



## Programme d'activité 2011

10 exercices de sections – 4 cours de sauveteurs, 1 Cours Samaritains, 2 Cours BLS/AED  
Recyclage BLS/AED, 1 Cours UDS, Cours cibles pour écoles et entreprises  
Assemblée cantonale 26 fév. À Bellefoux, Assemblée des Présidents 19 nov.  
Course de la section, collecte Semas, Téléthon, Don du sang, Postes Sanitaires, Loto  
Activités avec les Help.

### Programme des exercices

- 10 Janvier Matelas vacuum, civière à aubes, minerves. relevage
- 7 Février Soins de la peau
- 14 Mars Comment s'alimenter et système digestif
- 4 Avril Mieux connaître les valises du Poste + exercice
- \*12/13 avril Participation au Cours BLS/AED
- 2 Mai Bandages et pansements divers
- \* 4/6 Mai Participation au recyclage BLS/AED
- \* 17 Juin Participation au Cours Samas (Bandages)
- 27 Juin Accident de la circulation ( avec une autre section)
- 5 Septembre Relaxation aux Bains de Charmey
- 3 Octobre Blessures sportives (si possible avec un Cours UDS)
- \* 3 /4 Nov. Participation aux Cours BLS/AED Recyclage 8 /9 nov.
- 14 Nov. Je ménage mon dos
- 5 déc. Conférence de notre Médecin

### Exercice à option

Samedi après-midi **29 janv.** Cours avalanche avec le Club Alpin  
Inscription obligatoire Chez Eric : 078)892.16.96

**\*= dates à choix mais avec inscription chez le président**

**5 exercices de technique sont obligatoires (possibilité de venir dans les Cours)**

**Les Moniteurs se réservent le changement de thème et de dates selon leurs disponibilités**

Ce programme est soumis à l'assemblée générale du 28 janvier 2011

Le Président