

Le Piolutien

BULLETIN MENSUEL OFFICIEL DU PIOLET CLUB DE GENÈVE

Case postale 5531 - 1211 GENÈVE 11



le sport c'est

UNIVERS SPORTS

Le choix • Le conseil • Le service



P 52, rue de la Servette • 1202 Genève
Tél.: 022 733 33 58
univers-sports@bluewin.ch
www.univers-sports.ch

L'artisan moderne de l'automobile



GARAGE Luigi ZOLLO

VENTE de voitures neuves et occ. Toutes Marques

REPARATIONS

Mécanique, électricité, entretien, prép. expertise

Pneus, Batteries, Test antipollution,

Tél. 022/757 67 70

Devis Gratuit (sur rendez-vous)

Voiture en prêt, ou prise en charge par nos soins

Rte de Prè-Marais 58, 1233 BERNEX Fax 022/757 32 21

LE MOT DU PRESIDENT

Salut mon vieux !

Cette expression revêt habituellement un caractère sympathique, quand elle signifie dans la bouche de celui qui l'exprime : « mon bon ami, mon pote de longue date ».

Dans les organisations sociales passées, les vieux, les anciens étaient considérés comme des sages et leurs conseils avaient valeur d'exemple à suivre. Ce n'est plus vraiment le cas de nos jours. Notre société, obsédée qu'elle est par des notions de productivité, a tendance à mettre sur la touche toute une frange de population et à ne plus tenir compte de ce qu'elle représente en terme d'expérience et de savoir-faire.

Dans notre club, je peux parfois observer ce clivage. Cependant en cette fin d'année 2005, j'ai eu la chance d'avoir des contacts privilégiés avec nos anciens. Au Piolet, il est de coutume pour le président de rendre visite à nos membres de 80 ans et plus, afin de leur souhaiter un joyeux Noël. C'est une magnifique opportunité de les rencontrer et d'évoquer avec eux le passé, mais tout aussi intensément le présent.

Nous avons tous un peu oublié qu'ils ont été pour la plupart des montagnards aguerris. Quand ils décrivent les transports de l'époque, le matériel utilisé pendant les courses, je découvre dans quel contexte ils assouvissaient leur passion et cela m'inspire beaucoup de respect.

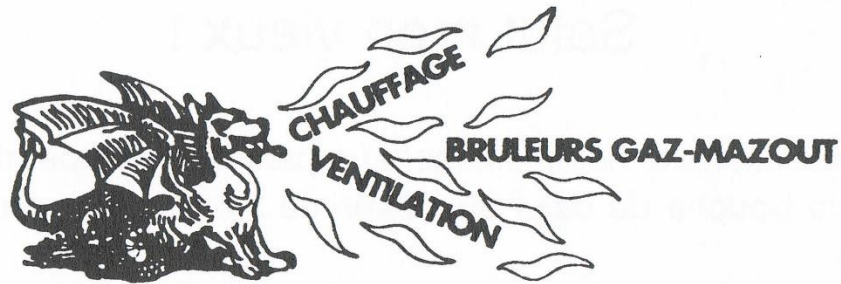
C'est donc tout naturellement que je m'adresse à vous, les anciens, et que je vous salue : mes bons amis !

Michel Bugnon

Photo couverture: La ferme de Vanille

Photos: Benito Jimeno

Vous saurez tout sur la vie du Club en visitant le site
www.le-piolet.net



LEIGGENER S.A.

RUE DU XXXI DÉCEMBRE 52
CASE POSTALE 6192
1211 GENÈVE 6

TÉL. 022 / 735 71 42
FAX 022 / 735 71 55

Revidor SOCIÉTÉ
FIDUCIAIRE *SA*

- Comptabilité
- Révision - Audit
- Expertises
- Administration
- Fiscalité
- Gestion de sociétés

8, CHEMIN RIEU
CASE POSTALE 556 - 1211 GENÈVE 17

TÉLÉPHONE 022 707 04 10
TÉLÉFAX 022 736 41 14



RAPPORTS DE COURSES

Course des Mercredistes du 14 décembre – La montagne en ville

Si Monsieur Delanoë est capable d'amener la mer à Paris, il n'y a aucune raison qu'un Piolu ne transporte pas la montagne en ville. Eh bien ! C'est chose faite aujourd'hui et sans déplacer des tonnes de matériaux. Il a suffi de trouver le parcours idéal qui ressemble, à se méprendre, à une course en montagne. Avec un peu d'imagination on y arrive très bien. Il ne manque rien, des falaises abruptes, des chemins tortueux comptant jusqu'à cinq lacets, des grimpées et des descentes, bref, une bonne dénivellation.

Le décor étant posé, la course peut démarrer. En raison de la proximité des fêtes, la date a été avancée d'une semaine, à la demande générale. Neuf Piolus sont présents à neuf heures au café « L'Aïoli » dans le quartier des Eaux-Vives. L'équipement du montagnard n'est pas requis. Seuls des vêtements bien chauds sont indispensables pour se protéger des morsures glaciales de la bise.

