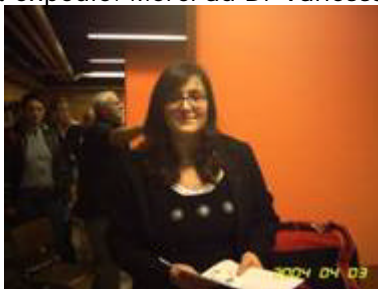


Cours de recyclage BII , 3 et 4 avril 2004

Dès les inscriptions finies, nous voilà déjà en train d'ingurgiter la théorie médecin. C'est toujours un tantinet indigeste mais absolument indispensable. Je suis maintenant incollable sur les atrioms droit ou gauche, le noeud sinusal, les valves tricuspides et autres valves mitrales. L'examen théorique fût rapidement expédié. Merci au Dr Vanessa Châtelain pour son cours.



Il lui a fallu bien du courage, de l'humour et de la patience pour arriver au bout, quelques participants étant un peu dissipés. Les recyclages, c'est un peu comme une course d'école.

Après le repas, nous sommes partis chacun dans nos groupes respectifs.



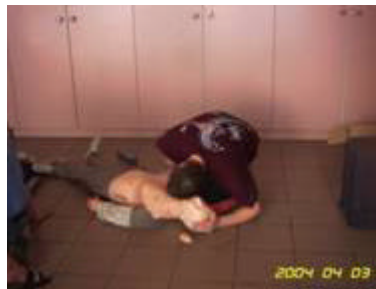
Avec Sylvie Jollat et Magali Philipoff, nous avons abordé un thème difficile : Formation se basant sur l'initiative, l'expérience personnelle et la reconnaissance des problèmes. Dans mon groupe pas de problème, chacun a bien compris que nous devons travailler en collaboration et chaque poste (j'arrive à rester plus longtemps sous l'eau, à mieux m'orienter sous l'eau ou nager plus vite) a trouvé un leader parmi nous 4. Mais ce ne fût pas évident pour certains qui ont toujours eu l'habitude d'être ou d'encadrer un peu "militairement" les cours SSS. Le tout suivi d'un "cours planification d'un entraînement" sorti tout droit du cahier d'entraînement J+S Natation de Sauvetage/plongée libre. Comme j'adore la plongée libre je m'en suis donnée à coeur joie et j'ai beaucoup apprécié ce moment partagé avec mes 3 compagnons, il me semble que nous formions une bonne équipe.





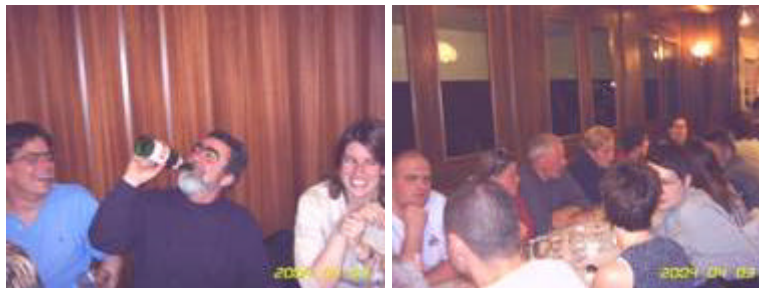
L'examen réanimation cardio-pulmonaire par un seul sauveteur me donna des palpitation et une hyperventilation qui me menèrent proche de la syncope mais finalement notre section nous a toujours bien entraîné et recyclé en permanence.

C'est ce qui compte : l'entraînement et surtout donner des cours pour être toujours au top.



Le cours Jeunesse et Sports donné par Sylvie Joliat fût suivi par les moniteurs JS, les autres étant dispensés.

Le souper arrosé à l'eau (preuve à l'appui) non, non je plaisante, bien arrosé (merci Gabi) aurait pu être un peu meilleur. J'espère que l'an prochain nous choisirons ou un autre restaurant ou un menu un peu plus "mangeable".



Dimanche matin, une surprise nous attendait pendant le cours "personnalité du moniteur" notre cher Pierre-Etienne Glauser d'une humeur de pitbull enragé qui n'a pas dormi n'y mangé depuis 10 jours, nous a tout de suite mis dans l'ambiance avec un cas dans les toilettes.



Il a insulté copieusement les participants, critiqué tous les gestes et tous les initiatives. Il nous a fallu une bonne dose de passivité, de fatalisme pour accepter cela.

