



FORUM

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin
Société suisse de médecine de montagne

ALPINUM

01-2015

«Diplomá in Mountain Medicine» Seite 4 Aufwertung und neue Anforderungen

■ Übergangsfrist für begonnene Ausbildungen

20 Jahre SGGM Seite 5

■ Rückblick auf Jubiläums-GV in Interlaken

«White Risk»: Seite 14 Die neue Internetplattform des SLF

■ Lawinenkunde und Tourenvorbereitung in der guten Stube

Internationales Höhlenrettungs- Seite 16 Treffen RISS 2015 (Vaumarcus)

■ Höhlenretter wollen Ausbildung und Material international vereinheitlichen



Inhalt

- 02 **Inhalt** | Impressum
Ausgabe 01 – Februar 2015
- 03 **Philipp Hoigné** | Editorial
- 04 **Basisdiplom Gebirgsmedizin (DIMM)** | SGGM-Kurswesen
Neue Anforderungen für das «Diploma in Mountain Medicine» (DIMM)
- 05 **Jubiläum** | 20 Jahre SGGM
Rückblick auf Jubiläumsfest und BRM-Tagung am 8.11.2014 in Interlaken
- 09 **LUHMA** | Lukla Helicopter Medical Assistance
Medizinische Versorgung für die nepalesische Region Bung
- 14 **Tommy Dätwyler** | Lawinenkunde neu erfunden
Die neue Internet-Plattform «White-Risk» des SLF
- 16 **Tommy Dätwyler** | Riss 2015
Das 13. Internationale Höhlenrettungs-Treffen findet im April in der Schweiz statt
- 19 **Tommy Dätwyler** | Outdoor-Kleider
Der schwierige Weg aus der Chemikalienfalle
- 22 **Ausschreibung Kletter-Medizinkurs** | SGGM
- 23 **Agenda** | Wichtige Daten und Termine

*Titelseite: Kühler Forschungs- und Arbeitsplatz im Hochlager II am Himlung Himal (6100m / Nepal / 2013)
Medizinische Forschungs-Expedition Swiss-Exped
Foto: Matthias Gutmann*

Impressum Forum Alpinum

Herausgeber / Éditeur

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin
Société suisse de médecin de montagne
Società Svizzera di Medicina di Montagna

Präsidium neu / Présidence nouveau

Philipp Hoigné
Email: praesident@sggm.ch

Kassier / Caissier

Eric Soehngen
Email: kassier@sggm.ch

Beitritts-Anmeldung / Inscription d'entrée

Sekretariat SGGM
Nadja Fässler, Rotbuchstrasse 49, 8600 Dübendorf
Email: sekretariat@sggm.ch

Redaktion / Rédaction

Tommy Dätwyler
Mobile: +41 79 224 26 39
Email: redaktion@sggm.ch
tommy.daetwyler@bluewin.ch

Layout / Mise en page

Druckform – die Ökodruckerei
Gartenstrasse 10, 3125 Toffen

Erscheinen

4 x Jährlich / par an

Redaktionsschluss Ausgabe 02 – 2015

15. April 2015

Druck / Impression

Druckform – die Ökodruckerei
Gartenstrasse 10, 3125 Toffen

Jahrgang

21, Nr. 1, Februar 2015



Schweizerische Gesellschaft
für Gebirgsmedizin
Société suisse
de médecine de montagne
Società svizzera
di medicina di montagna

Die SGGM sucht Dich – Willkommen!

Liebes SGGM-Mitglied
Liebe Leserin, lieber Leser

Es war eine Freude an der Bergrettungsmedizintagung in Interlaken so viele spannende und gute Vorträge zu hören. Der Jury fiel es schwer, nur einen Vortrag auszuwählen und mit dem SGGM-Preis von Fr. 500.- zu honorieren. Aufgrund des Engagement mehrerer Vorträge, dem Mut Bewährtes zu hinterfragen und der Unterstützung jüngerer Kollegen ging der diesjährige Preis an Matthieu Pasquier. Zur Unterstützung weiterer Forschungsprojekte hat Matthieu Pasquier sein Preisgeld jungen Kolleginnen/Kollegen zur Verfügung gestellt. Du kannst Dich also gerne bei der SGGM um eine Unterstützung für Dein Projekt bewerben.

An der SGGM Generalversammlung 2014 wurden Monika Brodmann Maeder und Bruno Durrer, für ihr langjähriges und grosses Engagement in unserer Gesellschaft verdankt. Des Weiteren sind Bruno Durrer und Hans Jacomet für ihre grossen Verdienste zu Ehrenmitgliedern gewählt worden. Es ist nicht selbstverständlich, dass sich beruflich stark engagierte Ärztinnen/Ärzte und Paramedics nebenberuflich und meist ehrenamtlich für eine Gesellschaft wie unsere engagieren.