Un peu avant dix heures, le signal du départ est donné et le groupe part en direction du lac. En traversant le marché de l'Helvétique, il prend le temps d'admirer les étals regorgeant de légumes, de fruits et de fleurs, sans oublier, au passage, de humer les fromages du stand des produits laitiers. La rue Versonnex et le quai Général-Guisan et leur infernale et bruyante circulation sont traversés sans encombre. On retrouve un peu de calme dans le Jardin Anglais. Le ciel gris, la bise et le froid ne donnent pas envie de faire un tour sur le Léman avec l'unique bateau amarré à quai.

La promenade se poursuit le long du Rhône. Les anciennes halles de l'Île, désertes et tristounettes, sont rapidement traversées et l'on rejoint le chemin qui court entre les deux bras du Rhône, en longeant le bâtiment des forces motrices. Arrivés à l'écluse du Seujet, les Mercredistes passent sur la rive droite du fleuve et rejoignent le chemin du Promeneur solitaire. C'est là que la montagne en ville commence... A droite, les falaises menaçantes de Saint-Jean, des chutes de pierres sont annoncées. Puis, le chemin se fait tortueux et se prend pour un sentier alpin, parfois il est remplacé par des escaliers. Arrivé sous le viaduc de la Jonction, le groupe reprend son souffle et profite de se réchauffer avec un thé bien chaud, tiré comme par magie du sac de Roméo.

L'horaire le permettant, la balade se poursuit en direction du pont Butin. Les falaises font place à une pente herbeuse qui monte en direction de l'avenue d'Aire. Un second chemin nous permet de revenir jusqu'au viaduc. Là, un escalier flanqué contre la station d'épuration, suivi d'un chemin en lacet, nous permet de rejoindre le tablier du pont. Avant de le franchir, nous faisons une petite visite dans le parc Cayla pour admirer une oeuvre d'art, la vespasienne des temps modernes, familièrement appelée « Ferrazinettes ». C'est une sorte de blockhaus, un parallélépipède croisé avec un rhomboèdre, couleur de rouille. Elle a en commun avec un distributeur des TPG sa tirelire, car elle ne rend pas la monnaie. Personne n'a voulu la tester, les Piolus préfèrent la bonne vieille méthode ancestrale. Après cette visite bien commentée, la course se poursuit.

Habituellement, au milieu du pont un arrêt s'impose pour prendre le temps d'admirer la vue sur la ville et la Savoie. Un dernier effort, la montée au bois de la Bâtie, c'est un mini col qui comprend pas moins de cinq lacets. Avant de rejoindre le restaurant de la Terrasse, on traverse un quartier où les habitants ne sont pas du tout bruyants, c'est la dernière once de tranquillité.

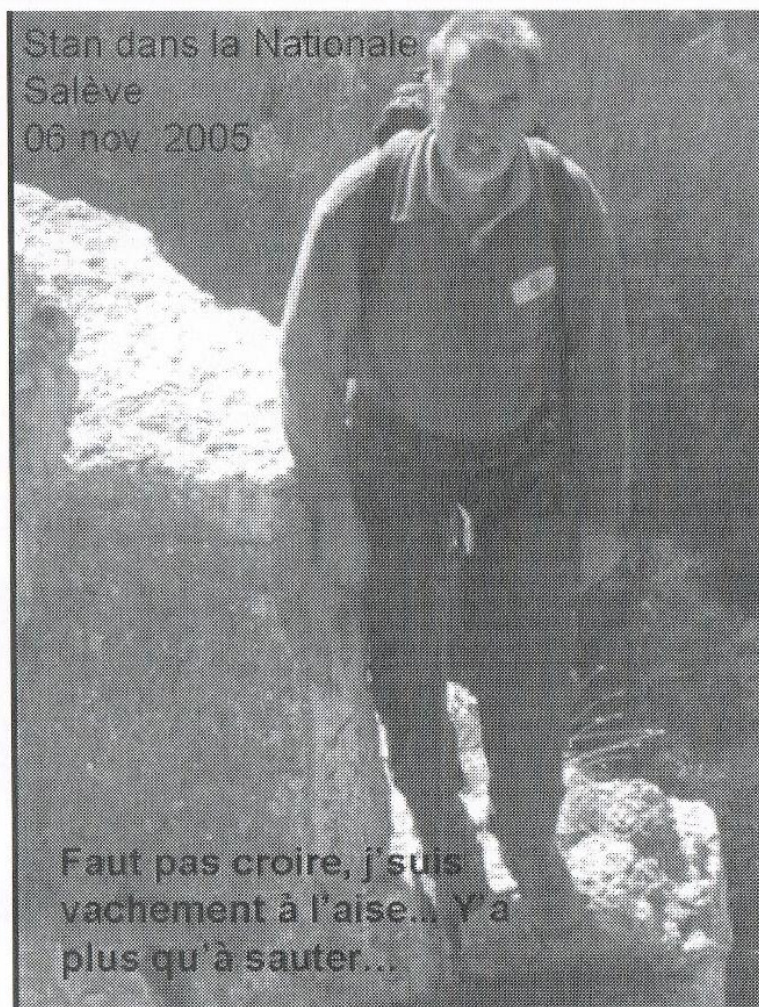
Après deux heures d'efforts, on est bien content de pouvoir se réchauffer et se restaurer. Les patronnes nous accueillent très aimablement et nous offrent, au choix, quatre plats du jour. La majorité opte pour une bonne choucroute, c'est de saison, et la minorité choisit des filets de perches. Le repas se termine avec un flan maison à se pourlécher les babines.