Car les remarques du genre "tu veux faire le cours à ma place?" "t'en n'a pas marre d'em... avec ton

appareil photo" n'ont pas été appréciées par tout le monde.



Heureusement, c'était un rôle de composition, histoire de nous faire comprendre qu'il ne faut pas être de mauvaise humeur avec nos élèves et que la diplomatie, le sourire, la gentillesse sont les éléments indispensables d'un cours réussi.

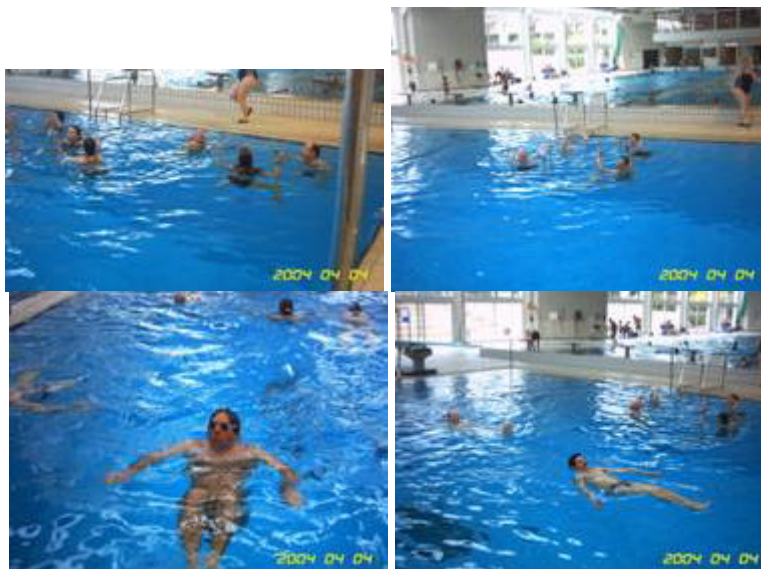
Jean-Claude Schönenberg et Andy Willener nous ont fait participer au cours le plus "sauvetage pratique" du week-end.



Et un rappel des comportements indispensables en cas de lésion de la colonne, de la mise de la minerve et gestes vitaux n'était pas négligeable.

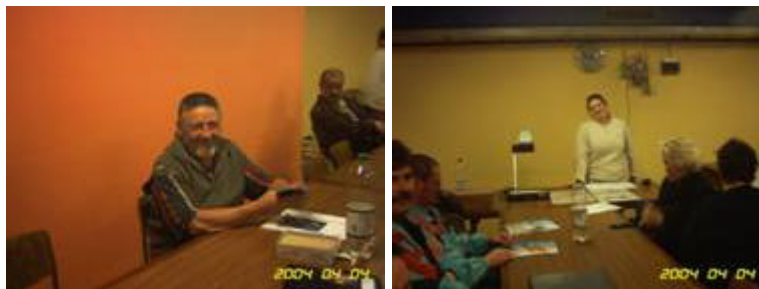
Le cours le plus ludique, le plus sympathique a été "Swimmsport : nouveauté test de natation 1 à 8" nous avons rivalisés en pagayage tronc d'arbre, cuvette, batteur à oeufs, coordination entre le crawl et le dos, sous l'eau etc... Le tout, dans une ambiance bon enfant mêlant compétition et joyeuse rigolade.





L'après-midi fut consacré à J+S dont je vous le rappelle, je suis la coache pour la section de Genève.

Lors de ce cours, j'ai eu l'occasion de revoir quelques "vieux de la vieille" et j'en suis vraiment contente. Car il y a les anciens toujours passionnés mais aussi de jeunes motivés qui sont prêts pour prendre la relève.



Je regrette seulement que nous ne parlions jamais de la diététique du sport peut-être au prochain recyclage.

Merci à tous pour ces 2 magnifiques journées, merci à la piscine de Varembe de nous avoir reçu et surtout un immense merci à :

Gabriela Pirello, Annouck Derwey, Sylvie Joliat, Jean-Marc Von Bergen, Magali Philipoff, Jean-Claude Schönenberg, Andy Wilener, Pierre-Etienne Glauser, Javier Perez, François Badan

Sportivement votre
Pascale Serres

[retour au bulletin](#)



Pour vos suggestions: [webmaster SSS GE](#) Mise à jour: 29.5.04, P.-E. Glauser; © SSS-GE 2004-10