Erstmals ist an einer Generalversammlung das «International Diploma for Mountain Medicine» (DIMM) den Diplomanden überreicht worden. Ich möchte allen Diplomanden zur erbrachten Leistung gratulieren und hoffe, dass sich viele von Euch aktiv für die SGGM einsetzen werden! Die SGGM braucht engagierte Kräfte, damit sie etwas bewegen kann. Momen-



tan sucht der Kassier eine Ablösung: Könntest Du Dir vorstellen dieses Amt zu übernehmen?

Die grosse Teilnahme an der Jubiläumsfeier «20 Jahre SGGM», sowie die muntere Runde im anschliessenden gemütlichen Teil, zeugen von einer kollegialen Gesellschaft. Ganz herzlich möchte ich Bruno Durrer für die Organisation des gelungenen Anlasses danken. Die Boogies aus dem Klavier von unserem Mitglied Urs Weilenmann haben dem Abend zusätzlich Schwung gegeben, auch ihm sei herzlich gedankt!

Um den im internationalen Umfeld steigenden Anforderungen für das «International Diploma for Mountain Medicine» (DIMM) gerecht zu werden und damit auch in Zukunft ein attraktives Kursangebot vorliegt wurde das SGGM Kurswesen neu organisiert. Die über die Jahre entstandenen Kurse sind ab diesem Jahr modular aufgebaut und die Lerninhalte

aufeinander abgestimmt. Des Weiteren kann das «International Diploma for Mountain Medicine» (DIMM) neu durch Sammeln von Punkten in einem Creditsystem erworben werden. Diese Umstrukturierung ist das Resultat von langen und intensiven Diskussionen mit allen Beteiligten. Details zu den neuen Anforderungen für das Diplom findest Du auf der nachfolgenden Seite 4.

Dieses Jahr findet im Rahmen des neuen Bergrettungsmedizin-Curriculum im Juni (siehe Agenda Seite 23) erstmals ein Höhlen-Rettungskurs statt. Egal ob Du am ganzen «Mountain Emergency Medicine Curriculum» interessiert bist oder ob Du Deinen Horizont durch ausgeklügelte Höhlentechniken erweitern möchtest und nur dieses Bergrettungs-Modul besuchst: Der Kurs wird sicher sehr spannend – und nach dem Kurs könnten die einen oder anderen Muskeln spannen... (siehe auch Seite 16)

Wir freuen uns, Dich bald in einem der SGGM-Kurse begrüßen zu dürfen.

Herzlich
Philipp Hoigné-Perret
Präsident

Neue Anforderungen für das «Diploma in Mountain Medicine» (DIMM)

Harmonisierung mit internationalen Standards bringt Aufwertung

Die Anforderungen für das Basisdiplom Gebirgsmedizin (DIMM) sind im internationalen Vergleich in den letzten Jahren deutlich gestiegen. Genügte in der Schweiz bisher der Besuch und das Bestehen der Basiskurse Sommer und Winter sind mittlerweile in den meisten umliegenden Ländern drei Wochen für den Erhalt des Diploms zu absolvieren. Jetzt hat auch die SGGM reagiert. Die Anforderungen für das DIMM wurden angepasst. Für begonnene Ausbildungen gilt eine Übergangsfrist.

Um den steigenden Anforderungen gerecht zu werden und das vielfältige Kursangebot zu fördern haben SGGM-Vorstand und Kursleiter per 1. Januar 2015 folgende Änderungen beschlossen:

- Für den Erhalt des Diploms sind neu drei Voraussetzungen zu erfüllen (Abb. 1): Der Besuch beider Basiskurse bildet weiterhin die Grundlage. Ebenfalls gilt weiter die Voraussetzung, dass zwei Kurse alpinechnisch bestanden werden müssen (20 Credits Alpinetechnik). Falls der alpinechnische Teil eines Basiskurses nicht bestanden wird, kann dieser jedoch neu im Höhenmedizin oder im Refresher-Kurs nachgeholt werden. Zusätzlich müssen neu weitere 20 Credits an Weiterbildung absolviert werden, entweder durch den Besuch eines spezialisierten Kurses oder durch andere zusätzliche Aktivitäten (Abb. 2).
- Auf Grundlage der Vorarbeit von Monika Brodmann wurde ein Logbuch im A6-Format konzipiert, um die Weiterbildungs-Fortschritte jedes Diplomanwärters zu dokumentieren. Die Logbücher werden in den Kursen ausgehändigt und müssen fortan vom Anwärter geführt werden. Nach Erfüllen aller Voraussetzungen wird das Logbuch

Voraussetzungen
ab 1.1.2015

**Diploma in
Mountain Medicine
Schweiz**

Basiskurse Sommer und Winter
+
20 Credits Alpinetechnik
+
20 Credits Zusätzliche Aktivitäten

Abb. 1

eingeschickt, wonach die Vergabe des Diploms wie bisher an der nächstfolgenden SGGM-Generalversammlung erfolgt.