Tout le monde il est gentil, tout le monde il est content. La course est réussie. C'est l'occasion de souhaiter, à tous les lecteurs, une bonne et heureuse année.

Michel Fleury

AVIS IMPORTANT :

Tous les renseignements à propos des courses des Mercredistes peuvent être obtenus auprès de Michel Fleury, tél. 022 344 94 56 ou 079 681 47 28



-10%
sur présentation de cette annonce
à tous les membres

stormatic s.a.
Fabrique genevoise de stores



**STORES A ROULEAUX - TENTES SOLAIRES
STORES A LAMELLE - RÉPARATIONS - STORES INTÉRIEUR**

Route de Pré-Marais 46 - 1233 Bernex-GENÈVE
Tél. 022 727 05 02 - Fax 022 727 05 10

Daniel Schulthess S.A.



Etanchéité
Couverture
Façades ventilées
Constr. métalliques

Chemin du Pré-Fleuri 21 B • Case postale 140 • 1228 Plan-les-Ouates
Tél. 022 706 17 30 • fax 022 706 17 39 • CCP 12-4155-7 • e-mail: schulthess1@bluewin.ch

**DES GOUTTES & Cie S.A.
ASSURANCES**

7, RUE BELLOT
CASE POSTALE 142
1211 GENÈVE 12

TÉL. 022 346 19 11



COURSE DE NOËL

des 17 et 18 décembre – Crest-Voland

Cette course de Noël restera mémorable à plus d'un titre. Nous avons bénéficié tout d'abord d'une météo idéale et ensuite l'organisation confiée à notre ami Albert Perrottet fut comme de coutume impeccable.

Le samedi matin déjà, sous la conduite d'Yves Lambert, une petite troupe se retrouve à Thônex-Vallard et prend la direction du col des Aravis dans des conditions pour le moins hivernales. Une fois équipé, le groupe entame la montée en peaux de phoque jusqu'au sommet des installations de la Giëttaz et l'ascension se déroule dans un cadre absolument sauvage.

La descente est également appréciée de tous, grâce à un rayon de soleil bienvenu et dans une neige déjà très bonne pour la saison. Les skieurs ont la chance de surprendre quelques cerfs au détour d'un bois, tellement apeurés qu'ils passent pratiquement sur les « lattes » de nos randonneurs.

C'est à l'hôtel « Caprice des Neiges » situé à Crest-Voland que l'ensemble des Piolus a rendez-vous. Personne n'est resté inactif, ski alpin, balades à pied, préparation du sapin, tout le monde a eu une journée bien remplie.

Vers 19 h., nous nous mettons en marche pour la traditionnelle cérémonie du sapin. Nous ne pouvons rêver meilleur décor pour Noël : froid, neige tombant à gros flocons et un sapin magnifiquement décoré. L'allocution du président est suivie du désormais célèbre punch et du tube de l'hiver sous la conduite de Roland Hoegen. Notre « Ho Hé Ho » est peut-être moins tonitruant que d'habitude, la faute au froid régnant. Le repas de Noël est également à la hauteur de l'événement.

Après une nuit réparatrice, nous découvrons que la météo est définitivement de notre côté pour ce week-end : neige fraîchement tombée, froid sec et soleil resplendissant. Tous les ingrédients sont réunis pour offrir aux skieurs et randonneurs une demi-journée de plaisir dans la poudre.

De retour à l'hôtel, nous nous réchauffons et dégustons un succulent pot au feu, concocté avec amour par les tenanciers de l'hôtel, qui nous auront vraiment soignés tout au long de notre séjour. Nous devons maintenant regagner nos foyers, ravis d'avoir vécu une course de Noël fort réussie.

Un participant content
Michel Bugnon

LA VIE DU CLUB

COMPTE-RENDU DE L'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE du 7 décembre 05 – Hôtel Calvi

1. Appel

La séance est ouverte à 20 h. 20 par André Gardel, président, devant 21 membres actifs et 2 membres sympathisants : Willy Goetschman et Raymond Stucki.

Sont excusés : Thierry Lentillon, Gino Zollo, Roland Hoegen et Silvio Kofmel.

Malade : notre ami Maurice a été visité par Gino qui l'a trouvé très faible mais consciencieux.

2. Lecture des procès-verbaux

Les procès-verbaux de l'Assemblée générale du mercredi 1^{er} décembre 2004 et de l'assemblée mensuelle du mercredi 2 novembre 2005 sont lus.

3. Correspondance

Nous avons reçu un courrier électronique de Marc Doebeli et de sa femme du Vietnam. Ils visitent un orphelinat et disent merci à ceux qui ont donné une obole pour cet orphelinat.

