Juni 2008 um seinen Traum zu realisieren. Er will auf dem Motorrad Südamerika bereisen und dabei Land und Leute kennen lernen. Hans-Ueli hat lange auf diesen Moment gewartet. Aber sein Ziel war, die Geschäfte seinem Nachfolger übergeben zu können und ihn soweit als möglich auch einzuarbeiten. Dafür und für all die geleisteten Arbeiten, erledigten Projekte, unzähligen Überstunden und seinen Innovationen zu Gunsten von swimsports.ch, danken wir Hans-Ueli herzlich. Wir wünschen Hans-Ueli auf seiner Reise alles Gute und freuen uns mit ihm, wenn er irgendwann mit vielen schönen Bildern und unvergesslichen Eindrücken einen Besuch bei swimsports.ch machen wird.

Michel Beuret, Präsident

Herzlich willkommen Björn Blaser

Am 1. Mai 2008 hat Björn Blaser seine Stelle als designierter neuer Geschäftsführer von swimsports.ch angetreten und ist seit dem 1. Juni verantwortlich für die Geschäftsstelle. Seit Beginn seiner Tätigkeit konnte er neue Impulse und Anregungen einbringen und hat sich schon sehr gut eingelebt.

Geschäftsleitung und Vorstand sind überzeugt, in Björn Blaser einen sehr kompetenten und kooperativen Geschäftsführer gefunden zu haben. Björn und seinem Team in Bülach und der Romandie wird es gelingen, den hohen Erwartungen an unsere Geschäftsstelle gerecht zu werden. Sie alle geniessen unser volles Vertrauen.

Wir wünschen Björn Blaser einen guten Start in die neue Aufgabe und viel Spass im Team von swimsports.ch.

Michel Beuret, Präsident

Hier bin ich

Bereits im ersten Bewerbungsgespräch wurde mir klar, dass dies keine normale Aufgabe wird, sondern ein Engagement, welches Herzblut und grossen Einsatz verlangt. Eines war mir von Anfang an bewusst, «Mr Swimsports» himself, Hans Ueli Flückiger ersetzen ist unmöglich – die Aufgabe des Geschäftsführers zu übernehmen jedoch eine grosse Heraus-

forderung, passend zu meinem Lebensmotto «Geht nicht – gibt's nicht».

Doch nun zu meiner Person. swimsports.ch ist mein 4 Arbeitgeber und der erste ausserhalb des Finanzsektors. Seit 6 Jahren bin ich glücklich verheiratet und seit 18 Monaten stolzer Vater eines Sohnes. In meiner Freizeit restauriere ich mit Freunden ein Mahagoni Holzboot und engagiere mich politisch im Vorstand der Ortspartei in Glattbrugg.

Ich freue mich auf die neue Materie und konnte bereits am ersten Tag in die Arbeit hechten, seither versuche ich nicht unterzugehen und schwimme nun dem Ziel entgegen, swimsports.ch noch professioneller und noch effizienter zu gestalten und zusammen mit Ihnen dem Schwimmsport neue Impulse zu geben.

Bis bald, Björn Blaser, Geschäftsführer

swimsports.ch Bulletin

Nummer 1/2008, Juni 2008, 27. Jahrgang

Redaktion:

swimsports.ch
Björn Blaser
Postfach
8180 Bülach
Telefon 044 737 37 93, Telefax 044 737 04 11
E-Mail: bjoern.blaser@swimsports.ch

Druck: Jordi AG – das Medienhaus, 3123 Belp

swimsports.ch – Die Vereinigung der am Schwimmsport interessierten Verbände und Institutionen der Schweiz.

Mitglieder von swimsports.ch

Eidg. Hochschule für Sport Magglingen EHSM
Schweizerischer Badmeister-Verband SBV
Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG
Schweizerischer Schwimmverband SSCHV
Schweiz. Verband für Sport in der Schule SVSS
Association des Piscines Romandes et Tessinoises APR
HEER, Kommando Ausbildung Heer
Institut für Bewegung und Sportwissenschaften der ETH-Z IBSW
Institut für Sportwissenschaft der Uni Bern ISPW
Institut des sciences et de l'éducation physique Uni-L ISSEP
Lungenliga Schweiz LLS
PLUSPORT Behindertensport Schweiz
Pro Senectute Schweiz
Rheumaliga Schweiz
SATUS Sportverband
Schweizerischer Verband Halliwick SVH
Sport Union Schweiz SUS
Schweizerischer Turnverband STV
Schweiz. Unterwasser-Sport-Verband SUSV
SVKT Frauensportverband
Schweizerischer Triathlon Verband tri
Verband Hallen- und Freibäder VHF
Vereinigung für Gesundheits- und Umwelttechnik SVG

Jahresbericht des Präsidenten für das Geschäftsjahr 2007

Gekürzte Fassung. Der komplette Bericht finden Sie auf der Homepage von swimsports.ch

Hochs und Tiefs in den Bereichen Führung, Ausbildung, Kommunikation, Personelles, Partnerverbände, Zusammenarbeit und Visionen prägten das letzte Jahr.

Bereich Führung bei swimsports.ch

Das vergangene Geschäftsjahr war eine echte Herausforderung für die Führungsorgane swimsports.ch. Dank der Flexibilität unserer Geschäftsleitungsmitglieder sowie allen Mitarbeitenden auf unserer Geschäftsstelle haben wir die Herausforderungen gepackt und gemeistert.

Neuer Geschäftsführer für swimsports.ch

Ende Mai 2007 teilte uns Hans-Ueli Flückiger mit, dass er seine Arbeit als Geschäftsführer von swimsports.ch nach 10 Jahren allerspätstens auf die nächste Delegiertenversammlung (DV) aufgeben wird. Er wolle mit dem Motorrad Südamerika kennen lernen. Sein Angebot, seine Nachfolgerin oder seinen Nachfolger noch einzuarbeiten nahmen wir gerne an.

Die Suche war schwieriger als angenommen. Im ersten Fall zog der ausgewählte Kandidat seine Zusage zurück. Die erneute Suche endete mit der Verpflichtung von Felix Juchler, welcher seine Arbeit per 1. Januar 2008 aufnahm. So konnten wir Hans-Ueli Flückiger an der Dezember-Vorstandssitzung in Zug würdig verabschieden.

Aber das Schicksal hatte es anders vorgesehen. Auf Ende Januar kündigte Felix Juchler seine Stelle und wir machten uns erneut auf die Suche. Weil Hans-Ueli noch keine festen Termine gebucht hatte, war es für ihn «eine Selbstverständlichkeit», dass er seine Arbeit fortsetzte.



Dankeschön-Gala Twannberg

Am 28. Februar 2008 wurde ich in Zürich mit einem der Kandidaten handelseinig. Dank dem Schaltjahr 2008 konnte die Verpflichtung von Björn Blaser auf den 1. Mai realisiert werden.

Bereich Ausbildung

In diesem Bereich ist eine hohe Fachkompetenz in den verschiedenen Verbänden sehr wichtig. Koordinierend für den übergreifenden Bereich Schwimmen arbeitet die Kerngruppe mit je einem Vertreter, resp. einer Vertreterin von swimsports.ch, Schweizerischer Schwimmverband SSCHV, Bundesamt für Sport BASPO und Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG.

Ein sehr wichtiges Anliegen ist das Schwimmen in der Schule. Wir alle sind überzeugt, dass mit einem vermehrten und verbesserten Schwimmunterricht in der Schule viele Bewohner unseres Landes sicherer und mit mehr Spass das Wasser geniessen könnten – denn Schwimmen können gibt Sicherheit. Im Zeichen der Finanzknappheit in den Kantonen ist es eine grosse Herausforderung für uns, die Schulen für den Schwimmunterricht zu gewinnen. Wir helfen und stellen den Schulen gute und günstige Hilfsmittel zur Verfügung.

Ein grossartiges Angebot bietet swimsports.ch den Schwimmschulen mit dem Qualitätslabel «aQuality.ch – Schweizerische Schwimmschulen mit Qualitätslabel». Der richtungweisende Weg in die Zukunft.

Bereich Kommunikation

Auch im vergangenen Geschäftsjahr hatten wir Gelegenheit, unsere Botschaften und Empfehlungen zum Thema Schwimmen und Sicherheit durch unsere Medien (TV, Radio, Presse) zu verbreiten.

Mit Beiträgen in diversen Verbandszeitschriften konnte eine grosse Transparenz über die Aktivitäten von swimsports.ch geschaffen werden.

Bereich Personelles

Freud und Leid sind oft nahe beisammen. Anlässlich unserer Delegiertenversammlung 2008 wurden Max Uebelhart und Elisabeth Herzog zu Ehrenmitgliedern ernannt.

Nur einige Monate später mussten wir von unserem langjährigen Mitglied und Wegbereiter für einen modernen Schwimmunterricht in der Schule, Heinz Walder aus Zürich, Abschied nehmen. Er verstarb am 25. Juli nach langer Krankheit im Alter von 74 Jahren.

Am 2. Dezember hiess es auch für immer Ab-

aquafun
for swimming

Gymnastikmaten, Schwimmreifen,
Wassersport, Schwimmbezüge,
Wasser- Hydris-Thermos,
Schwimmreifen, Beiseplausch
Verlangen Sie unseren Katalog!

DIANA **ELESM** **SPEEDO**

Aquafun AG
Oxbergstrasse 5, 4110 Frensdorf
Tel. 061 836 70 80, Fax 061 836 70 81
E-Mail: info@aquafun.ch

Internet: www.aquafun.ch

schied nehmen von Magali Philipoff, welche in ihrer Wahlheimat Tessin im Alter von erst 43 Jahren einem Herzversagen erlag. swimsports.ch wird die Verstorbenen in bester Erinnerung behalten.

Bereich Partnerverbände

Unser Bestreben ist es, gemäss den Kernaufgaben unseren Mitgliedern mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. So konnte swimsports.ch unter anderem diverse Projekte der SLRG, des SSCHV und Pro Senectute mitfinanzieren.

Weiter fand am 16. Oktober ein Führungstreffen mit swimsports.ch, SSCHV, SLRG und dem BASPO statt. Bei dieser Gelegenheit konnten vorhandene Probleme diskutiert und gemeinsame strategische Ausrichtungen besprochen werden.

Wo immer möglich, besuchten Mitglieder unserer Geschäftsleitung die Delegierten- oder Generalversammlungen unserer Mitgliederverbände. So können wir jeweils auch den Puls spüren und in unsere Aktivitäten einbauen oder berücksichtigen.

Bereich der Visionen

Eine unserer Visionen ist, dass wir in naher Zukunft über «Schwimmen Schweiz» sprechen und handeln könnten. Dies hätte den grossen Vorteil, dass wir die Schweizer Bevölkerung «von der Wiege bis ins Seniorenalter» mit unseren vielfältigen Angeboten und Programmen der einzelnen Verbände begleiten könnten.



Tina Tobler, Anita Lauper, Helen Steffen

Schlussbetrachtung 2007 und Blick nach vorne.

Mit dem Erreichen auf dem Ausbildungssektor sowie den bereits wieder laufenden Ausbildungsprojekten können wir sehr zufrieden sein. Ich spreche an dieser Stelle unserer innovativen Ausbildungsverantwortlichen Elisabeth Herzig, ihrem Team, unserer Geschäftsstelle in Bülach mit der Cellule romande und der Antenna Ticinese sowie meinen Kolle-

ginnen und Kollegen in den Führungsgremien swimsports.ch meinen herzlichsten Dank aus.

Michel Beuret
Präsident swimsports.ch

Jahresbericht 2007 der Ausbildungsverantwortlichen

Gekürzte Fassung. Der komplette Bericht finden Sie auf der Homepage von swimsports.ch

aqua-school.ch

Wir haben viel Energie in die Bearbeitung des Themas Schulschwimmen gesteckt, mit dem Ziel, die Schulbehörden und Lehrkräfte in ihren Bemühungen für einen guten und sicheren Schulschwimmunterricht zu unterstützen.

Lernziele für den Schwimmunterricht an Schulen

Wir konnten Lernziele für das Schulschwimmen definieren, welche an die Voraussetzungen der jeweiligen Schule angepasst werden können (die neun Etappen des Schulschwimmens). Ebenso wurden viele Informationen und Checklisten zusammengestellt und stehen auf der Homepage von swimsports.ch zum Download bereit.

Leitfaden für den Schwimmunterricht an Schulen

Dank der Zusammenarbeit mit der bfu – der Beratungsstelle für Unfallverhütung, konnten wir einen Leitfaden für den Schwimmunterricht an Schulen erstellen, der im Mai 2008 in drei Sprachen an 7000 Adressen von Kindergärten und Primarschulen in der ganzen Schweiz verschickt wird. Das Ziel ist es, die Schulbehörden und Lehrkräfte zu sensibilisieren und unsere Unterstützung anzubieten.

Coaches für den Schwimmunterricht an Schulen

Im Dezember 2007 konnten wir mehrere Coaches aqua-school.ch ausbilden, welche bereit sind, anfragende Schulen bei der Erarbeitung eines schulinternen Konzeptes für das Schulschwimmen zu unterstützen. Diverse Beratungen haben schon stattgefunden.

Schwimmheft aqua-school.ch

Der Leitfaden für den Schwimmunterricht an Schulen «Spas im Nass» wurde von Kurt Fischli illustriert, welcher auch die Zeichnungen für das geplante Schwimmheft macht. Er ist «der

Vater» der neuen Identifikationsfigur für den Schulschwimmunterricht, dem Biber mit Namen «Vasco». Das Schwimmheft ist in Arbeit und wird auf das Schuljahr 08/09 bereit sein.

