



**PRO  
SENECTUTE**  
PLUS FORTS ENSEMBLE

# AG Bikeseniors 23-25 juin 2021

Canton du Valais  
[www.vs.prosenectute.ch](http://www.vs.prosenectute.ch)

- **Pro Senectute**
  - Historique
  - Quelques chiffres
- **Sécurité et institution**
  - Evolution de la législation
- **Prévention des accidents**
  - Bon à savoir
  - Quelques conseils

# Pro Senectute

# Pro Senectute Suisse : de 1917 à nos jours

**Pro Senectute Suisse** fondé en 1917 à Winterthur par 10 hommes

## **Missions :**

- ❖ Eveiller et renforcer l'intérêt pour le bien-être des vieillards nécessiteux
  - ❖ Collecter des fonds nécessaires pour l'assistance des vieillards indigents
  - ❖ Encourager tous les efforts, notamment juridiques, favorisant la sécurité de l'existence dans la vieillesse.
- 
- Aujourd'hui, PS Suisse agit comme organe faîtière

# Pro Senectute Valais-Wallis

- fondé en 1929
- Le développement de l'institution suit l'évolution de la politique sociale et notamment de l'introduction de l'AVS en 1948
- D'autres besoins et préoccupations voient le jour => nouvelles offres (socio-culturels, sport, etc.)



# Prestations



## Préparation à la retraite

- en entreprise
- inter-entreprises



## Sport

- gymnastique, aquagym, danse
- marche, vélo
- ski de fond, raquettes, randonnée à ski
- etc.



## Formation & Voyages

- langues
- informatique
- nouvelles technologies
- voyages accompagnés

# Prestations



## Groupes et clubs d'aînés

- jeux
- repas
- excursions
- thé dansant
- etc.



## Loisirs

- vie pratique
- activités artistiques
- grands-parents & petits-enfants
- conférences
- manifestations diverses



## Mémoire et Equilibre

- atelier «mémoire»
- atelier «équilibre»

# Quelques chiffres



# Pro Senectute Valais-Wallis en chiffre

## **Rapport d'activités** chiffres 2019

- 24'592 participants aux activités
- 42 collaborateurs
- 2'662 bénéficiaires de la consultation sociale
- 546'105 aides financières allouées
- 76'196 heures de bénévolat
- **1'283 bénévoles**

*Les bénévoles sont la pierre angulaire de notre institution 😊*

# Sécurité

# Sécurité : un business moderne

- En entreprise: directives MSST responsable sécurité
- Dans les écoles: impossible d'organiser des activités de plein air sans répondre aux normes de sécurité
- Dans la vie privée: normes sur les crèches, jardin d'enfants, etc.
- Dans la vie associative: toutes manifestations et activités



# Evolution de la législation

- **Ordonnance sur les sport à risques (2019)**  
RS935.911. CAS, Suisse rando, Amis de la nature, Pro Senectute et d'autres organisations sont directement concernés.

Aucun caractère professionnel n'est présumé pour les activités proposées par une personne sous la surveillance et la responsabilité d'une organisation à but non lucratif<sup>1</sup>. Les activités concernées (p. ex. camps ou excursions) sont en principe proposées uniquement aux membres, voire exceptionnellement à des personnes intéressées qui souhaitent devenir membres – sachant qu'il doit rester possible à des sympathisants de se joindre à ceux-ci pour pratiquer certaines activités. Cette réglementation s'applique p. ex. aux guides de randonnée du Club alpin suisse, de Suisse Rando, des Amis de la nature, de Pro Senectute ou d'autres organisations comparables. La sécurité des participants est garantie par des prescriptions internes à l'organisation concernée. Ainsi, des prescriptions minimales sont par exemple édictées concernant les formations que les personnes responsables doivent avoir suivies, ou les différentes offres doivent être autorisées par des personnes qualifiées appartenant à l'organisation.