- Im Vergleich zur Einführung einer fixen dritten Kurswoche bietet der gewählte modulare Aufbau den Vorteil, zusätzlich zur Basisausbildung eigene Schwerpunkte setzen zu können; nach individuellen Interessen z.B. im Bereich der Höhen- oder Rettungsmedizin, durch

den Besuch von Spezialkursen zu Themen wie Sportklettern oder Spéléo oder auch durch redaktionelle oder wissenschaftliche Tätigkeit. Auch für ausländische Kurse können Credits erworben werden, es empfiehlt sich eine vorgängige Abklärung beim Sekretariat der SGGM. Details zur neuen Regelung sowie eine Übersicht über das aktuelle Kursangebot finden sich online unter www.sggm.ch

Im Sinne einer Übergangsfrist können Anwärter, die den ersten Basiskurs bis/mit Winterkurs 2015 absolviert haben, das Diplom bis zur SGGM-Generalversammlung 2016 nach den alten Anforderungen erwerben, d.h. falls bis dahin beide Basiskurse besucht und bestanden werden.

Roman Hari, Philipp Hoigné



Credits für zusätzliche Aktivitäten
je nur einmal anrechenbar

Kurs	Credits
Refresher-Kurs	20
Höhenmedizin im Expeditionsstil	20
Sportklettern und Medizin	15
Modul Bergrettungsmedizin	15
SGGM-General-Versammlung	5
Bergrettungstagung Interlaken	5
Andere gebirgsmedizinische Weiterbildung	5
Artikel im Forum Alpinum	5
Gebirgsmedizinische Publikation in einem anderem Journal	5

Abb. 2

Rückblick auf Jubiläumsfest und BRM-Tagung am 8.11.2014 in Interlaken

20 Jahre SGGM: Erfolg und Auftrag zugleich

«Ein Alpenland wie die Schweiz braucht die Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin, SGGM». Diese Aussage von SGGM-Präsident Philipp Hoigné fand an der 8. Bergrettmessmedizin (BRM)-Tagung in Interlaken anfangs November uneingeschränkte Unterstützung. Mehr noch: Über ein Dutzend spannende Fachvorträge (Abstracts unter «Publikationen» auf www.sggm.ch), die im Tagungsprogramm integrierte Generalversammlung 2014 und der stimmige Festakt zum 20jährigen Bestehen der SGGM im Anschluss an die Fachtagung machten deutlich, wie viel Know-How, Erfahrung, Einsatzbereitschaft und Zusammenhalt die SGGM-Mitglieder in der ganzen Schweiz 365-Tage im Jahr in die Waagschale werfen. Tagung und Jubiläumsfest wurden zu einem vielbeachteten Stelldichein von insgesamt über 200 Rettungsprofis.

Vor 20 Jahren von einer überschaubaren Gruppe von befreundeten Berggängern und Medizinern gegründet, ist die SGGM heute nicht mehr aus der «alpinen helvetischen Rettungslandschaft» wegzudenken. Seit 20 Jahren engagiert sich die SGGM unter anderem für die Belange der ärztlichen Notfallbetreuung in den Bergen, aber genauso in der Ausbildung, Lehre und Forschung sowie beim internationalen Erfahrungsaustausch. Die SGGM hat in den letzten 20 Jahren über 1500 Medizinerinnen und Mediziner zu Gebirgsärzten ausgebildet und bietet auch mit speziellen Laienkursen ein vielbeachtetes Ausbildungs-Segment an. Vor 20 Jahren als «Bäumchen» geplant, sei die SGGM zu einem stattlichen Baum geworden – der aber weiterhin auf den freiwilligen Einsatz zahlreicher Mitglieder angewiesen sei, meinte SGGM-Präsident Philipp Hoigné mit einem Seitenblick auf die vielfältigen

und in ehrenamtlicher Tätigkeit zu erfüllenden Aufgaben. Verstreut über die ganze Schweiz trage die SGGM durch die Tätigkeit und die Erfahrung Mitglieder viel zur Sicherheit jener Menschen bei, die aus Freude oder beruflich in den Bergen unterwegs seien. «Wir sind eine Gesellschaft aus Ärzten, Paramedics, Bergführern und interessierten Laien, die sich mit grossem Erfolg und kompetent um die Belange der Gebirgsmedizin kümmert», zog SGGM-Präsident Philipp Hoigné Fazit. Der innovative Geist werde die Gesellschaft auch in Zukunft weiter voranbringen.