Ausbildung aqua-school.ch

Im laufenden Jahr kam mit Zürich eine weitere Pädagogische Hochschule dazu, welche als Wahlfach die Ausbildung aqua-school.ch anbietet. Auch bei swimsports.ch fand zum ersten Mal ein solcher Lehrgang statt. Die Pädagogische Hochschule Rorschach PHR wurde als erste Ausbildungsstätte aqua-school.ch zertifiziert. Die Pädagogische Hochschule der Fachhochschule Nordwestschweiz FHNW hat die Qualitätsevaluation ebenfalls hinter sich und kann in Kürze zertifiziert werden.

Wasser-Sicherheits-Check WSC

In Zusammenarbeit mit der bfu entstand der Wasser-Sicherheits-Check WSC. Ziel ist, dass möglichst viele Kinder in der Schweiz diesen einfachen Tiefwassertest absolvieren, um sich im Fall eines unbeabsichtigten Sturzes ins tiefe Wasser selber an den Rand oder ans Ufer retten zu können.

aQuality.ch

Siehe Bericht der Verantwortlichen aQuality.ch.

Ausbildungen

SchwimminstruktorInnen SI

Siehe Berichte der SI-Ausbildung.

Jugend und Sport J+S

J+S und swimsports.ch sind noch näher zusammen gerückt und seit Anfang 2007 sind nun viele Kurse von swimsports.ch als J+S-FK's anerkannt (ohne Bundesleistungen). Dies ist wichtig für die Teilnehmenden unserer Kurse, die sich bei uns aus- und weiterbilden und dabei ihre J+S-Anerkennung wieder erneuern können. Für unsere Geschäftsstelle bedeutet dies aber ein wesentlicher Mehraufwand, da alle Kurse und Teilnehmenden in der Nationalen Datenbank J+S NDBJS erfasst werden müssen.

J+S Kids

Die Finanzen für ein neues Programm für Kinder ab 5 Jahren wurden von den eidgenössischen Räten gutgeheissen und das Projekt startet im 2008 mit Experten- und Leiterausbildungen. Im Bereich Schwimmsport ist der Schweizerische Schwimmverband SSCHV federführend und wird von swimsports.ch mit Know how unterstützt.

Die beiden Fachtagungen (KomAuSS) im Herbst 2007 in Olten und Yverdon waren ebenfalls diesem Thema gewidmet. In zwei sehr spannenden Podiumsgesprächen konn-

ten Probleme und Lösungsansätze diskutiert werden.

Aqua-Fitness mit Seniorinnen und Senioren AFS/aqua-seniors.ch

Die Fachausbildung für LeiterInnen Aqua-Fitness mit Seniorinnen und Senioren wird schon seit mehreren Jahren von der Pro Senectute organisiert und von einem Team von Pro Senectute- und swimsports-Experten geleitet. Dank dieser Zusammenarbeit und der Defizitgarantie die von der Pro Senectute getragen wird, kann der Fachkurs weiter auf hohem Niveau angeboten werden.

Hygienekampagne

Unter der Leitung von Dany Sollero konnte eine Arbeitsgruppe gebildet werden, die sich mit dem Thema Hygieneverbesserung der Badgäste befasst um die Wasser- und Luftqualität in Bädern zu verbessern. In dieser Arbeitsgruppe sind VertreterInnen des Verbands Hallen- und Freibäder VHF, des Schweizerischen Badmeisterverbandes SBV, der Lungenliga Schweiz und von swimsports.ch.



Natascha Pinchetti mit Hans-Ueli Flückiger

Herzlichen Dank

Dank dem grossen Einsatz aller Kader, der MandatsträgerInnen, der Arbeitsgruppen-Mitglieder, der Cellule romande und der Antenna ticinese, der Geschäftsstelle und verschiedenen Partnerorganisationen konnten wir wiederum etliches erreichen in der Förderung des Schwimmsports. Danke für euer Engagement!

Elisabeth Herzig-Marx
Ausbildungsverantwortliche

Rapport annuel de la Cellule romande 2007

Certains textes ont été écrits par nos cadres, ce qui me permet de raccourcir le rapport annuel. Une année bien chargée où swimsports.ch a réussi à avancer dans son grand

projet « aqua-school » et à peaufiner le domaine « aQuality.ch », les documents sont aussi disponibles en français sur notre site.

Nous félicitons nos nouvelles Instructrices ENFEAU pour l'obtention de leur diplôme. Il s'agit de Mesdames Huguenin Milca de Dombresson/NE, Jordan Bernadette de Fontainemelon/NE et Paltenghi Giada de St-Blaise/NE.

Antenne Tessinoise

Un grand travail a été mis en place pour l'introduction de formations au Tessin. Cette année, l'AT a mis deux nouveaux cours sur pieds : le cours aqua-technic.ch et une formation aqua-kids.ch.

Commission de coordination de formation dans les sports aquatiques ComCoord

La table ronde du 21 novembre 2007 à Yverdon a présenté 4 invités sur le thème « Comment peut-on encore améliorer l'enseignement aux enfants ? » et « Quelles stratégies poursuivre et quelles mesures à prendre ? ». Les invités, représentants d'une école de natation privée, d'un grand club de natation, d'une section de sauvetage ont répondu aux questions et donné leur point de vue. M. Pierre-André Weber, responsable de la branche natation à Macolin a présenté le nouveau projet « J+S kids ».

Conclusion

Nous nous réjouissons de voir le résultat en 2008 de tous ces projets qui ont été développés cette année avec beaucoup d'énergie et grandes compétences. Encore merci à toutes et à tous qui œuvrent pour promouvoir la Cellule romande et swimsports.ch

Dany Sollero
Responsable de formation Cellule romande

Rapporto annuale 2007 della Antenna ticinese di swimsports.ch

L'anno appena trascorso è stato caratterizzato dallo svolgimento di diverse attività ed in particolare dal primo svolgimento di un corso aqua-basic, aqua-technic e aqua-kids. Anche se i partecipanti erano ridotti, una prima pietra è stata lanciata e ha smosso le acque. Rimane ancora molto da fare per sensibilizzare la Svizzera italiana, ma adagio adagio per il futuro siamo fiduciosi, anche se il 2008 non è iniziato nel migliore dei modi.

I corsi che organizziamo con i nostri partner sono comunque sempre molto ben frequentati, e l'AT di swimsports.ch funge da ottimo coordinatore. Lo staff è motivato ma manca ancora la visione globale da parte delle varie associazioni presenti sul territorio per poter incrementare l'interesse del singolo verso i nostri corsi specifici.

La prematura dipartita di Magali – che si era unita a noi a fine novembre 07 – ci ha inoltre privato di un valido sostegno. A lei vada un commosso ricordo per il supporto spontaneo che voleva assicurarci e agli altri miei collaboratori un sentito ringraziamento per il lavoro svolto durante il 2007.

Gianni De Stefani
Responsabile Antenna Ticinese

Dankeschön-Gala für Hans-Ueli Flückiger

Anlässlich der Kadertagung im November 2007 organisierten die fast 50 Ausbilder und Ausbilderinnen von swimsports.ch eine Dankeschön-Gala für Hans-Ueli Flückiger, welcher während zehn Jahren alles für swimsports.ch und insbesondere zur Unterstützung aller involvierten Personen getan hat.



Prost und gute Reise

In der Turnhalle des Hotel Feriendorf Twannberg fand die Gala mit vielen Produktionen statt und die allerbesten Wünsche für die kommende Reise von Hans-Ueli wurden in die phantasievollsten Geschenke verpackt.

Dieser, für Hans-Ueli überraschende Anlass, wird uns allen in bester Erinnerung bleiben.

Cours de cadres à Twannberg

Puis-je dire que le week-end des cadres de swimsports.ch à Twannberg, ou Montagne de Douanne, est désormais traditionnel ?



Dany Sollero et Hans-Ueli Flückiger

Ces deux jours par an sont une aubaine pour les cadres de tous les modules de swimsports.ch de se rencontrer et d'échanger points de vue et expériences.

Les rencontres entre les germanophones, les italophones et les francophones n'ont lieu que pendant les cérémonies d'accueil, d'au revoir et aux repas.

Samedi soir, nous avons fêté Hans-Ueli qui quitte le navire swimsports.ch pour voyager. Une danse grecque conduite par Monique Spühler et Dany Sollero précédait l'apéritif. Le repas était servi dans la salle de gymnastique et était ponctué par la remise de petits cadeaux à Hans-Ueli, présentés avec humour et drôlerie. Un joli travail de collage des photos remises à Elisabeth était accroché au mur et sur deux tables, d'autres photos étaient étalées et donnaient lieu à un petit concours organisé par Elisabeth.

Très belle soirée ! Merci Hans-Ueli et bonne route !

La Cellule Romande et l'Antenne Tessinoise ont passé le dimanche avec Dominique de Cornulier, formatrice à la FAAEL. Elle est médiatrice familiale en France et nous a fait partager des moments de communication forts en émotions et riche d'enseignements. Merci Dominique et merci à Dany pour son engagement, sa présence et sa disponibilité pour nous tous.

Leni Moll-Hirschi, responsable aqua-baby.ch

22 novembre 2007



Marco Astolfi et Jean-Luc Cattin

Informationen aqua-school.ch

In der Beilage erhalten Sie die Broschüre «Spass im Nass», den Leitfaden für den Schwimmunterricht an Schulen.

Diese Informations- und Motivationsbroschüre konnten wir Mitte Mai mit Unterstützung der bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung an 7000 Kindergärten und Primarschulen verschicken.

Damit und mit all den Informationen die auf unserer Homepage unter der Rubrik «aqua-school.ch» zu finden sind, möchten wir die Schulbehörden und Lehrkräfte unterstützen einen qualitativ und quantitativ guten Schulschwimmunterricht organisieren und durchführen zu können.

Wir hoffen natürlich, dass die Broschüre gelesen wird und nicht unter einer riesigen Papiermenge im Lehrerzimmer verschwunden ist. Unterstützen Sie als «Schwimmspezialistin» resp. «Schwimmspezialist» die Schulen, damit sie eine machbare, sinnvolle Lösung für guten Schulschwimmunterricht finden.

swimsports.ch dankt den Vertretern der bfu, Christoph Müller und Fränk Hofer für die ausgezeichnete Zusammenarbeit.



Das Schwimmheft von swimsports.ch

Es ist soweit!

Das Schwimmheft von swimsports.ch kann ab sofort bestellt werden.

Dank Kurt Fischli, dem genialen Zeichner und Layouter ist ein wahres Meisterwerk entstanden, an dem wohl jedes Kind zwischen 6 und 15 Jahren Freude haben wird. Die Zeichnungen sind witzig und machen Lust auszuprobieren was Vasco unser Biber bei seinen Lehrmeistern – vom Krebs bis zum Eisbär – lernt.



Vasco lernt beim Krebs ... na was wohl?

Es gibt eine Variante mit allen neun Etappen, welche sich hauptsächlich für Schwimmschulen eignet, sowie das Konzept, das jeder Schule erlaubt, ein schuleigenes Schwimmheft zusammen zu stellen.

Die Kosten belaufen sich je nach Anzahl Seiten (zwischen 16 und 28 S.) und bestellte Stückzahl zwischen Fr. 6.– und 15.– pro Schwimmheft. Darin inbegriffen sind die Sticker, die den Kindern abgegeben werden, wenn diese die Lernziele der angestrebten Stufe erreicht haben.

Auf unserer Homepage sind die notwendigen Informationen abrufbar.

Elisabeth Herzig-Marx
Ausbildungsverantwortliche

Informations aqua-school.ch

Jointe à ce bulletin, vous trouverez la brochure « L'école se jette à l'eau », le guide de l'enseignement scolaire de natation.

Mi-mai, nous avons pu envoyer cette brochure d'information et de motivation à 7000 écoles enfantines et primaires dans toute la Suisse.

Avec ce guide, ainsi qu'avec les documents sur notre site, sous la rubrique « aqua-school.ch », nous espérons pouvoir soutenir les dirigeants des écoles et les enseignants dans l'organisation de la natation en milieu scolaire.

swimsports.ch remercie les responsables de sport Christoph Müller et Fränk Hofer au sein du bpa – bureau de prévention des accidents, pour l'excellente collaboration dans l'élaboration et l'envoi de cette brochure.

Le carnet de natation de swimsports.ch

Il est prêt !

Le carnet de natation de swimsports.ch peut être commandé dès à présent.

Grâce à Kurt Fischli, le dessinateur plein de talents qui a déjà créé Pico la goutte d'eau, un « petit chef-d'œuvre » a pu voir le jour. Nous sommes persuadés que tous les enfants entre 5 et 15 ans vont être ravis. Les dessins sont drôles et donnent envie d'essayer ce que Vasco notre castor apprend chez ces copains-moniteurs, de l'écrevisse à l'ours polaire.

Il y a un concept qui permet d'élaborer les carnets aux exigences de chaque école ainsi qu'une variante non adaptable. Selon le nombre de pages (entre 16 et 28) et la quantité commandée, un carnet coûte entre Frs. 6.– et

Frs. 15.–. Dans ce prix sont inclus les autocollants que les enfants reçoivent lorsqu'ils ont accompli les objectifs d'apprentissage.

Vous trouvez de plus amples informations sur notre site.