4. Prochaines manifestations

Course de Noël à Crest-Voland des 17 et 18 décembre, par Albert Perrottet.

On attend 23, éventuellement 24 participants. Le repas de samedi midi sera pris individuellement. Il est recommandé de prendre des chansonnières et des euros !

Les amateurs de peau de phoque ont rendez-vous avec Yves à 7 h. 30 à Thônex-Vallard. La neige étant là, il est recommandé de prendre ses skis.

Mercredi 11 janvier : assemblée mensuelle avec le verre de l'amitié à l'occasion de l'an neuf.

Mercredi 18 janvier : sortie des Mercredistes.

Dimanche 22 janvier

1^{er} groupe : ski rando – but à déterminer

2^e groupe : skieurs marcheurs à St-Gervais – organisation Albert Perrottet.

5. Rapport du président

Le rapport a déjà été lu lors de la soirée choucroute.

6. Palmarès des courses 2005

Avec 12 courses fréquentées sur 12 organisées, le vainqueur est Albert Perrottet qui reçoit un cadeau des mains d'André Gardel. En ce qui concerne les sympathisant-e-s, la palme revient à Henri Bochud, suivi par Celia Bouchard.

Le palmarès est paru dans le Piolutien de décembre.

7. Rapport de trésorier

Gilbert Anthoine lit son rapport . Le résultat se solde par une perte de Fr. 1.173.50, somme qui est moins importante que prévu. La fabrication du journal continue d'influencer négativement le résultat bien que nous ayons réussi de diminuer les frais d'impression de Fr. 1.700.-.

8. Rapport des vérificateurs des comptes

Stéphane Bouchard lit son rapport et recommande l'approbation des comptes par l'assemblée.

9. Discussion et approbation des comptes

Les comptes sont approuvés à l'unanimité par l'assemblée

10. Election du Président

André Gardel nous informe que Michel Bugnon est candidat à la présidence du club. L'assemblée élit notre nouveau Président à l'unanimité sous les applaudissements. Michel Bugnon remercie l'assemblée et particulièrement André Gardel sur l'aide duquel il entend compter. Pour joindre les actes à la parole, il remet un cadeau à André.

11. Election du comité

Le Président présente la composition du comité qui est formé ainsi :

Président : Michel Bugnon
Vice-président : André Gardel
Trésorier : Gilbert Anthoine
Secrétaire procès-verbaux: Pierre Jenni
Secrétaire fichiers : Benito Jimeno
Membre : Jean-Daniel Baud
Membre : Silvio Kofmel

L'assemblée approuve le comité à l'unanimité par acclamation.

12. Elections des vérificateurs des comptes

Le président remercie Stéphane Bouchard pour le travail fourni et propose Jacques Dubas et Thierry Lentillon comme vérificateurs des comptes. Philipp Normand est proposé comme remplaçant.

13. Nomination de la commission de rédaction du Piolutien

Michel Bugnon propose la nomination de la commission de rédaction composée de André Gardel, Philippe Lentillon et Philip Normand pour l'expédition. La proposition est acceptée à l'unanimité. Les trois membres sont remerciés par le Président.

14. Fixation des cotisations et des subventions

Le Président fait les propositions suivantes :

a) cotisations annuelles des membres honoraires et actifs

Elles restent inchangées à Fr. 70.- par année.

b) cotisations annuelles pour les membres sympathisants

Le minimum reste fixé à Fr. 10.- par année.

c) subvention de la caisse de secours

La caisse de secours est jugée suffisamment dotée.

d) subvention au fonds de guide

Une subvention de Fr. 500.- est proposée.

Les propositions sont acceptées à l'unanimité

15. Présentation, discussion et adoption du budget

Gilbert Anthoine propose 2 budgets :

- a) avec un journal à 11 parutions : perte de Fr. 850.-
- b) avec un journal à 6 parutions : bénéfice de Fr. 2.400.-

Une discussion s'engage. Jacques Dubas se réfère à la présentation des Ami Montagnards qui est accompagnée d'une partie de publicité impressionnante. Jacques pourrait pêcher quelques sponsors dans le paramédical. André Gardel estime que notre site doit rester informatif et qu'il ne faut pas trop de publicité.

Le budget dans sa variante à six parutions est finalement adopté.

16. Examen et adoption du programme des courses

Le programme des courses, après quelques ajustements, est présenté dans sa version définitive. Il est adopté à l'unanimité.

17. Divers, questions et propositions individuelles

Yves Lambert soulève le problème de la responsabilité du chef de course et demande pourquoi on n'étendrait pas la couverture RC au chef de course.

Albert Perrottet suggère que le club prenne contact avec les assureurs.

André Gardel pose la question de savoir comment ça se passe dans les autres clubs de montagne.

Yves lui répond qu'à chaque fois, la RC privée du chef de course est engagée.

Le président conclut qu'il serait bon de nommer une commission qui examine avec le concours de Yves le problème.

L'ordre du jour étant épuisé, le président remercie l'assemblée et lève la séance à 22 h. 10.