Cette ordonnance nous impacte directement

Art.2, al.2

# Structure juridique

**Lois fédérales**



**Ordonnances d'application**



Guide  
de montagne



Accompagnateur en  
montagne



**esa**  
Organisations  
partenaires



Moniteur esa

# Evolution de la législation

- L'individu, les organisations qui mettent sur pied des activités sportives doivent assurer la sécurité des participants
- Notion de responsabilité = culpabilité potentielle
- Se préserver en prenant toutes les mesures nécessaires

# Conséquences

- Pro Senectute doit édicter des prescriptions internes en matière de sécurité pour chaque activité



# Prévention des accidents à vélo





## Bon à savoir :

- Les accidents de vélo sont, pour moitié, des collisions et, pour moitié, des pertes de maîtrise.
- Les collisions se produisent le plus souvent aux carrefours.

**36 cyclistes**

(motorisés ou non) meurent  
chaque année dans un  
accident de vélo.

**2,6 à 6 fois  
plus**

de risque de mourir dans un  
accident de vélo pour les  
seniors.

## Bon à savoir

- Dans 1/3 seulement des collisions impliquant un vélo, le cycliste est le responsable principal de l'accident.
- Dans les 2/3 des cas, le fautif est généralement l'automobiliste. Les cyclistes sont très souvent fauchés dans les giratoires.



## Bon à savoir

- Les cyclistes passent facilement **inaperçus** dans le trafic. Le risque est par ailleurs grand de confondre vélos classiques et vélos électriques, car il est difficile de les distinguer au premier abord. La vitesse des cyclistes motorisés est donc souvent sous-estimée par les autres usagers de la route



# Conseils pour votre sécurité

- Mettez sur la prudence et l'anticipation pour pouvoir réagir correctement aux imprévus.
- Ecouter et mettre en applications les consignes de sécurité indiquées par le moniteur



# Conseils pour votre sécurité

- Portez un casque bien adapté pour vous protéger des blessures à la tête

Seul un casque bien en place protège:



- 1 Resserrez le casque au moyen de la molette de réglage à l'arrière: il ne doit pas bouger, même avec la jugulaire ouverte.



- 2 Largeur de deux doigts entre le casque et le sommet du nez; les sangles se rejoignent juste en dessous de l'oreille.

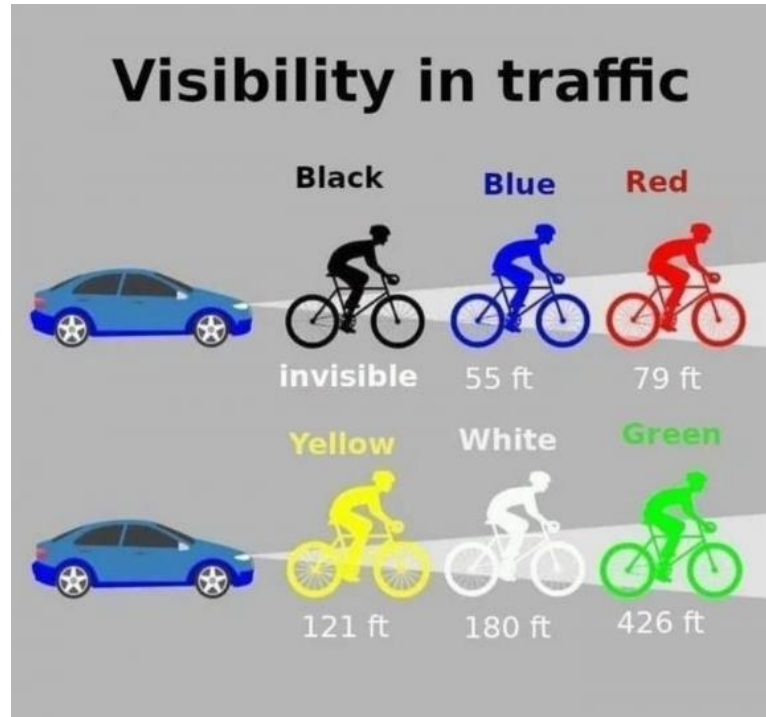


- 3 Serrez les sangles de manière uniforme; place pour un doigt entre le menton et la jugulaire.

Parfait! Bonne route!

# Conseils pour votre sécurité

- Rendez-vous visible, même de jour



## Conclusion :

- Le nombre d'accidents graves de vélo ne baisse pas, bien au contraire. Attention à vous, protégez-vous 😊
- Ecouter les instructions des moniteurs 😊

**Et surtout...beaucoup de plaisir dans vos sorties**



**MON PLAN**  
*de retraite*





# Questions ?



***Merci de votre attention***