Elisabeth Herzig-Marx
Responsable de formation



Mais que va donc apprendre Vasco chez la grenouille ?

Ausbildung aqua-school.ch

Die Ausbildung zu Schwimmunterrichtenden für Studierende an Pädagogischen Hochschulen und Lehrpersonen kann bei verschiedenen Organisationen absolviert werden.

So wird diese Zusatzqualifikation für die Studierenden schon an drei PH's angeboten und zwar in

- Rorschach an der PHSG
- Liestal an der PH der FHNW
- Zürich an der PHZH

Rorschach und Liestal konnten beide ihr Zertifikat als anerkannte Ausbildungsstätten aqua-school.ch entgegennehmen. Wir gratulieren diesen Institutionen und hauptsächlich den verantwortlichen Personen Urs Kronenberg (Rorschach), Franziska Mutter und Fabio Capraro (Liestal) herzlich.

Auch bei swimsports.ch kann diese Ausbildung absolviert werden. Der erste Lehrgang unter der Leitung von Frau Monica Eggs wurde als sehr positiv bewertet und swimsports.ch ist überzeugt, dass die Lehrpersonen nach dem absolvierten Kurs sicheren, gut strukturierten, zielgerichteten und kindgerechten Schulschwimmunterricht anbieten können.

Wasser-Sicherheits-Check WSC

Tiefwasser-Sicherheit für Kinder erreichen



Ziel des WSC

Unfallstatistiken zeigen, dass viele Ertrinkungsfälle bei Kindern durch unbeabsichtigtes Stürzen ins tiefe Wasser passieren. Die Unfälle ereignen sich zudem oft in der Nähe des rettenden Ufers.

Im üblichen Schwimmunterricht üben wir Wassergewöhnung und Wasserbewältigung bis hin zu den Schwimmtechniken. Der Fokus ist anfänglich auf einen angstfreien Aufenthalt im Wasser, dann auf die Vermittlung von Schwimmtechniken und weniger auf eine Selbstrettung gerichtet.

Im Fall des Übens einer Selbstrettung ist es durchaus sinnvoll, für einmal die Schwimmtechnik hinten anzustellen und den Fokus auf die Kompetenz «sich selber aus einer Notsituation im Wasser retten zu können» zu richten.

Mit dem Wasser-Sicherheits-Check wird getestet, ob sich eine Person, im speziellen ein Kind, nach einem Sturz ins Wasser selber an den Rand oder ans Ufer retten kann.

Inhalt und Ablauf des WSC

Rolle/purzeln in tiefes Wasser
1 Minute an Ort über Wasser halten
50 m schwimmen

Das Üben und Bestehen des Wasser-Sicherheits-Checks gibt dem Kind eine erhöhte Sicherheit im Wasser und den Eltern sowie

weiteren Erziehungsberechtigten eine verbesserte Kontrolle über die Wasserkompetenz des Kindes.

Der WSC ist unabhängig von der Zutrittsregelung für Bäder. Ob ein Kind mit oder ohne WSC, ab 6, 7 oder 10 Jahren ohne Begleitung einer volljährigen Person Zutritt ins Schwimmbad hat, ist ausschliesslich Sache jedes einzelnen Bades. Eltern erkundigen sich in ihrem Bad.

Durchführung des WSC

Schwimmunterrichtende, Schulen, Schwimmschulen und -Klubs, SLRG-Sektionen, Kinder- und Jugendorganisationen, Gemeinden etc. sollen den Kindern die Möglichkeit geben ihre Wasserkompetenz zu verbessern. Sie sollen die Elemente des Wasser-Sicherheits-Checks üben und den WSC durchführen. **Minimalanforderung an Unterrichtende und LeiterInnen: angepasste Sicherheitsausbildung** (z. B. SLRG BI, Pool Safety oder ähnliches).

Träger des WSC

Träger sind swimsports.ch mit seinen Partnern in der Schwimmförderung, Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG, Schweizerischer Schwimmverband SSCHV, Jugend und Sport J+S und die bfu – Beratungsstelle für Unfallverhütung.

Weitere Informationen zum WSC auf www.swimsports.ch

Elisabeth Herzig-Marx
Ausbildungsverantwortliche

Le Contrôle de Sécurité Aquatique CSA

Sécurité des enfants en eau profonde

Objectif du CSA

Les statistiques des accidents le montrent : de nombreuses noyades d'enfants sont dues à une chute non intentionnelle dans une eau profonde; elles se produisent souvent à proximité de la rive salvatrice.

L'enseignement traditionnel de la natation apprend certes l'accoutumance à l'eau et la maîtrise de cet élément jusqu'aux techniques de natation. Mais il met d'abord l'accent sur la domination de la peur de l'eau, puis sur les techniques de natation, et dans une moindre mesure seulement sur la capacité à se tirer soi-même d'une situation délicate dans l'eau.



Rolle/purzeln in tiefes Wasser

Effectuer une roulade/culbute dans une eau profonde

Effettuare una capriola in acque profonde

Pour l'entraînement au CSA, il faut pour une fois reléguer la technique au second plan et donner la priorité à la compétence « se sauver soi-même d'une situation d'urgence dans l'eau ».

Le CSA permet de tester si une personne est capable de revenir seule au bord du bassin ou à la rive après une chute dans l'eau.

Contenu du CSA

Effectuer une roulade/
culbute dans une eau profonde
Se maintenir sur place à la surface
de l'eau pendant 1 minute
Nager 50 m

L'entraînement et la réussite du contrôle de sécurité aquatique CSA donne à l'enfant une meilleure sécurité dans l'eau profonde et à ses parents et à toute autre personne à qui l'enfant est confié une meilleure maîtrise sur les capacités aquatiques de l'enfant.

Le CSA est indépendant d'une limitation d'accès dans une piscine. Si un enfant non accompagné d'une personne adulte a accès dans une piscine avec une attestation CSA ou non, à partir de 6, 7 ou 10 ans est du ressort de chaque piscine. C'est aux parents de se renseigner et à assumer leurs responsabilités.

Réalisation du CSA

Les moniteurs de natation, établissements scolaires, écoles et clubs de natation, sections SSS, associations de jeunesse, communes, etc. devraient donner aux enfants la possibilité d'améliorer leurs compétences aquatiques, d'exercer les éléments du CSA et de passer ce test.

Les personnes souhaitant réaliser le CSA avec des enfants doivent disposer au minimum d'une formation adéquate en matière de sécurité aquatique (p. ex. Brevet I SSS, cours Pool Safety, etc.).

Promoteurs du CSA

Les promoteurs du CSA sont swimsports.ch et ses partenaires de promotion de la natation: la Société suisse de sauvetage (SSS), la Fédération suisse de natation (FSN), Jeunesse+Sport (J+S) et le bpa – Bureau de prévention des accidents.

Renseignements complémentaires sur www.swimsports.ch

Elisabeth Herzig-Marx
Responsable de formation
swimsports.ch

Il Controllo della Sicurezza in Acqua CSA

Sicurezza dei bambini nelle acque profonde



1 Minute an Ort über Wasser halten

Se maintenir sur place à la surface de l'eau pendant 1 minute

Mantenersi in superficie sul posto per almeno 1 minuto

Obiettivo del CSA

Dalle statistiche sugli annegamenti emerge che molti casi di affogamento di bambini sono dovuti ad una caduta improvvisa e involontaria in acque più profonde della statura della vittima e, sovente, nei pressi di una riva sulla quale sarebbe stato possibile trarsi in salvo.

Durante le normali lezioni di nuoto i bambini familiarizzano con l'acqua, cercano di superare la paura per questo elemento e apprendono infine le tecniche natatorie. L'accento è posto dapprima sulla permanenza in acqua senza timori, e solo in un secondo tempo sull'esecuzione pulita dei gesti di base e delle tecniche natatorie – ma non necessariamente su come portarsi in salvo.

Nel caso si eserciti l'autosalvataggio, tuttavia, è più che ragionevole mettere per una volta in secondo piano le tecniche natatorie e concentrarsi sulla competenza «essere in grado di

portarsi in salvo in una situazione di emergenza in acqua».

Il controllo della sicurezza in acqua serve a verificare se una persona che cade in acqua è in grado di portarsi da sola in salvo a bordo vasca o a riva.

Contenuto/ Svolgimento del CSA

Effettuare una capriola in acque profonde
Mantenersi in superficie sul posto per almeno 1 minuto
Nuotare 50 m

La preparazione e la riuscita del controllo di sicurezza acquatica CSA dà al bambino una migliore sicurezza nell'acqua profonda. Ai suoi genitori nonché a tutte le persone a cui il bambino è affidato segnala un miglior controllo delle capacità acquatiche del bambino.

Il CSA è un attestato indipendente da qualsiasi limite legale di entrata ad una piscina. L'accesso ad una piscina di un bambino di 6,7 o 10 anni (con un certificato CSA), non accompagnato da una persona adulta, è di esclusiva competenza di ogni gestore di piscina. Spetta ai genitori informarsi ed assumersi le loro responsabilità.

Realizzazione del Controllo della Sicurezza in Acqua

I docenti, gli istituti scolastici, le scuole e società di nuoto, le sezioni SSS, le organizzazioni giovanili, i comuni, ecc dovrebbero offrire ai bambini la possibilità di migliorare le loro competenze in acqua, esercitando gli elementi del Controllo della Sicurezza in Acqua e realizzando il CSA. Una formazione adeguata sulla sicurezza (ad es. SSS B1, Pool Safety ecc.) è il requisito minimo posto a insegnanti e responsabili che desiderano realizzare con i bambini il CSA.



50 m schwimmen
Nager 50 m
Nuotare 50 m

Mentori del Controllo della Sicurezza in Acqua

Le mentori sono swimsports.ch unitamente ai partner di promozione del nuoto, Società svizzera di salvataggio SSS, Federazione svizzera di nuoto FSN, Gioventù e Sport G+S e l'UPI (Ufficio prevenzione infortuni).

Informazioni su www.swimsports.ch

Elisabeth Herzig-Marx
Responsabili della formazione swimsports.ch

J+S-Fachleitung Schwimmsport

Das weinende Auge...

Nach 10-jährigem grossem Engagement für den Schwimmsport hat Pierre-André Weber, genannt «Jimmy», Anfang des Jahres 2008 sein Amt als J+S-Fachleiter Schwimmsport in die Hände seiner Nachfolgerin Natascha Pinchetti-Justin gelegt.

Dass Jimmy nicht mehr sein grosses Wissen, seine Verbindungen und sein Feuer für uns einsetzt ist ein grosser Verlust. Die Zusammenarbeit mit ihm war immer ausgezeichnet und es ist schwierig jemanden wie ihn gehen zu lassen.

Aber das sei der Lauf der Welt...

Lieber Jimmy, wir danken dir von Herzen für alle guten Ideen und die vielen Projekte die wir miteinander bearbeiten und zu Ende führen konnten. Es war toll mit dir zusammen zu arbeiten!



Pierre-André Weber, der scheidende Fachleiter Schwimmen

Das lachende Auge...

Es ist nie einfach jemanden zu ersetzen, der seine Arbeit gut gemacht hat. Darum hat Natascha Pinchetti keine leichte Aufgabe. Aber wir kennen Natascha schon und wissen, dass sie ihre Arbeit gut machen wird und freuen uns sehr auf die Arbeit mit ihr. Jimmy hatte auch seine Schwächen...

Herzlich Willkommen, Natascha in dieser Funktion!



Natascha Pinchetti-Justin, die neue J+S Fachleiterin Schwimmen

aQuality.ch

FAQ's zu aQuality.ch

Im Mai vor zwei Jahren wurden sechs Schwimmschulen zertifiziert. Heute haben wir bereits 21 aQuality-Schulen. Von über 10 Schulen wissen wir, dass sie intensive an den Anforderungen zur Zertifizierung arbeiten.

Das Label hat zwei Jahre Gültigkeit. Daher sind die ersten Schulen bereits an der Rezertifizierung, die auf 1. Januar 2009 erteilt wird. Erfreulich ist, dass alle Schulen das Label wieder beantragt haben.

Immer mehr Schwimmschulen und neu auch SLRG-Sektionen, Sportanlagebetreiber und Vereine interessieren sich, das Qualitätslabel zu erhalten. Grund dafür sind sicher nicht nur das schöne Badetuch und die anderen Marketingmittel, die wir ausschliesslich aQuality-Schulen zur Verfügung stellen. Jeder verantwortungsbewusste Schwimmleitende will einen sicheren und modernen Unterricht anbieten. Wieso also nicht als aQuality-Schule?

Immer wieder gestellte Fragen zu aQuality.ch

Kann ich als Schwimmclub, Verein oder SLRG-Sektion auch ein aQuality-Label beantragen? Selbstverständlich ja, wenn die entsprechenden Anforderungen erfüllt werden. Für die Vereine und Clubs, deren LeiterInnen mehrheitlich J+S-Ausbildungen absolvieren, sind die Unterrichtskategorien angepasst worden. Die Kursbereiche aqua-kids 2 und aqua-juniors wurden neu definiert.

Die Details können dem Grundlagenpapier aQuality.ch auf unserer Homepage entnommen werden.

Darf ich in einem Krebs-Kurs auch mit 10 Kindern arbeiten?

Die Gruppengrössen sind Empfehlungen und müssen der vorhandenen Infrastruktur angepasst sein. Zur Sicherheit und zur Qualität im Unterricht empfehlen wir in den Beginner-Kursen mit maximal 8 Kindern pro Leitenden zu arbeiten. Wenn eine Assistenzperson, die selbstverständlich auch über die Sicherheitsausbildungen verfügt, einbezogen wird und das Bad eine grössere Gruppe zulässt, kann die Anzahl der Teilnehmende auch erhöht werden.