Pierre Jenni

AU COIN DU FEU

UNE NOUVELLE RUBRIQUE

Un message de Jacques Dubas pour ouvrir l'année 2006 : *toujours dans l'idée d'étoffer le Piolutien et de le rendre encore plus intéressant, on pourrait créer la série « Au coin du feu ».*

Cette série permettrait d'informer sur les publications récentes, de partager un enthousiasme pour un bon bouquin ou de manifester notre désaccord avec certains écrits.

Tel Winkelried, je me jette à l'eau... avec une récente lecture de vacances.

Que pensez-vous de cela ?

Oui, que pensez-vous de cela ? En voilà une question qu'elle est bonne ! Le commissaire ad hoc n'en pense évidemment que du bien : tout ce qui peut aider à enrichir – voire parfois, hélas, à « meubler » – le Piolutien est bel et bon. Merci donc à Jacques d'avoir ouvert les feux en se jetant à l'eau « tel Winkelried », lequel nous le savons bien était un montagnard et sans doute aussi un bon nageur. A chacun maintenant d'entretenir la flamme sans crainte de faire déborder le vase...

N'oubliez pas, le cas échéant, de transmettre précisément toutes les références du bouquin, sur le modèle ci-dessous.

DOCTEUR VERTICAL

Emmanuel Cauchy, Manu comme l'appellent ses proches, guide et médecin du secours en montagne auprès du PGHM de Chamonix, livre les images de quinze ans de pratique d'une aventure professionnelle et humaine hors du commun. A l'heure de son mille et unième sauvetage, à travers une fiction basée sur des faits réels, il rend un hommage à ceux qui consacrent leur vie au secours et à tous les rescapés.

Récits de sauvetage. Histoires d'alpinisme. Histoires en milieux extrêmes et hostiles. Histoires incroyables, dramatiques ou cocasses. Histoires d'amoureux des cimes. Histoires de vie.

Il rappelle les risques pris par les pilotes d'hélicoptère, les sauveteurs, les guides, les médecins. Il livre des récits de sauvetage, tantôt sur un ton amusé, tantôt avec émotion. Il évoque sa profession avec ses difficultés et la confrontation permanente avec la mort, celle des autres et la sienne.

Rien de sordide, pas de voyeurisme, pas de leçon de morale. C'est un livre d'aventures jamais désespérant. Emotion(s) garantie(s).

Jacques Dubas

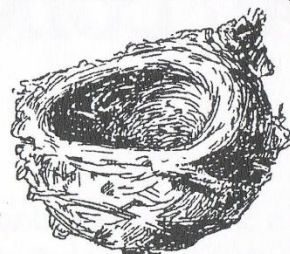
Références :

**Docteur Vertical - Mille et un secours en montagne, Emmanuel Cauchy
Edition Glénat, collection Hommes et montagnes, Juin 2005**

POUR BIEN FAIRE SON NID:

LACHENAL

SOURCE D'INSPIRATION



REVETEMENTS DE SOLS & MURS - RIDEAUX - STORES - DECORATION

Rue de la Servette 25 - Tél. 022 918 08 88

**GRANDE PHARMACIE
DE PLAINPALAIS S.A.**

P. JENNI
pharmacien responsable

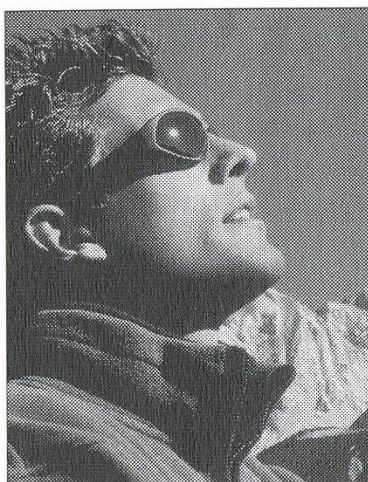
**Herboristerie - Produits vétérinaires -
Parfumerie**

13, rue de Carouge (angle rue Leschot 1)

Adresse postale :

1211 Genève 4

Téléphone 022 329 12 55 - C.C.P. 12-1646



VOIROL
OPTIQUE

Les spécialistes
des lunettes de sport et
des lentilles de contact

Grand choix de lunettes de sport

Bd Carl-Vogt 30 - tél 022 328 56 86 / rue de Carouge 72 - tél 022 320 12 75



Entreprise Vugliano

Entreprise générale de GYPSERIE et PEINTURE
DÉCORATIONS - PAPIERS-PEINTS - PLASTIQUES - MOQUETTES
Maison fondée en 1910

E-mail: rvugliano.ch@vugliano.ch

Boulevard Carl-Vogt 51
Tél. 022 328 26 08 / 342 50 29
1205 Genève

LA CHRONIQUE DU DOCTEUR PIOLU

TIME IS MUSCLE

Lors du précédent épisode, on a vu que la mort subite du sportif au-delà de 35 ans est le plus souvent secondaire à un infarctus du myocarde et que l'interrogatoire est essentiel pour découvrir les symptômes qui font soupçonner une souffrance cardiaque. Quels symptômes doivent alerter le sportif et que doit-il faire en cas de douleur dans la poitrine ?