AssistentIn – wen kann ich da fragen?

Assistenten findet man in SLRG-Sektionen, Vereinen, Clubs oder auch bei aktiven und wasserinteressierten Eltern. Wir begrüssen es sehr, wenn Assistenten bald zu Mitleitenden und vielleicht sogar zu Kursleitenden werden.

In den swimsports-Ausbildungen stellen wir fest, dass viele neue Schwimmleitende über sehr wenig Unterrichtserfahrung verfügen. Diesen empfehlen wir dringend, eine Assistenzzeit bei einer Schwimmschule zu machen. aQuality-Schulen eignen sich dazu hervorragend!

Das aQuality-Label ist viel zu teuer

Die Kategorien wurden im 2007 wie folgt überarbeitet:

Kat	1	2	3	4
Unterrichtseinheiten UE pro Jahr	weniger als 150 UE	zwischen 151 – 500 UE	zwischen 501 – 1000 UE	mehr als 1001 UE
Gebühr Erstzertifizierung	250.–	350.–	550.–	750.–
Jahresgebühr	150.–	250.–	450.–	650.–
Gebühr Rezertifizierung	100.–	150.–	200.–	250.–

Eine aQuality-Schule erhält 10% Rabatt auf die Testabzeichen. Bei einem Bezug von 500 Abzeichen pro Jahr sind dies Fr. 150.– Gutschrift, was wiederum dem Jahresbeitrag der Kategorie 1 entspricht. Eine aQuality-Schule darf auch einen etwas höheren Kursbeitrag verlangen. Qualität darf seinen Preis haben.

Beachte: Bisher haben sich 12 Schulen der Kategorie 4 zertifizieren lassen!



Muss eine aQuality-Schule über Kursleitende mit 100 Lektionen Erfahrung verfügen?

Ja. Für jeden Kursbereich, der angeboten wird muss ein(e) KursleiterIn vorhanden sein. Wenn die Schule z. B. aqua-baby-Kurse anbietet, muss sie über einen Kursleiter oder eine Kursleiterin mit einer abgeschlossenen Ausbildung aqua-baby.ch und verfügen, und 100 Lektionen Unterrichtserfahrung auf dieser Stufe hat.

Ich bin Schwimminstruktorin – bin ich dann auch aqua-baby-Kursleiterin?

Nein. Die Ausbildung zur LeiterIn aqua-baby.ch und aqua-family.ch wurde in den letzten Jahren sehr stark verfeinert. Viele neue Erkenntnisse sind in diese Ausbildungen eingeflossen. Die SI-Ausbildung befähigt, Kurse ab Stufe aqua-kids 1 zu geben.

Wer mehr zu aQuality.ch wissen möchte, kann sich das Grundlagenpapier auf der Homepage von swimsports.ch – Rubrik aQuality.ch herunterladen oder ein Email an aQuality@swimsports.ch senden.

Zertifizierte aQuality-Schulen

- Ecole de Natation du Service des Sports; 2000 Neuchâtel
- Berner Schwimmschule; 3007 Bern
- Schwimmschule Luzia Hitz-Lehmann; 3018 Bern
- SchwimmTeam Belp; 3123 Belp
- Schwimmschule Delfin GmbH; 4058 Basel
- Verein Wassersportclub Delfin; 4058 Basel
- Schwimmschule des Schwimmklub Langenthal; 4900 Langenthal
- Schwimmschule/ -club Aarefisch; 5000 Aarau
- Schwimmsportschule Bremgarten; 5620 Bremgarten 7
- Schwimmschule Reussfisch; 5637 Geltwil
- Spass am Nass; 5736 Burg
- Schwimmschule Baar; 6340 Baar
- Bewegungswelt Zwergmaus; 6370 Oberdorf NW
- Babybadespass; 7000 Chur
- Schwimm Team Zizers; 7205 Zizers
- Schwimmschule Pape; 8047 Zürich
- Tauch- und Schwimmschule Miaru; 8104 Weiningen
- Erlebniswelt Wasser; 8135 Langnau am Albis
- Sportanlagen AG Wallisellen; 8304 Wallisellen
- Total Immersion Schwimmschule; 8702 Zollikon

Ursula Hintermeister
Verantwortliche aQuality.ch

aQuality.ch

De plus en plus d'écoles de natation, de clubs de natation, de sections de sauvetage et d'établissements de bain s'intéressent à obtenir le label aQuality.ch dans le but :

- d'améliorer la qualité de l'enseignement
- de promouvoir la formation de tous les moniteurs, animateurs, assistants et leurs formations continues
- de créer un fil rouge, une ligne commune dans l'enseignement de toute l'école
- d'avoir des brevets de sauvetage recyclés

Maintenant différents accessoires peuvent être commandés par les écoles certifiées :

- les linges de bains
- les cartes de coloriage
- les stylos

Quelques questions et remarques que l'on entend régulièrement

Puis-je aussi obtenir le label de qualité en tant qu'école de natation, club ou de société de sauvetage ?

Bien sûr que oui lorsque toutes les conditions sont remplies. Pour les personnes qui ont déjà des formations J+S, vous trouverez les équivalences adaptées à ce jour, notamment pour les domaines aqua-kids 2 et aqua-juniors, dans le document de base aQuality.ch sur notre site.

Puis-je travailler avec un groupe de 10 enfants dans le domaine « écrivisse » ?

La grandeur du groupe est une recommandation et doit être adaptée à la situation de la piscine. Pour assurer la sécurité et la qualité d'enseignement, nous proposons 8 enfants max par moniteur. Lorsqu'un assistant avec un brevet de sauvetage accompagne le groupe, on peut alors augmenter le nombre de participants.

Qui pourrait devenir assistant dans mon école ?

Peuvent devenir assistants, des nageurs provenant de clubs, d'écoles de natation et de

sections de sauvetage. Des parents actifs de nageurs et d'élèves qui sont intéressés à accompagner les moniteurs peuvent également se joindre et commencer une formation reconnue.

Le label aQuality.ch est vraiment trop cher !

Les aspects financiers ont été revus pendant l'année 2007, voir tableau ci-dessous :

Cat	1	2	3	4
Unités d'enseignement UE par année	moins de 150 UE	entre 151 et 500 UE	entre 501 et 1000 UE	plus de 1000 UE
Finance d'inscription	250.-	350.-	550.-	750.-
Cotisation annuelle	150.-	250.-	450.-	650.-
Nouvelle certification	100.-	150.-	200.-	250.-

Une école certifiée aQuality.ch obtient un rabais de 10% sur les insignes. Lorsqu'elle en achète 500 par année elle obtient déjà un crédit de CHF 150.- ce qui correspond à la cotisation annuelle pour la catégorie 1.

Est-ce qu'une école aQuality.ch doit disposer d'enseignants qui ont plus de 100 UE d'expérience ?

Oui. Le moniteur qui est responsable d'un domaine de cours doit impérativement les avoir accomplis. Quand une école demande la certification pour le domaine aqua-baby par ex. cela implique que l'animateur ait déjà obtenu l'attestation aqua-baby et réalisé plus de 100 UE d'expérience dans ce domaine avant la demande de certification.

Je suis IN. Suis-je donc aussi animatrice aqua-baby ?

Non. Les formations aqua-baby.ch et aqua-family.ch sont très spécifiques et ces domaines ne sont pas traités dans la formation IN.

Si vous souhaitez en savoir plus sur le thème aQuality.ch, nous vous proposons de consulter notre site internet.

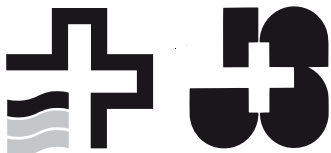
Ecole certifiée en Suisse romande

- Ecole de Natation du Service des Sports; 2000 Neuchâtel

D'autres écoles en Suisse romande et au Tessin ont demandé le label et le recevront bientôt.



SLRG SSS



swimsports.ch

SI-Ausbildung 2008

Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der diesjährigen Schwimminstruktoren-Ausbildung trafen sich Ende April 2008 für eine Woche in Magglingen. Der erste Teil dieser von Martin de Bruin und Oliver Staubli geleiteten Ausbildung zeichnete sich durch sehr interessante und vielseitige Lerninhalte aus.

Nora Weibel
SI-Kandidatin



Begegnung im Wasser: Spielerisches Kennenlernen am ersten Kurstag zum Thema Sinnrichtungen. Jean-Marc Aebischer (SI-Kandidat aus dem letzten Jahr) hat die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auf die erste Kurswoche eingestimmt und somit Gelegenheit gegeben, sich gegenseitig nochmals vorzustellen und einander näher zu kommen.



Leistungsdiagnostik: Nach einer lehrreichen Sportbio-Lektion brachte der Laktatstufentest, instruiert von Fabio Capraro, so mancher und manche ins Schwitzen. Egal, ob an Land oder im Wasser... Am selben Nachmittag jagte Fabio uns nochmals durchs Becken und stellte uns vor koordinative Herausforderungen.



«Eins, zwei, drei, vier, fünf, sechs, sieben, acht» oder auch «un, deux, trois, quatre, ...»: Ob an Land oder im Wasser, die Synchronkür hat uns überall und immer begleitet und bis zur Aufführung am Samstag liessen sich auch die Männer von der von Claudia Rufer eingeführten Choreografie begeistern. Oder, Axel und Raphaël?



So geht's auch, Raphaël und Sonja – Westschweiz und Deutschschweiz: Was zu Beginn der Woche noch problematisch und ungewohnt war, wurde schlussendlich für alle ein Gewinn. Bis Ende Woche konnte der Röstigraben überwunden werden und Partnerübungen wurden nicht mehr nur in der gewohnten Sprache gelöst.



Technikanalyse im Hallenbad: Dank dem Dart Fish-Programm konnten wir uns unmittelbar nach dem Schwimmen auf dem Bildschirm beobachten und unsere Technik analysieren und diskutieren. Was man da alles zu sehen bekommt...



Aquafitness mit Senioren und Seniorinnen: Durch die Leitung von Walter Krüsi und Nathalie Donzé-Chaignat erhielten wir die Möglichkeit eine Aquafit-Lektion mit Senioren zu beobachten und zu diskutieren. Im Anschluss standen diese uns zum Thema Altern Red und Antwort. Für viele war dies eine neue Zielgruppe, die viele neue Fragen aufgeworfen hat.



Für einmal nicht im Hallenbad: Die Biketour bei wunderschönem Wetter, angeführt von Martin de Bruin, hat die intensive Woche auf eine besondere Art abgerundet. Das anschließende Abendessen mit traumhafter Aussicht auf den Bielersee haben alle genossen.



Formation IN 2008

Après plusieurs années sans qu'une classe suisse romande n'ait pu s'ouvrir, faute de participants, nous voilà six romands embarqués dans cette aventure extrêmement intéressante qu'est la formation IN depuis janvier. Un fait d'autant plus marquant : notre groupe linguistique est supérieur en nombre à celui des suisses allemands.

Lors de notre première semaine à Macolin, nous avons eu la chance de faire de nouvelles expériences au travers d'exercices inédits qui nous ont permis d'avoir de nouveaux ressentis ou de consolider certaines sensations; la théorie a également été très intense, les pauses cafés raréfiées.

Nous avons à réaliser pour notre seconde partie en août prochain une manifestation aquatique réelle avec des élèves de 4ème et 5ème années primaires de la région biennoise. Nous avons dû créer un comité d'organisation dans lequel chaque membre a des tâches bien précises. La première difficulté que nous avons dû « abattre », outre la langue, a été dans la diversité de nos personnalités respectives, toutes très très riches, que ce soit en expériences personnelles, en idées ... et pour lesquelles il a fallu, à plusieurs reprises, recadrer nos séances, car trop de suggestions, de propositions ... pour une fête de 3 heures. Tout dans cette manifestation doit être fait en réel; de la publicité, à la recherche de sponsors; de la sécurité aux décors ..., sans oublier le budget et, par conséquent, les finances.



SI-Truppe 2008 bestehend aus West- und Deutschschweizern: Vordere Reihe: Cécile Wulf-Panchaud, Milca Huguenin, Sévane Maghdessian, Sibylle Huber, Raphaël Durgniat, Axel Willener, Sonja Schmid. Hintere Reihe: Jean-Luc Cattin, Oliver Staubli, Jeanette Pape, Samira Ben Jeddou, Nora Weibel, (es fehlt Martin de Bruin). Wir freuen uns auf Teil 2...

L'équipe IN 2008 avec des participants romands et alémaniques : en bas de gauche à droite : Cécile Wulf-Panchaud, Milca Huguenin, Sévane Maghdessian, Sibylle Huber, Raphaël Durgniat, Axel Willener, Sonja Schmid. En haut de gauche à droite : Jean-Luc Cattin, Oliver Staubli, Jeanette Pape, Samira Ben Jeddou, Nora Weibel, (manque: Martin de Bruin). Nous nous réjouissons de la 2^e partie...

C'est un énorme challenge dont le but est le même pour tous : le plaisir des enfants ... et, quelque part, le nôtre par la même occasion. Sur bien des plans, je suis sûre que nous ressortirons de cette manifestation enrichis d'une nouvelle et extraordinaire expérience.

Milca Huguenin, Dombresson
Instructrice ENFEAU en formation IN

SI-Lehrgänge 06/07 und 07/08: Abschlussworkshop und Diplomierung

Am 21. Juni fand mit dem Abschlussworkshop der letzte Teil der SI-Ausbildung statt. Die frischgebackenen Schwimminstruktorinnen und Schwimminstruktoren besammelten sich in Baar und machten sich zuerst auf eine kurze Wanderung. Der Weg führte entlang der Lorze wobei die Teilnehmenden nochmals auf die gesamte Ausbildungszeit zurückschauten. Gedanken und Erkenntnisse wurden später aufgeschrieben und in Form eines Hearings ausgewertet.

Beim gemütlichen Teil stand die Besichtigung der Höllgrotten auf dem Programm. Für einmal tauchten die Schwimmlehrkräfte statt unter Wasser in den Berg, um dort staunend festzustellen, was das Wasser vor Tausenden von Jahren für Kunstwerke geschaffen hat. Anschliessend offerierte swimsports.ch einen Apéro und das Nachtessen im Rest. Höllgrotten. Mit dem begehrten SI-Diplom in der Tasche ging es schliesslich nochmals steil den Berg hinauf zur Lorzentobelbrücke und mit dem Bus zurück zum Bahnhof Zug.

Oliver Staubli, SI-Verantwortlicher

Die frisch diplomierten SI's:

Jean-Marc Aebischer, Giffers
Barbara Baer-Esslinger, Männedorf
Graziella Brönnimann, Gattikon
Brigitte Ellenberger, Perlen
Roger Francioni, Zürich
Jelena Gassmann, Gutenswil
Susan Hoss, Thalwil
Jasmin Kölliker, Horgen
Anita Köstli, Zürich
Simone Nanzer, Zürich
Tatiana Neff-Grocka, Dübendorf
Manuela Reinert-Lazecki, Stäfa
Corinne Risi, Hochfelden
Claudia Rufer-Mural, Burgdorf
Susanne Wälchli, Langenthal
Corina Walther, Zürich

aqua-baby – ein Erlebnisbericht

Die knapp 2-jährige Bigna ist eine richtige Wasserratte. Mit Begeisterung rollt sie sich über eine auf dem Wasser liegende Matte, krabbelt durch ein Mattentunnel, spritzt wild und planscht vergnügt, springt hemmungslos vom Beckenrand ins Wasser und taucht dabei unter. Um wieder an den Beckenrand zu gelangen, unterstützt sie dabei ihr Vater, indem er ihr seinen Arm als Halt anbietet. Bigna hat noch nicht genug: Nochmals rein ins schwerele Nass, lebhaftes Strampeln mit den Beinen, rauf an die Wasseroberfläche, lachen und prusten und zurück an Papas Arm zum Beckenrand.



Seit Bigna vier Monate jung ist, besucht sie mit ihren Eltern Babybadekurse. Anfänglich war Bigna noch nicht so aktiv. Mit 4 Monaten genoss sie vor allem die Körpernähe zu ihrem Papa und ihrer Mama im warmen Element. Getragen werden vom Wasser, diese plötzliche fast uneingeschränkte Bewegungsfreiheit und beim Gleiten durchs Wasser das vorbeiströmende Wasser auf der Haut zu spüren, all diese angenehmen Sinneseindrücke haben Bignas Wasser-Erfahrungswelt schon von klein auf geprägt. Mit diesen freudvollen Wassererlebnissen legen Bignas Eltern für ihre Tochter die Basis zum späteren Schwimmenlernen, denn fruchtbares Lernen wächst aus positiven Erfahrungen.

Das eigentliche Schwimmenlernen ist noch nicht Ziel des Babybadekurses. Der Begriff Babyschwimmen, der sich in unserer Gesellschaft leider fast unausrottbar festgekrallt hat, ist daher fehl am Platz. Bigna macht aber bereits Erfahrungen mit schwimmtechnischen Elementen wie Gleiten, Schweben, Antreiben und Atmen. Natürlich sind diese Bewegungsanregungen und Spielangebote immer abgestimmt auf Bignas fortschreitende motorische und geistige Entwicklung. Kinder entwickeln sich nicht fahrplanmässig. Daher ist es für die Kursleiterin besonders wichtig, das Kind dort abzuholen, wo es steht, auf seine individuellen Bedürfnisse einzugehen und ängstliche Eltern zu ermutigen und zu erheitzigen zu bremsen.

Spielerisch gewinnt Bigna Vertrauen in die physikalischen Eigenschaften des Wassers, spürt seinen Auftrieb und erfährt seinen Widerstand. Im Wasser kann Bigna ihren natürlichen Bewegungsdrang so richtig ausleben. Eine soeben geschaffte Bewegungsaufgabe, wie zum Beispiel über ein wackliges Floss laufen und von da ins Wasser springen, macht Mut und weckt Neugierde auf Neues. Bigna stärkt so ihr Selbstvertrauen und ihre motorische Kompetenzen. Nicht nur im Hinblick auf die späteren Schwimmkurse sondern auch für ihre persönliche Entwicklung. Babybaden ist Grundlage für das spätere Schwimmenlernen, doch es ist noch viel mehr: Mit Babybaden wird nicht nur die motorische und geistige Entwicklung des Kindes unterstützt, sondern auch die Eltern-Kind-Beziehung intensiviert. Babybaden hat auch viele positive Auswirkungen auf die körperliche Entwicklung. So werden zum Beispiel die Muskeln gekräftigt und das Herz-Kreislaufsystem aktiviert. Fazit: Babybaden mit Spiel und Spass gehört einfach in ein Babyleben, sei es dass die Eltern diese innige Zeit im Wasser mit ihrem Sprössling genießen wollen oder, dass die Eltern ihrem Kind eine fruchtbare Grundlage fürs spätere Schwimmenlernen ermöglichen wollen.

Gestärkt mit vielen positiven Wassererlebnissen ist Bigna nun schon bald bereit für die nachfolgenden Wassergewöhnungs- und Schwimmkurse. Bigna allerdings schert sich nicht um diese Erläuterungen. Wasser macht doch einfach bloss Spass! Und mit kräftigen Strampelbewegungen gleitet sie am Arm ihres Vaters auf ein auf dem Wasser schwimmendes Bälleli zu, ergreift es, klettert damit an Land, wirft es rein und schwups springt sie nach. Heute bestimmt schon zum siebten Mal.

Helene Steffen
Verantwortliche der Ausbildung aqua-baby.ch
swimsports.ch

aqua-baby – un compte-rendu

A tout juste deux ans, Léa est un vrai poisson. Enthousiaste, elle roule sur le matelas pneumatique, traverse un tunnel de tapis à quatre pattes, éclabousse et barbote joyeusement, saute sans retenue depuis le bord de piscine, la tête en premier. Puis elle regagne le bord du bassin, se hisse en s'agrippant au bras de son père. Léa n'en a jamais assez : un nouveau bond, quelques mouvements de pédalage énergiques, la tête sous l'eau, puis hors de l'eau, des rires et à nouveau les bras de papa.

Depuis l'âge de quatre mois, Léa se rend avec ses parents aux cours destinés aux bébés. Au début, elle n'était pas très active. Elle appréciait avant tout la présence rassurante de papa et maman dans une ambiance chaleureuse. Portée par cette eau qui lui accorde soudainement une liberté de mouvement sans limite, Léa découvre aussi de nouvelles sensations, comme cette eau qui glisse sur la peau. Ces expériences aquatiques agréables, acquises dans les premiers mois de sa vie, sont des empreintes indélébiles. En permettant à leur fille de vivre ces moments-là, les parents de Léa posent en effet les bases d'un futur apprentissage de la natation fructueux car reposant sur des expériences positives.

L'apprentissage de la natation n'est pas en soi l'objectif de ces cours. Pour cette raison, la notion de bébés-nageurs est inappropriée, bien qu'elle soit malheureusement fortement ancrée dans notre société. Certes, Léa fait déjà l'expérience de certains éléments techniques de la natation comme glisser, flotter, se propulser et respirer. Mais ces premières ébauches de mouvement et propositions de jeux sont toujours adaptées au développement moteur et mental de Léa; le cahier de route diffère en effet d'un enfant à l'autre. Il est donc important pour les animatrices de composer leur cours en fonction des besoins individuels de chaque enfant et de rassurer les parents inquiets ou de freiner leurs ardeurs s'ils sont trop ambitieux.

Léa prend confiance en découvrant de manière ludique les propriétés physiques de l'eau – la flottabilité et la résistance. Dans cet élément, Léa peut y assouvir son besoin de bouger. Mener à bien un exercice – courir sur un radeau et plonger par exemple – donne du courage et attise la curiosité à découvrir des contrées inexplorées. Léa renforce ainsi sa confiance en soi et ses capacités motrices, non seulement dans l'optique des futurs cours de natation, mais aussi pour son développement personnel. La relation parents-enfants s'en retrouve aussi intensifiée. Ces cours ont en outre un effet positif sur le développement physique des enfants en bas âge, notamment au niveau du renforcement des muscles et de l'activation du système cardio-vasculaire. Moralité : cette activité ludique et plaisante s'intègre parfaitement dans la vie d'un bébé, soit parce que les parents souhaitent partager des moments complices avec leur enfant, soit parce qu'ils désirent lui offrir les bases nécessaires à un futur apprentissage de la natation.

A la faveur de ces premières expériences aquatiques et positives, Léa est désormais

prête pour franchir l'étape suivante et suivre les cours d'accoutumance à l'eau, puis de natation. Léa ne se préoccupe toutefois pas de ces considérations. A ses yeux, l'eau est seulement synonyme de plaisir ! Quelques mouvements de pédalage énergiques pour s'accrocher au bras de papa, trois ou quatre autres pour saisir la balle qui flotte, un effort pour sortir du bassin, un autre pour lancer la balle et finalement un nouveau plongeon ... C'était la septième fois que Léa se rendait à la piscine.

Helene Steffen
Responsable de formation aqua-baby.ch
de swimpsports.ch, suisse alémanique

Cours aqua-perfect Baby



Le cours aqua-perfect Baby s'est déroulé le 20 avril dans la magnifique piscine du centre « Rencontres » à Courfaivre dans le Jura. Les compétences des deux intervenants Gianni de Stefani et Riccardo Palumbo ont grandement contribué à la qualité de cette journée.

Nous avons ainsi pu expérimenter et aborder différentes notions primordiales à notre accompagnement aquatique. Nous avons pris conscience de l'importance de l'observation de notre posture, de notre respiration, de notre attention, d'abord sur nous-même pour mieux affiner ensuite l'attention à l'autre (parent, bébé), pour ajuster « l'accordage », améliorer la qualité du portage.

Nous avons expérimenté la complicité de l'eau pour mieux sentir la fluidité de cet élément afin de développer la fluidité dans nos mouvements et d'en faire un partenaire dans notre séquence.

Après avoir pratiqué une petite séquence avec des poupées, nous avons eu la chance d'avoir pu observer Riccardo et Gianni accompagner un groupe de parents avec leurs bébés âgés de 4 mois à 14 mois. C'est avec émotion que j'observais la délicatesse et la bienveillance dont se servait Riccardo pour créer un lien de confiance avec

chaque parent afin qu'il comprenne l'esprit et la subtilité de cet accompagnement aquatique et contribue ainsi à développer la sécurité de base de son enfant.



Une invitation à développer notre façon d'ETRE et de tempérer notre façon de FAIRE.

Un encouragement à poursuivre notre aventure aquatique en toute conscience.

Claire Sanglard-Vallat
responsable aqua-family.ch,
pratiquante en watsu

Corso aqua-perfect Baby – watsu Bebè

Esperienza di Riccardo Palumbo

Il corso Watsu per bebè del 20 aprile al centro « Rencontres » à Courfaivre nel canton Jura è stato molto interessante oltre che intenso ed emozionante. Ho conosciuto delle bellissime persone e da subito ho percepito un gradevole senso di accoglienza.

Prima di iniziare il corso ero un po' preoccupato. Mi chiedevo se il messaggio che avevo da comunicare poteva essere compreso e soprattutto accettato. Per fortuna la sensibilità delle 12 donne che avevo davanti mi ha dato la forza di procedere senza intoppi, a parte la mia completa ignoranza rispetto al francese... ma al di là della lingua e delle parole, che spesso sono superflue, il vero linguaggio che io e Gianni abbiamo adottato, è stato quello della presenza e del cuore. Abbiamo presentato una tecnica, dando poi possibilità alle partecipanti di sperimentare il vero significato dell'essere fluide e libere avendo un bebè fra le braccia...un nuovo modo per stare in contatto con se stessi, il bambino e appunto, l'acqua. Le allieve sono state bravissime in questo e sono molto contento che abbiamo colto l'importanza del fare non fare, dell'ascolto e della presenza consapevole, del resto, sono tutte qualità che oggi giorno è necessario portare in acqua e nei nostri corsi

perché i bimbi di oggi sono cambiati e come sto cercando di dimostrare con il mio ultimo lavoro, «la culla della vita», è necessario comprendere che l'uomo nuovo è colui che sa apprendere dalla sua stessa creazione.

Grazie a tutti coloro che hanno permesso di svolgere questo corso.

Riccardo Palumbo
cadre aqua-baby.ch, formatore watsu

Salon babyplanet



En septembre 2007 s'est déroulé le 5ème salon babyplanet au palais Beaulieu à Lausanne. Ce salon accueille de très nombreux exposants, majoritairement commerciaux, mais également associatifs.