De manière générale en Suisse, les maladies cardiovasculaires représentent la cause de décès la plus fréquente (40% des décès). Sur 62000 décès annuels en Suisse, on compte 11'000 décès par maladie coronarienne (18%).

Les problèmes cardiaques se rencontrent également dans le cadre des activités sportives en montagne. J'en veux pour preuve le rapport 2004 du Club alpin suisse qui dénombre 115 victimes parmi les randonneurs, dont 26 ont trouvé la mort suite à des complications cardiovasculaires. Pour sa part, l'hôpital de Chamonix accueille chaque année environ 5 alpinistes ou skieurs souffrant d'un infarctus du myocarde.

C'EST QUOI UN INFARCTUS ?

L'infarctus du myocarde se manifeste lorsqu'un caillot sanguin (« *un thrombus* ») vient obstruer une artère irriguant le cœur (« *une artère coronaire* »), rétrécie par des dépôts de graisses et de calcaire (« *l'artériosclérose* »). Les cellules du muscle cardiaque (« *le myocarde* ») ne sont alors plus irriguées, donc pas oxygénées, perdent leur capacité de se contracter et meurent en quelques heures. L'infarctus endommage ainsi toute une région du muscle cardiaque qui se transforme en tissu cicatriciel.

L'infarctus est une affection fréquente, qui concerne en priorité les sujets ayant des facteurs de risque cardiovasculaires comme le tabac, l'obésité, le diabète, un taux élevé de cholestérol ou une hypertension artérielle. L'infarctus du myocarde se rencontre volontiers chez des individus encore jeunes, porteurs de facteurs de risque cardiovasculaires et confrontés brutalement à un effort.

L'infarctus est toujours une affection grave, potentiellement mortelle dans 1/3 des cas (60% des décès surviennent avant d'arriver à l'hôpital.). Elle implique une prise en charge immédiate parce que le délai entre le début des symptômes et l'instauration d'un traitement joue un rôle capital dans le pronostic. La mortalité peut être réduite de moitié si un traitement adéquat est pratiqué dans l'heure qui suit l'apparition des symptômes. La survie est donc une question de rapidité... d'où l'adage « Time is muscle ».

LES SYMPTÔMES DE L'INFARCTUS

La douleur de l'infarctus se localise dans la poitrine en arrière du sternum, plus rarement dans la région de l'estomac. Ces douleurs sont comparables à une oppression, un écrasement ou un étai, parfois une brûlure. La douleur peut se prolonger dans le cou, le dos, la mâchoire, les dents, les épaules et les bras, en général le gauche. Habituellement d'une durée supérieure à 30 minutes, la douleur est associée à des sueurs froides, des nausées, une peine à respirer, des palpitations,

des angoisses ou un sentiment de malaise. La douleur de l'infarctus est progressive, croissante, évoluant généralement par vagues d'intensité variable durant plusieurs heures.

L'infarctus du myocarde est souvent précédé d'une angine de poitrine qui constitue en quelque sorte un signal d'alarme. Les symptômes de l'angine de poitrine sont identiques à ceux d'un infarctus mais ils ne durent pas au-delà de 15 minutes et disparaissent au repos.

La difficulté est de distinguer entre les douleurs d'un infarctus et des douleurs plus banales (problème gastrique, lésion musculaire, douleurs costales, troubles anxieux, etc.). Dans l'incertitude, mieux vaut pêcher par excès que par défaut et considérer, jusqu'à preuve du contraire, toute douleur thoracique comme d'origine cardiaque et... consulter rapidement.

QUE FAIRE EN CAS DE DOULEURS DANS LA POITRINE ?

- Stopper tout effort physique.
- Calmer et rassurer la victime en l'installant en position semi-assise, au repos absolu. Ouvrir ses vêtements s'ils sont trop serrés.
- Alerter les secours immédiatement. L'unique numéro à appeler est le 144 (numéro gratuit valable pour toute la Suisse), le 15 en France ou le 112 en Europe. Plus l'assistance médicale arrive rapidement, plus les chances de survie sont élevées.
- Indiquer la localisation exacte de la victime, son nom et son âge.
- De nuit, allumer des lumières pour que les secours repèrent rapidement l'endroit. Au besoin, demander à un tiers de réceptionner les secours.
- Donner de la Trinitrine® (nitroglycérine) si le patient en a avec lui (jusqu'à 3 capsules en l'espace de 10 minutes au besoin). Ce médicament permet d'améliorer l'oxygénation du cœur et de diminuer le travail qu'il doit fournir.
- Dans tous les cas, sauf s'il y a une allergie connue, donner également un comprimé d'Aspirine® 500 mg. Cette substance diminue de 20% la mortalité de l'infarctus en phase aiguë.
- Toujours rester avec le patient dans l'attente des secours afin de procéder aux manœuvres de réanimation le cas échéant.