Le stand de swimpsports.ch a permis de présenter son courant « aqua-baby », une autre façon d'accueillir les parents et leurs bébés dans un milieu aquatique. De très nombreux parents, futurs parents et grands-parents ont visité notre stand et peu d'entre eux connaissaient swimpsports.ch et sa philosophie d'accompagnement des activités aquatiques d'éveil. Il y a eu bien des questions, des réponses et des échanges intéressants. Effectivement tout comme sa philosophie, la promotion de ce courant est douce et sans agressivité.

Notre rôle fut comblé ; il a permis de faire découvrir à un public ciblé différentes alternatives « au bonheur de bébé et ses parents dans l'eau ».

Nous remercions les organisateurs pour leur serviabilité et amabilité et nous sommes prêtes à reconduire l'expérience du 3 au 5 octobre 2008. Venez nous rejoindre !

Leni Moll, responsable aqua-baby.ch
Christine Leiser, cadre aqua-baby.ch



News Schweizerischer Schwimmverband

Einführungskurse J+S Kids im Schwimmsport

J+S baut sein Angebot im Rahmen des Projekts J+S Kids aus und bietet – unter Vorbehalt der Zustimmung von National- und Ständerat – den Schwimmsportvereinen ab 1.1.2009 die Möglichkeit an, im Rahmen von J+S Kids polysportive Kurse für Kinder von 5–10 Jahren anzumelden und abzurechnen. Der Schweizerische Schwimmverband begrüsst das verstärkte Engagement von J+S und lädt die Vereine ein, die neuen Möglichkeiten zu nutzen. Eine vielseitige Bewegungsförderung im Alter von 5 bis 10 Jahren legt den Grundstein für den weiteren sportlichen Werdegang. Wir würden uns deshalb freuen, wenn du dich auf dieser Stufe weiterhin und bald schon im Rahmen von J+S Kids engagieren würdest. Wenn du zurzeit als Leiter/in mit Kindern tätig bist und eine Anerkennung des Verbandes auf Kinderstufe (Inhaber eines Kidstrainerbrevets) und/oder als J+S-Leiter/in besitzt, hast du die Gelegenheit, einen J+S Einführungskurs Kids (2 Tage) zu absolvieren. Die Ausbildung führt zur Anerkennung J+S-Leiter/in Kids und berechtigt dich dazu, ein Angebot für 5-10-Jährige in deinem Verein unter J+S Kids durchzuführen. Die Anmeldung für die Einführungskurse erfolgt über deinen J+S-Coach im Verein. Die Einführungskurse werden vom Schweizerischen Schwimmverband organisiert und sind ab Juli 2008 unter folgenden Links abrufbar:

- www.fsn.ch → J+S Kids → J+S Einführungskurse Kids,
- www.jugendundsport.ch → Schwerpunkte → J+S Kids → J+S Einführungskurse Kids.

Wir hoffen, dich in einem dieser Einführungskurse begrüßen zu dürfen, und wünschen dir in deiner Tätigkeit als Leiter/in weiterhin viel Freude.

Trainerseminare des Schweizerischen Schwimmverbandes

Alle Sportarten des Schweizerischen Schwimmverbandes möchten auch in Zukunft das Ausbildungsniveau der Trainer kontinuierlich steigern. Diesem Ziel wird unter anderem mit den alljährlich stattfindenden Trainerseminaren Rechnung getragen. Folgende Seminare werden noch bis Ende Jahr angeboten:

Folgende Seminare werden noch bis Ende Jahr angeboten:

- FSN-SY Synchro, Trainerseminar B/C, 13.–14.09.2008
- FSN-SW Schwimmen, Trainerseminar Leistungssport, 20.–21.09.2008
- FSN-SD Wasserspringen, Trainerseminar, 4.–5.10.2008
- FSN-SY Synchro, Trainerseminar A/B, 25.–26.10.2008
- FSN-WP Wasserball, Trainerseminar, 22.–23.11.2008

Nicole Schrader
Ausbildung SSCHV

Cours d'introduction J+S Kids sports aquatiques

J+S développe une nouvelle offre dans le cadre du projet J+S-Kids – après l'approbation du Conseil National et du Conseil des Etats – les sociétés sportives aquatiques auront la possibilité, dès le 1^{er} janvier 2009, dans le cadre de J+S-Kids d'annoncer des cours, subventionnés, pour les enfants de 5 à 10 ans. La Fédération Suisse de Natation salue le travail entrepris par J+S et invite les sociétés à utiliser ces nouvelles offres. La promotion globale du mouvement chez les enfants de 5 à 10 ans est un premier pas vers une carrière sportive. C'est pourquoi nous te remercions de ton investissement et serions heureux si tu t'engages dans le cadre de J+S-Kids. Si tu es actuellement moniteur auprès des enfants et que tu as une reconnaissance de ta fédération ou que tu es moniteur J+S, tu as la possibilité de suivre un cours d'introduction J+S de 2 jours. Ce cours te permettra d'être reconnu en tant que moniteur J+S-Kids et d'organiser des cours Kids pour les enfants âgés de 5 à 10 ans. L'inscription pour des cours d'introduction se fait par le coach J+S de la société. Les cours d'introduction seront organisés par la Fédération Suisse de Natation et seront publiés, dès juillet, sous les liens suivants :

- www.fsn.ch → J+S Kids → Cours d'introduction J+S Kids,
- www.jugendundsport.ch → Secteur d'activité → J+S Kids → Cours d'introduction J+S Kids.

Dans l'attente de pouvoir te compter parmi nous lors de ce cours d'introduction, nous te souhaitons plein succès dans ton activité de moniteur.

Nicole Schrader
Formation FSN

SLRG Jubiläumsjahr

1933 wurde die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG gegründet. Nach 75 Jahren kann die SLRG auf viele Erfolge zurückblicken.



Am 09.04.1933 erblickte die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft im Restaurant «Zur Kaufleuten» in Zürich das Licht der Welt. Nach einigen Anlaufschwierigkeiten wuchs das kleine, zerbrechliche Baby heran zu einer bedeutenden und

starken Organisation im Schweizer Rettungswesen. Immer wieder hat die SLRG Innovationskraft und Tatendrang unter Beweis gestellt. Sei dies die Wasserrettung, weltweite Wiederbelebungsstandards, Blutspenden, Luftrettung – die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft hat in den vergangenen 75 Jahren viel bewegt und erreicht.

Durch meine Teilnahme an Schweizer Meisterschaften, an Konferenzen, regionalen Veranstaltungen und bei Kontakten mit Partnerorganisationen wie zum Beispiel dem Schweizerischen Roten Kreuz, swimsports.ch oder auch der Carnegie Stiftung, durfte ich vieles über die ehrenamtlich funktionierende SLRG lernen und gleichzeitig erfahren, wie gross der Stellenwert und das Ansehen der SLRG im Verlaufe der letzten 75 Jahre geworden ist.

Ins Jubiläumsjahr ist die SLRG am 25.05.2008 mit einer nationalen Medienkonferenz, der am nächsten Tag eine Delegiertenversammlung folgte, die in einem dem Jubiläumsjahr würdigen Rahmen in Estavayer-le-Lac über die Bühne ging. Weitere Anlässe folgen im Herbst 2008.

Der Schutz des Lebens wird weiterhin die Triebfeder sein für all unsere ehrenamtlichen Mitglieder und Brevetierten, einen wichtigen Teil ihrer Freizeit für die SLRG einzusetzen. Mit einer Studie zu Wasserunfällen und deren Folgen wollen wir Grundlagen erarbeiten lassen, die für das künftige Wirken der SLRG dienen sollen.

Es ist mir an dieser Stelle ein Anliegen, allen unermüdbaren Helferinnen und Helfern von Herzen zu danken, die unsere SLRG seit 1933 begleitet, gestützt und vorwärts gebracht haben. Viele dieser Menschen haben viel-

leicht ihr eigenes Leben riskiert, um ein anderes Leben zu retten. Die meisten mussten dies wohl noch nie tun, sind aber bereit, solche Einsätze zu leisten. Dafür gebührt ihnen unsere grosse Anerkennung.

Ich danke auch allen Partnerorganisationen, auf deren Unterstützung und Mitarbeit wir immer wieder zählen dürfen.

Peter Galliker
Zentralpräsident SLRG

In Anerkennung der geleisteten Arbeit hat die Schweizerische Post eine SLRG-Briefmarke in das Sortiment 2008 aufgenommen.

En reconnaissance du travail accompli, la Poste Suisse a émis un timbre spécial en faveur de la SSS.

Come riconoscimento per il lavoro svolto, la Posta Svizzera ha inserito un francobollo della SSS nell'assortimento del 2008.



L'année du jubilé de la SSS

La Société Suisse de Sauvetage SSS fut fondée en 1933. En 75 ans d'activité, elle a pu comptabiliser de nombreux succès.

En effet, le 9 avril 1933, la Société Suisse de Sauvetage SSS fut fondée au restaurant « Zur Kaufleuten » à Zurich. Après quelques années difficiles, la jeune société s'est développée pour devenir au fil du temps une organisation forte et importante dans le domaine du sauvetage en Suisse. La SSS a toujours fait preuve d'innovation et de motivation. Soit avec le sauvetage en milieu aquatique, l'introduction au niveau mondial de la respiration artificielle en tant que mesure de réanimation, ou la fondation de la Garde Aérienne Suisse de Sauvetage, durant les 75 dernières années, la

SSS a fait bouger beaucoup de choses et atteint de nombreux objectifs.

De par ma participation aux Championnats suisses, aux conférences, aux manifestations régionales et lors de contacts avec les organisations partenaires, comme par exemple la Croix-Rouge Suisse, swimsports.ch ou la Fondation Carnegie, et non en dernier lieu à cause du contact avec les membres dans les sections SSS j'ai beaucoup appris au sujet du fonctionnement de la SSS, basée principalement sur le bénévolat. En même temps, j'ai pu constater à quel point la position et la reconnaissance de la SSS a augmenté en 75 ans d'activité.

L'année du jubilé a débuté le 25 mai 2008 lors de trois conférences de presse qui ont eu lieu simultanément dans 3 villes suisses. Le lendemain, c'est l'assemblée des délégués qui a eu lieu dans un cadre très festif à Estavayer-le-Lac. D'autres manifestations suivront en automne 2008.

La protection et le sauvetage de vies humaines restera la motivation première pour tous nos membres brevetés et bénévoles qui consacrent une grande partie de leur loisir à la SSS. Une étude au sujet des accidents aquatiques et leurs suites devrait fixer les bases pour les activités futures de la SSS.

Je ne voudrais pas manquer de remercier de tout cœur tous les bénévoles infatigables qui, depuis 1933 accompagnent, soutiennent et font avancer la SSS. Beaucoup de personnes ont peut-être déjà risqué leur propre vie pour sauver la vie d'autrui. La plupart des nageurs sauveteurs n'a pas encore été confrontée à une situation d'urgence, mais serait prête à porter secours ; je leur exprime ma plus profonde reconnaissance.

J'exprime également ma gratitude aux organisations partenaires pour leur soutien inconditionnel et leur collaboration très appréciée.

Peter Galliker
Président central SSS

Anno dell'anniversario SSS

La Società Svizzera di Salvataggio SSS è stata fondata nel 1933. Dopo 75 anni la SSS può guardare a molti successi ottenuti.

Il 9 aprile 1933 nel ristorante « Zur Kaufleuten » di Zurigo si costituì la Società Svizzera di

Salvataggio. Dopo alcune difficoltà di partenza, il piccolo e fragile germoglio è cresciuto diventando un'organizzazione forte e incisiva nell'ambito del salvataggio svizzero. La SSS ha sempre dato prova della sua forza innovatrice e del suo dinamismo. Sia che si tratti di salvataggio in acqua, regole internazionali di rianimazione, donazione del sangue o salvataggio aereo, la Società Svizzera di Salvataggio ha messo in moto e realizzato molto negli scorsi 75 anni.

Con la mia partecipazione ai Campionati svizzeri, a conferenze, a manifestazioni regionali, e attraverso i contatti con organizzazioni partner come ad esempio la Croce Rossa Svizzera, swimsports.ch o anche la Fondazione Carnegie, ho avuto modo di imparare molto sulle attività di volontariato della SSS e nel contempo di sperimentare quanto siano cresciuti il valore e l'immagine della SSS nel corso degli ultimi 75 anni.

Nell'anno dell'anniversario, con la conferenza stampa nazionale del 25 maggio 2008, seguita dall'Assemblea dei delegati il giorno successivo, la SSS è salita sul palcoscenico a Estavayer-le-Lac, in una cornice degna dell'anno dell'anniversario. Ulteriori manifestazioni seguiranno nell'autunno del 2008.

La tutela della vita continuerà ad essere la forza motrice che spingerà tutti i nostri membri volontari e i possessori di brevetto a dedicare una parte importante del loro tempo libero alla SSS. Con uno studio sugli incidenti in acqua e le loro conseguenze desideriamo elaborare i fondamenti che dovranno servire per costruire il futuro della SSS.

Colgo l'occasione per ringraziare di cuore tutti coloro che dal 1933 hanno accompagnato, sostenuto e portato avanti infaticabilmente la nostra SSS. Molte di queste persone hanno probabilmente anche rischiato la propria vita per salvarne un'altra. La maggior parte di esse non ha ancora dovuto farlo, ma sarebbe pronta a tali interventi. Per questo motivo meritano il nostro massimo riconoscimento.