POUR CONCLURE

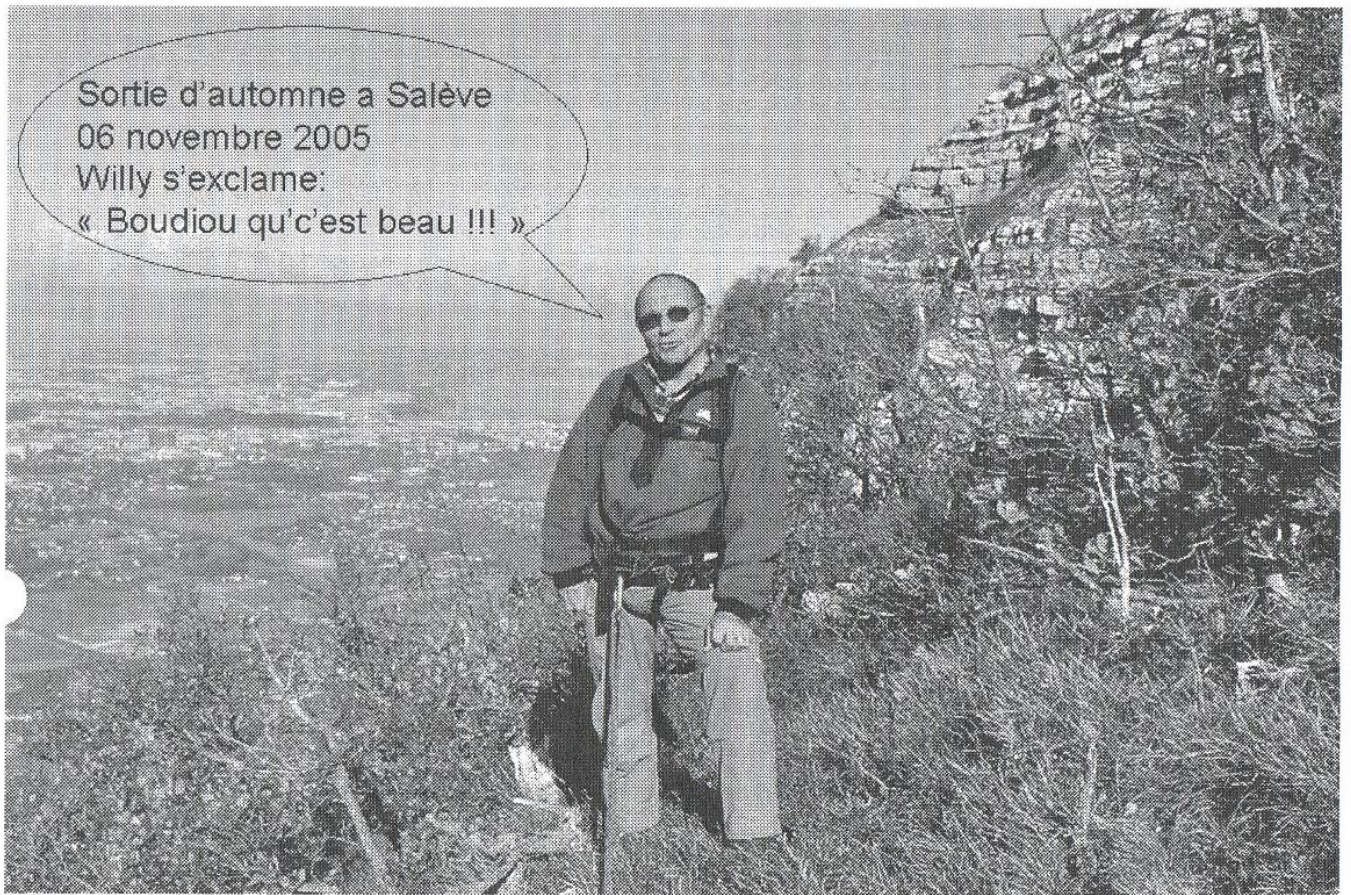
La prise en charge initiale d'un patient souffrant d'un infarctus commence donc sur le terrain. Le diagnostic de certitude sera posé en milieu hospitalier par un électrocardiogramme et des examens sanguins spécifiques. Les mesures thérapeutiques doivent être appliquées le plus rapidement possible, que ce soit sur le terrain ou à l'hôpital. Ne pas perdre de temps... Time is muscle.

POUR EN SAVOIR PLUS

<http://www.swissheart.ch/f/herz/notfall/default.htm>
(fondation suisse de cardiologie)

Jacques Dubas
jdubas@freesurf.ch

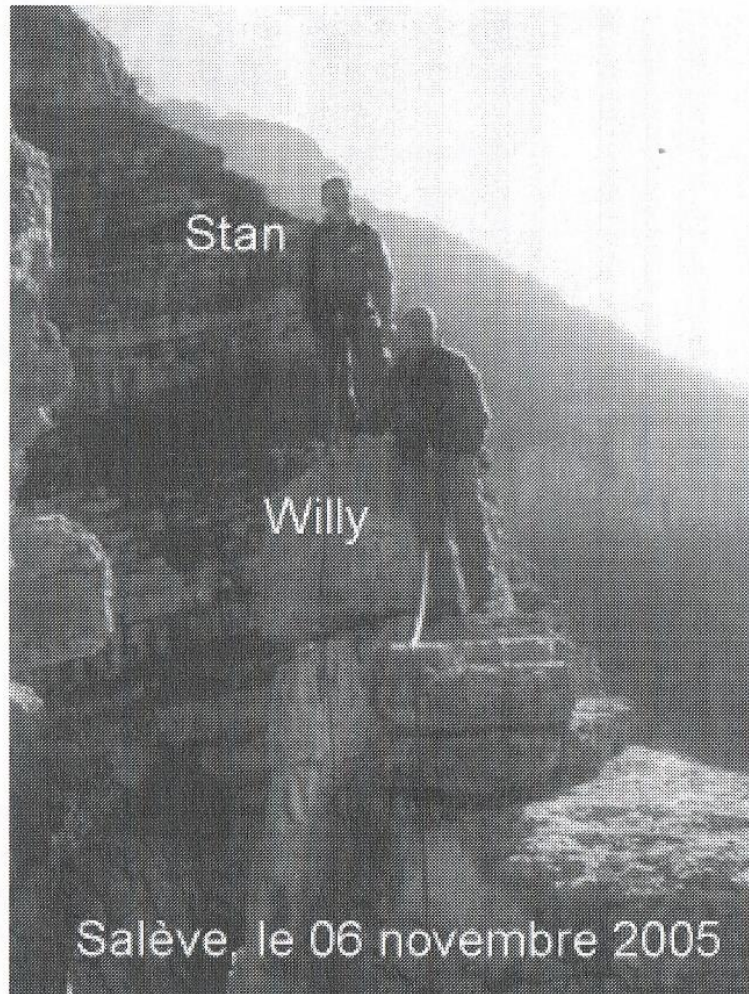
Sortie d'automne a Salève
06 novembre 2005
Willy s'exclame:
« Boudiou qu'c'est beau !!! »



Stan

Willy

Salève, le 06 novembre 2005



MEMENTO

FÉVRIER

5 PQ)
13 PL ○
21 DQ ◐
28 NL ●

mercredi 1

20 h. 15 – Assemblée mensuelle
Hôtel Calvy, 5, ruelle du Midi

mercredi 15

Sortie des Mercredistes

mercredi 15

Balade au clair de lune – Le Vermeilley

vendredi 17

Repas anniversaire

dimanche 26

Ski rando – Mont-de-Grange

dimanche 26

Skieurs, marcheurs – but à déterminer

MARS

6 PQ)
14 PL ○
22 DQ ◐
29 NL ●

mercredi 1^{er}

20 h. 15 – Assemblée mensuelle
Hôtel Calvy, 5, ruelle du Midi

dimanche 12

Sortie raquettes (1^{er} groupe) – Sur la Pointe,
Belllevaux

dimanche 12

Sortie raquettes (2^e groupe) – Jura

mercredi 15

Sortie des Mercredistes

dimanche 19

Sortie hivernale en famille – but à déterminer

REMISE DES TEXTES POUR LE PIOLUTIEN DE FÉVRIER :
ils doivent parvenir, si possible avec disquette (document Word)
à *Philippe Lentillon, 11, rue Cramer, 1202 Genève, d'ici le 6 février 06*
ou de préférence par e-mail (document Word) à : philippe.lentillon@etat.ge.ch

Restaurant «Claire Vue»

Cuisine soignée

Spécialités diverses

M. et Mme NOGGLER

Fermé tous les jours entre 14h et 17h.

21, av. François-Besson

1217 MEYRIN

Parking à disposition

Tél. 022 782 35 98

022 782 35 16

Fermé samedi et dimanche

GEREMANT^{sa}

GESTION DE FORTUNE ET
CONSEILS FINANCIERS

24, avenue de Champel
CH-1206 GENÈVE

TÉL. 022 / 703 57 77

FAX 022 / 703 57 01

CORRESPONDANCE: CASE POSTALE 232 - CH-1211 GENÈVE 12



CCV PRINT S.A.

IMPRESSIION TRADITIONNELLE
IMPRESSIION NUMÉRIQUE
DORURE À CHAUD
RELIURE

Arts graphiques

54BIS ROUTE DES ACACIAS - CASE POSTALE 1664 - 1227 CAROUGE

TÉL. 022 823 06 06 - FAX 022 823 06 07

E-MAIL: CCV@SWISSONLINE.CH

Monsieur
GARDEL André
Ch. d'Eysins 40
1260 NYON
CH

P.P.
1200 GENÈVE 2

Changement d'adresse et retour à:
Case postale 5531
1211 Genève 11 Stand

MAISON V. GUIMET FILS S.A.
ENTREPRISE DE VIDANGE HYDRAULIQUE

Maison fondée en 1873

Urgences 24h. sur 24

Canalisations - Travaux publics
Transports de matières dangereuses
Nettoyage de colonnes de chute
Contrôle des canalisations par T.V.

Rue des Buis 12
1202 Genève

Téléphone 022 906 05 60
Fax 022 906 05 66