Ringrazio anche tutte le organizzazioni partner, sul cui appoggio e sulla cui collaborazione possiamo sempre contare.

Peter Galliker
Presidente Centrale SSS

News

Die Kurse der Aquademie® für Wasserfitness stehen auch Personen offen, die nicht Wasserfitness-SpezialistInnen sind.

Das senkrechte Bewegen im Wasser kann als Wasserfitness-Training im tiefen oder flachen Wasser für sich stehen oder das Schwimmen mit spannenden Bewegungselementen ergänzen. Ein paar Weiterbildungsideen dazu:

Sa/So 23./24.8.08 AquaJogGym-Modul Zürich

Das senkrechte Trainieren im Wasser bietet neben dem waagrechten schwimmerischen Bewegen spannende Herausforderungen. Dieser Kurs vermittelt die Grundlagen des TIEFWasser-Unterrichts mit Gurt und Weste.

So 21.9.08 Fit-für-2 (Schwangere) Zürich

Kaum ein Bewegungsangebot ist besser geeignet für Schwangere als das Training im Wasser. Schwangere können sowohl in normale Gruppen integriert, als auch in speziellen Fit-für-2-Kursen gefördert werden.

Sa/So 13./14.9.08 Aqua-BODY-Modul Zürich

Als Sportunterrichtende trainieren wir den Bewegungsapparat, den Kreislauf und das Nervensystem. Minimale anatomische Kenntnisse sind unerlässlich, um den Menschen richtig zu fordern und zu formen, egal ob im Wasser oder an Land, im Schwimmen oder in der Wasserfitness. Das Aqua-BODY-Modul vermittelt auf unterhaltsame Weise die grundlegenden Körperkenntnisse. Als Unterrichtende müssen wir nicht alle 300 Muskeln im Detail kennen. Das Beherrschen der 20 wichtigsten

Muskeln genügt als Fundament für gezieltes Bewegungslernen und effizientes Trainieren.

Sa 25.10.08 TIEFWasser-GYM Zürich

Das Krafttraining im TIEFWasser ist wegen der Schwerelosigkeit und der fehlenden Stabilität anspruchsvoll und braucht Köpfchen, damit es effizient ist. Der Kurs zeigt, wie Geräte im TIEFWasser clever und wirksam eingesetzt werden.

Sa 25.10.08 Aqua-Med Schulter plus Zürich

Der Schultergürtel ist ein empfindliches und kompliziertes Gelenksystem. Überlastungen in der Schulter sind im Schwimmen und in der Wasserfitness ein Thema. Darum sind Kenntnisse der Gelenkstrukturen der wichtigsten Krankheitsbilder wichtig. So kann der Schultergürtel gezielt und sicher trainiert werden. Der Kurs vermittelt neben den theoretischen Grundlagen Übungen für das TIEF- und FLACHwasser mit und ohne Handgeräte.

So 2.11.08 Aqua-Cardio Zürich

Kreislauftraining ist die tragende Säule der Fitness. Der Kurs liefert die nötigen Grundlagen und Methoden. Die über 50 kurzweilige Trainings-Ideen für das Jogging und Walking im brusttiefen Wasser sind in einer 52seitigen, illustrierten Broschüre dokumentiert.

Weitere Informationen: www.aquademie.ch, info@aquademie.ch, 031 990 10 01

Information de l'Aquademie

Les cours de l' Aquademie® s'adressent aussi aux personnes qui ne sont pas spécialistes du fitness aquatiques.

Pourquoi ne pas commencer une fois une le-

çon de natation par un échauffement de gymnastique aquatique plutôt que de nager? Les deux cours suivants proposent de nombreuses idées :

TopTen 50plus, di 7.09.08, Lausanne

Cours en collaboration avec Pro Senectute Suisse Romande.

C'est le top ! 10 variantes d'exercices en eau NON PROFONDE à développer sur 10 semaines de manière variée et motivante pour les 50plus.

- Vous recevez 2 parties de programme en musique : 10 Top-exercices dans un programme par intervalles avec 90" d'exercices et 45" de course (au total 27') et un programme varié de 25 minutes.
- Vous apprenez à développer 10 Top-exercices sur 10 semaines de telle manière que vos clients 50plus fassent des progrès et apprécient la variété.
- Avec les 2 parties de programme, vous pouvez construire un cours divertissant de 10 semaines en eau NON PROFONDE pour un public 50plus.
- Vous recevez une brochure illustrée (une planification toute prête avec tous les exercices, 10 esquisses de leçon, un aperçu du cours) qui vous permet de réaliser ce programme durant 10 leçons de 45 minutes.

Aqua Kick & Punch, di 2.11.08, Neuchâtel

Principes – idées – méthodes pour créer un cours des Arts Martiaux dans l'eau ou une base pour intégrer une combinaison des kicks & punches dans tes cours normaux, avec Elisa Kant.

Elisa Kant est licenciée en Education Physique et Européen Master in Sport management. Elle a créé sa propre société Otchi en Belgique avec laquelle elle fournit des conventions et des formations en fitness aquatique pour toute l'Europe. En 2005, elle a reçu le prix SHAPE UP Europe pour conférencière de l'année : catégorie aquatique. Elle est sélectionnée pour ce prix comme troisième candidate trois ans d'affilée; pour 2005, 2006 et 2007.

- Vous apprenez à utiliser les différentes techniques des arts martiaux adaptés à l'eau.
- Vous apprenez à intégrer des kicks et des punches dans vos cours habituels
- Vous recevez une documentation illustrée avec tous les contenus du cours
- Vous pouvez acheter les cd de musique utilisés pendant le cours

D'autres informations: www.aquademie.ch/f, info@aquademie.ch, 031 990 10 01





Sonnenschutz beim Schwimmen

Die Sonne lockt wieder Badefreudige ins Freie und ins Schwimmbad. Wer nun denkt, im Wasser sei man vor der Sonne geschützt, täuscht sich: Auch unter Wasser dringen schädliche Sonnenstrahlen durch. Besonders die zarte Kinderhaut braucht einen guten Schutz.

Die Sonne lockt, und das kühlende Nass im Schwimmbad noch mehr. Die warmen Sonnenstrahlen bringen den Kreislauf in Schwung, Haut und Organe werden besser versorgt. Ultraviolette Strahlen wirken aber besonders intensiv und können Haut und Augen schädigen.

In der Freizeit und im Wasser

Es gilt deshalb auch im Schwimmbad, sich konsequent vor den UV-Strahlen zu schützen, um die Haut vor einer frühzeitigen Alterung zu bewahren und das Hautkrebsrisiko zu senken. Beim Aufenthalt im Freien ist immer ein Sonnenschutz nötig! Kälte und Bewölkung können oft über die Strahlenintensität hinweg täuschen, aber auch bei bedecktem Himmel dringen bis zu 80% der UV-Strahlen durch die Wolkendecke. Helle Flächen wie Wasser, Sand und Beton reflektieren die UV-Strahlen und verstärken so deren Wirkung. Daran müssen besonders Wassersportler denken; sie benutzen mit Vorteil einen wasserfesten Sonnenschutz mit hohem Lichtschutzfaktor. In einer Wassertiefe von 50 cm erreichen immer noch 60% der UVB- und 85% der UVA-Strahlen die Haut. Da auch wasserfeste Sonnenschutzmittel durch den Aufenthalt im Wasser und beim Abtrocknen abgerieben werden, ist mehrmaliges Auftragen notwendig.



Morgen- und Abendsonne ist milder

Idealerweise geniessen die Badegäste die weniger intensiven Sonnenstrahlen am Vormittag oder am späteren Nachmittag oder halten

sich im Schatten eines grossen Baums oder eines Sonnenschirms auf: Auch dort gelangen durch Rückstrahlung noch genug UV-Strahlen an ihre Haut. Wer aber die Sonnenschutz-Tipps (siehe Kasten) konsequent einhält, geht am Abend mit heiler Haut vom Schwimmbad nach Hause statt krebsrot gebrannt.

Sonnenschutz-Tipps

- Sonnenbrand vermeiden
- Zwischen 11 und 15 Uhr im Schatten bleiben
- In der Sonne Hut, Sonnenbrille und geeignete Kleidung tragen
- Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor (mind. LSF 15) auftragen
- Aufenthalt in der Sonne zeitlich dem eigenen Hauttyp anpassen
- Haut regelmässig auf Veränderungen untersuchen

Die Broschüre «Hau(p)tsache Sonnenschutz» und das Booklet «Hautkrebs – Risiken und Früherkennung» können kostenlos bei der Krebsliga Schweiz oder bei den kantonalen Krebsligen bestellt werden: Tel. 0844 85 00 00; E-Mail: shop@krebisliga.ch

Sonnenschutz-Tipps speziell für Kinderhaut

- Kinder sollten sich vor allem im Schatten aufhalten und eine Kopfbedeckung, ein T-Shirt und eine Sonnenbrille mit 100% UV-Schutz tragen.
- Kleinkinder bis zum ersten Lebensjahr sollten überhaupt nicht der direkten Sonne ausgesetzt werden.
- Zum Schutz des Gesichtes eignet sich ein breitrandiger Hut.
- Für Kinder, die oft im Freien sind, empfiehlt sich das Tragen von speziellen UV-Schutz-Textilien oder Kleidern in kräftigen Farben.
- Die von Kleidern nicht bedeckten Körperstellen sind mit einem Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor (mind. LSF 25) einzucremen.
- Um das Unverträglichkeitsrisiko möglichst klein zu halten, ist bei Kindern ein spezielles Sonnenschutzmittel angebracht. Es sollte einen hohen Lichtschutzfaktor aufweisen, wasserfest sein, vorwiegend Mikropigmente als UV-Filter und weder Duftstoffe, Alkohol noch Konservierungsstoffe enthalten.
- Wichtig ist, dass alle Sonnenschutzmittel nach dem Baden erneut aufgetragen werden, auch wenn sie als wasserfest bezeichnet sind, da sie beim Abtrocknen abgerieben werden.
- Vor allem die sensiblen Körperzonen wie Lippen, Ohren, Nase, Schultern und Fussrücken gilt es gut zu schützen. Geschlossene Schuhe eignen sich besser als Sandalen.
- Kinder brauchen auch im Schatten viel Flüssigkeit. Am besten sind Wasser, ungezuckerter Tee und verdünnte Fruchtsäfte.

Protection solaire dans l'eau

Le soleil invite de nouveau les amateurs de baignade à sortir au grand air et à se ruer vers les piscines. Penser que l'on est protégé du soleil dans l'eau est une erreur: l'eau n'arrête pas les rayons du soleil nocifs! La peau tendre des enfants, en particulier, a besoin d'une bonne protection.

Le soleil attire, et un plongeur rafraîchissant dans la piscine, encore plus. Les rayons du soleil stimulent l'organisme; la lumière exerce un effet bénéfique sur le moral, nous nous sentons en meilleure forme. Mais les rayons ultraviolets (UV) provoquent aussi des dommages à l'intérieur des cellules; ils peuvent aussi causer des lésions au niveau des yeux.

Pendant les loisirs et dans l'eau

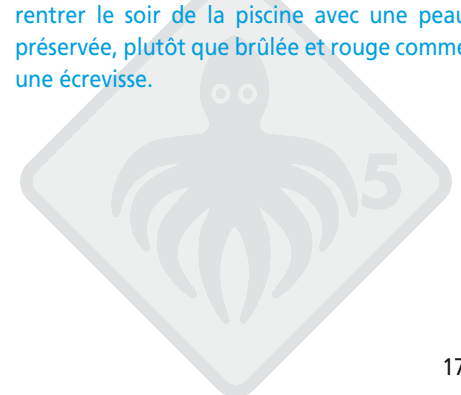
En respectant quelques règles simples à la piscine également, nous pouvons parfaitement en profiter, sans que notre peau en paie le prix plus tard.

Tout séjour à l'extérieur exige une protection solaire en toutes circonstances! Le froid et un ciel voilé nous induisent à sous-estimer l'intensité des rayons UV. Par temps couvert, jusqu'à 80% des rayons UV traversent la couverture nuageuse! Les surfaces claires –eau, sable ou béton– réfléchissent les UV. La réverbération accentue donc l'effet du soleil.

Les adeptes de sports aquatiques doivent particulièrement être vigilants: n'oubliez pas d'en mettre sur le dos des mains et de renouveler l'application, même si le produit est résistant à l'eau (à cause des frottements). A 50 centimètres de profondeur, 60% des UVB et 85% des UVA sont encore présents.

Le soleil du matin et du soir est moins fort

Les baigneurs profiteront d'une moindre nocivité des rayons du soleil le matin ou en fin d'après-midi, ou bien à l'ombre d'un grand arbre ou d'un parasol: même à l'ombre, leur peau est encore exposée à un certain nombre de rayons UV en raison de la réverbération. Mais suivre quelques conseils en matière de protection solaire (voir encadré) permettra de rentrer le soir de la piscine avec une peau préservée, plutôt que brûlée et rouge comme une écrevisse.



Pour profiter du soleil, optez pour la sécurité!

- Evitez les coups de soleil
- Préférez l'ombre au soleil, surtout entre 11 et 15 heures
- Au soleil, portez chapeau, lunettes et habits protecteurs
- Optez pour un produit solaire avec un indice de protection élevé (IPS 15 ou plus)
- Ne prolongez pas indéfiniment votre exposition au soleil
- Contrôlez régulièrement vos grains de beauté

La brochure sur la protection solaire « Soleil, sauve qui peau! » et la brochure d'information « Cancer de la peau – Risques et dépistage » peuvent être commandées gratuitement auprès de la Ligue suisse contre le cancer ou auprès des ligues cantonales contre le cancer: Tél. 0844 85 00 00; courriel: shop@krebssliga.ch

Conseils de protection solaire pour la peau des enfants

- Les enfants devraient avant tout se tenir à l'ombre. Mettez-leur un t-shirt, un chapeau qui protège la nuque et le visage et des lunettes de soleil qui assurent une protection totale contre les rayons UV.
- Un enfant ne devrait jamais être exposé directement au soleil avant l'âge d'une année.
- Pour protéger le visage, un chapeau à larges bords est nécessaire.
- Pour les enfants qui passent beaucoup de temps dehors, des textiles spéciaux anti-UV ou des vêtements de couleurs vives sont recommandés.
- Pour les parties du corps qui ne sont pas couvertes par des vêtements, utilisez un produit solaire avec un indice de protection élevé (25 ou plus).
- Un produit solaire spécialement adapté aux enfants est recommandé: indice élevé, produit résistant à l'eau, sans parfum, sans alcool, sans agents de conservation et à base de filtres physiques (micropigments) pour limiter le risque d'intolérance.
- L'application d'un produit, même s'il est résistant à l'eau, doit être renouvelée après chaque baignade, car il peut être enlevé par frottement.
- N'oubliez pas les zones sensibles: lèvres, oreilles, nez, épaules, cou-de-pied; ces derniers sont mieux protégés dans des souliers fermés que dans des sandales ou des espadrilles.
- Donnez suffisamment à boire aux enfants même s'ils restent à l'ombre, si possible de l'eau, des boissons non sucrées ou des jus de fruits dilués.

Protezione solare in piscina

Il caldo sole invita a una nuova stagione di bagni, sia nella natura che in piscina. Chi però crede che l'acqua protegga dal sole, si sbaglia: anche sott'acqua penetrano i dannosi raggi solari. Specialmente la pelle delicata dei bambini richiede un'ottima protezione.

Un bel sole è invitante e un bagno rinfrescante in piscina lo è ancor di più. I caldi raggi del sole stimolano l'organismo; la luce esercita un effetto benefico sul morale, ci sentiamo meglio, più attrattivi e più in forma. I raggi ultravioletti hanno purtroppo un'energia maggiore e possono danneggiare la pelle e gli occhi.

All'aria aperta e in acqua

Occorre proteggersi rigorosamente dai raggi UV anche in piscina per difendere la pelle dall'invecchiamento precoce e per abbassare il rischio di cancro della pelle. Il freddo e l'annuvolamento spesso ci fanno sottovalutare l'intensità dei raggi. Anche con cielo coperto, fino all'80% di raggi UV penetrano attraverso le nubi. Le superfici chiare come l'acqua, la sabbia o il cemento riflettono i raggi UV, intensificandone l'effetto.

Gli sportivi attivi in acqua devono fare particolare attenzione; nuotatori e altri appassionati di sport acquatici utilizzeranno di preferenza una crema solare resistente all'acqua. Il 60% degli UVB e l'85% degli UVA penetrano nell'acqua fino a 50 centimetri di profondità. E' necessario ripetere l'applicazione regolarmente poiché anche un prodotto idrorepellente viene eliminato dall'attrito con l'acqua e dalla frizione dell'asciugamano.

Il sole del mattino e della sera è meno forte

Chi frequenta la piscina dovrebbe preferire l'insolazione meno intensa del mattino o del pomeriggio inoltrato, oppure stare all'ombra di un grande albero o di un ombrellone: anche all'ombra ci si abbronzia per il riflesso dei raggi UV. Seguendo scrupolosamente i consigli per proteggersi dal sole (vedi riquadro), la sera si tornerà a casa dalla piscina con una pelle sana e non rossa come un'aragosta.

L'opuscolo per la protezione solare «Sole, una questione di pelle» e la brochure «Cancro della pelle – Rischi e diagnosi precoce» possono essere ordinati gratuitamente presso la Lega svizzera contro il cancro o tutte le leghe cantonali: Tel.: 0844 85 00 00; E-mail: shop@krebssliga.ch

Consigli di protezione solare

- Evitare le scottature solari
- Stare all'ombra fra le ore 11 e le 15
- Sotto il sole indossare cappello, occhiali da sole e vestiti adatti
- Utilizzare prodotti solari con indice di protezione alto (almeno SPF 15)
- Adattare il tempo di esposizione solare al proprio tipo di pelle
- Non esporre mai alla luce diretta del sole bambini di età inferiore a un anno
- Esaminare regolarmente la pelle in vista di eventuali alterazioni



Consigli di protezione solare per bambini

- Evitare qualsiasi scottatura.
- Bambini piccoli di età inferiore a un anno non dovrebbero mai essere esposti alla luce diretta del sole.
- I bambini dovrebbero soprattutto stare all'ombra e indossare un copricapo, una maglietta e un paio di occhiali da sole con protezione 100% fino a 400 nanometri.
- Per proteggere il viso si presta un cappello a tesa larga.
- Ai bambini che stanno spesso all'aperto si raccomanda di indossare tessuti speciali, dotati di protezione UV, o vestiti di colori intensi.
- Le parti del corpo non protette dai vestiti sono da proteggere con un prodotto solare dal fattore di protezione alto (almeno SPF 25).
- Per abbassare il più possibile il rischio d'intolleranza, nei bambini è indicato l'uso di un prodotto solare particolare. Dovrebbe essere dotato di un fattore di protezione alto, resistere all'acqua, contenere prevalentemente micropigmenti quali filtri UV ed essere privo di profumi, alcool o sostanze conservanti.
- Dopo il bagno è importante applicare nuovamente tutti i tipi di prodotti solari, anche se sono dichiarati resistenti all'acqua, perché asciugandosi il prodotto viene eliminato.
- Sono da proteggere in modo particolare le zone del corpo più sensibili come labbra, orecchie, naso, spalle e dorso del piede. Scarpe chiuse sono più indicate dei sandali.
- I bambini hanno bisogno di molti liquidi, anche all'ombra. I più indicati sono l'acqua, il tè non zuccherato e i succhi di frutta diluiti.

Campagne d'hygiène

C'est dans le cadre de l'hygiène des baigneurs que swimsports.ch souhaite et peut apporter son soutien au moyen d'une information ciblée et proposer une campagne d'hygiène. En effet un groupe de travail s'est formé cette année.

D'autre part, une enquête a été effectuée sur l'exposition à la trichloramine dans une trentaine de piscines dans les cantons du Jura, Neuchâtel et Fribourg. Elle a été mise en place sous l'égide de la législation de protection de la santé au travail et de la protection du public. Le projet a reçu le soutien financier de l'Office fédéral de la santé publique et de la Suva. Les résultats seront connus dans le courant du mois de septembre et nous ne manquons pas de vous en informer.

Si ce thème vous intéresse, deux émissions ont été diffusées à la radio et à la télévision en Romandie. Vous pouvez les trouver sur leur site :

- émission « on en parle » du 24 avril 2008
<http://www.rsr.ch/la-1ere/on-en-parle/selectedDate/24/4/2008#jeudi>
- émission « 36,9 » du 14 mai 2008
<http://www.tsr.ch/tsr/index.html?siteSect=313000>

Avec nos cordiales salutations

Dany Sollero
Responsable Cellule romande

Kommunikation vom Feinsten

- Kommunikationsberatung
- Grafik
- Websites
- Druck
- Verlagsservice

www.jordibelp.ch

jordi DAS MEDIENHAUS

Kurse swimsports.ch

Jetzt anmelden!

In folgenden Kursen hat es noch freie Plätze

Informationen unter www.swimsports.ch → Kurse/Ausbildung oder durch die Geschäftsstelle

132/08 aqua-progress.ch I

01.11.08 in Zürich

Sie werden sich Ihrer persönlichen Schwimmtechnik bewusst, lernen Ihre Stärken und Schwächen kennen und erhalten Anregungen zur Korrektur und Verbesserung der eigenen Schwimmtechnik.

Der Kurs eignet sich auch als Ergänzung zum Kurs aqua-technic.ch und zur Vorbereitung auf die Prüfung aqua-technic.ch.

155/08 aqua-technic.ch

13./14.9.08 und 6./7.12.08 in Zürich

Technikdiagnosen unter Einsatz von Video und Beurteilungskriterien. Schulung der Kernbewegungen und der persönlichen Technik. Analysieren, individuelles Korrigieren und korrektes Vorzeigen. Dank kleinen Gruppen ist eine individuelle Betreuung gewährleistet. Voraussetzung für die Ausbildung aqua-kids.ch.

471/08 aqua-perfect Prim

27.09.08 in Zürich

Probleme im Schwimmunterricht mit Kindern und Erwachsenen mit Sprach- und Wahrnehmungsdefiziten.

Kennen lernen alternativer Unterrichtsformen u.a. nonverbaler Unterricht, Pantomime usw.

Kommission Ausbildungen Schwimmsport Schweiz KomAuSS

22.10.08 in Olten

Cours swimsports.ch

Profitez des prochaines formations en 2008

Nous avons encore quelques places de libre !

6 septembre :

aqua-perfect « Obésité » à Neuchâtel

7 septembre :

kids-safety.perfect à Neuchâtel ou Estavayer-le-Lac

5 juillet :

aqua-perfect Kids : 4 nages à Charmey/FR

27 septembre :

examen aqua-technic.ch Neuchâtel

27-28 septembre :

formation aqua-family.ch à Courfaivre / JU

28 septembre :

« Natation et problème respiratoires » à Neuchâtel - Ligue pulmonaire suisse en collaboration avec swimsports.ch

5 octobre :

cours CIM à Genève

25 octobre + 7-9 novembre :

cours AFA « Aqua-Fitness avec les Aînés » à Hitzkirch / LU

Alors n'hésitez pas de consulter le plan de cours sur notre site ! Nous attendons vos inscriptions par écrit ou nous vous donnons volontiers de plus amples informations.

Dates encore à retenir

19 novembre :

séance « Comcoord » à Yverdon (env. 17h00-19h30)

22 novembre :

formation continue pour les maîtres de stage à Yverdon (env. 13h00-16h30)

Bischoff
ST. GALLEN · SCHWEIZ

BISCHOFF TEXTIL AG
BOGENSTRASSE 9
CH-9001 ST. GALLEN
TELEFON 071/272 01 11
TELEFAX 071/272 03 97
E-MAIL bitex@bischoff-textil.com
INTERNET <http://www.bischoff-textil.com>

Ihr Partner für alle Arten von Stickereien.

WAKI-Instruktorinnen

Wir gratulieren den neuen WAKI-Instruktorinnen und wünschen ihnen viel Spass und Erfolg bei ihrer Tätigkeit.

- Silke Amsler, Embrach
- Atlya Celik, Flawil
- Jade Chang, Basel
- Patricia Döring, Flawil
- Francesca Escher, Zürich
- Manuela Leuenberger, Trogen
- Priska Pawlik-Naef, Basel
- Christine Rutschi, Sumiswald

Instructrices ENFEAU

Nous félicitons notre nouvelle Instructrice ENFEAU pour l'obtention de son diplôme. Cette nomination nous amènent à 14 le nombre de brevetées en Romandie. Il s'agit de Madame :

- Bernadette Jordan, Fontainemelon



Bernadette Jordan, Fontainemelon



Prof. Dr. Ernst Strupler feiert seinen 90. Geburtstag

Im Namen der ganzen Schwimmfamilie, gratuliert swimsports.ch dem Jubilaren zum hohen Geburtstag. Ernst Strupler ist nicht nur der «Schweizer Turnvater», sondern v.a. auch der «Schweizer Schwimmvater», hat er sich doch praktisch seit der Gründung der «Interverbandskommission für Schwimmen IVK» im Jahr 1940 für den Schwimmsport eingesetzt.

So war er in der ersten Klasse, welche eine Schwimminstruktorenausbildung absolvierte und erhielt im 1942 das SI-Brevet N° 1!

Über viele Jahrzehnte engagierte er sich, sei es als Präsident des IVSCH, als Leiter der Kommission für Badewesen oder in andern Ämtern. Wir sind stolz, ihn als Ehrenmitglied des IVSCH resp. von swimsports.ch in unserem Kreis zu haben.

Einladung zum 90. Geburtstag von Ernst Strupler Der rastlose Erdgeist

Ein biographischer Roman über das bewegte Leben des Schweizer Turnvaters Ernst Strupler

von Sabina Geissbühler-Strupler

Ort: Institut für Sport und Sportwissenschaft, Bremgartenstrasse 145, 3012 Bern, vis-à-vis des Parkhauses «Park and Ride Neufeld» oder vom Bahnhof Bern mit Bus Nr. 11 zur Endstation P+R Neufeld.

Datum: Sonntag, den 3. August 2008

Programm: Ab 10 Uhr Empfang des Jubilaren und der Gäste mit Kaffee und Züpfe
10.30 Uhr Lesung aus dem biographischen Roman «Der rastlose Erdgeist» mit musikalischen Beiträgen
11.30 Uhr Apéro

Anmeldung zum Apéro und zur Lesung bis 5. Juli 2008 an:

Sabina Geissbühler-Strupler, Halen 18, 3037 Herrenschwand oder an s.g.s@bluewin.ch

Bestellung des biographischen Romans «Der rastlose Erdgeist» zum Preis von ca. 35.–
s.g.s@bluewin.ch