Nicht nur weiter, sondern auch immer schneller unterwegs ist der Extremalpinist Ueli Steck. In seinem von Lowa/Leki Schweiz gesponserten Gastreferat gab der Berner Oberländer Spitzensportler unter dem Titel «Professionalität im Grenzbereich» an der SGGM-GV Einblick in seine Trainingsmethoden und seine Motivation, Ausdauerleistung vom flachen Gelände an den technisch schwierigen Berg zu übertragen. «Ich liebe es zu trainieren und das ganze auf die Spitze zu treiben», erklärte Steck (38), der sich nach eigenen Angaben in diesen Jahren auf dem Höhepunkt seiner Karriere befindet und später leistungsmässig schon bald andere Herausforderungen suchen müsse. Noch seien Leistungsgedanke und Leidenschaft aber Motor genug, immer neue Herausforderung anzunehmen und Grenzen zu sprengen. Der Speedkletterer glaubt aber, dass seine Leistungen von späteren Generationen noch übertrumpft werden. Er selber bewege sich, wie viele Rettungskräfte bei ihren Einsätzen auch, nicht selten auf einem schmalen Grat. Steck begegnete in Interlaken den vielfältigen Leistungen von Bergrettern in der Schweiz und in der ganzen Welt mit grossem Respekt.



Philipp Hoigné:
Der letzte Schliff an der präsidentalen Rede



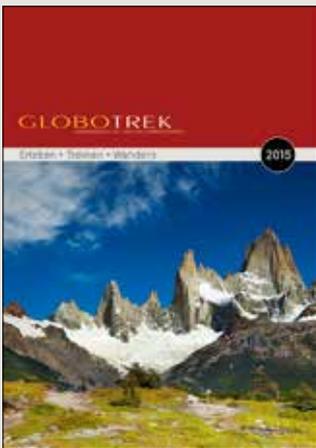
Gastreferent und Extrembergsteiger Ueli Steck
bei der SGGM zu Gast

BESTELLEN SIE DEN
KATALOG
WWW.GLOBOTREK.CH

Nepal
Tansania
Peru

6922 km
6579 km
10587 km

Trekking- und Erlebnisreisen Individual- und Gruppenreisen weltweit



Der Trekkingreisen-Spezialist bietet das umfassendste Reiseangebot der Schweiz in die schönsten Berggebiete der Welt.

Alle Informationen finden Sie auf **www.globotrek.ch** oder bestellen Sie unsere Reisekataloge.

GLOBOTREK
UNTERWEGS ZU NEUEN HORIZONTEN



Gruppenbild mit Dame: Martin Walliser (weitere drei Jahre als Vizepräsident gewählt); Monika Brodmann (Verantwortung Basiskurse abgegeben); Bruno Durrer (Organisator BRM-Tagung/Neues Ehrenmitglied), Hans Jacomet (neues Ehrenmitglied); Philipp Hoigné, Präsident SGGM)

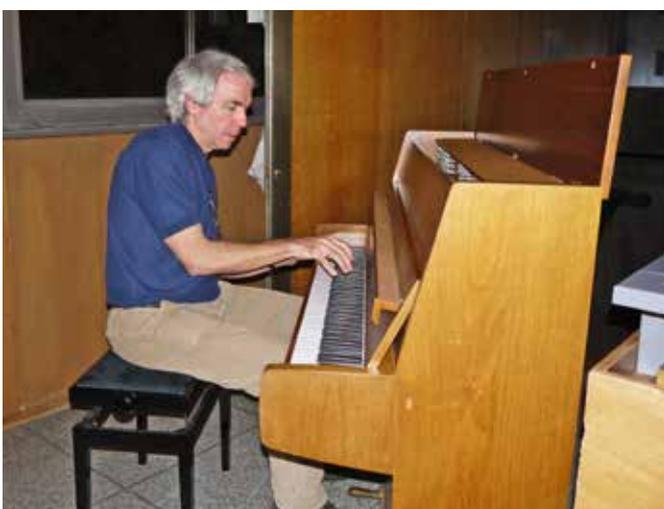


Erfolgreiche Kursabsolventen: Zum ersten Mal wurden die Diploma of mountain medicine an der SGGM-Generalversammlung überreicht

Ein ausgiebiger Apéro (vorbereitet von der Rettungsstation Lauterbrunnen) mit musikalischer Untermalung (am Piano: Urs Weilenmann), eine Photopräsentation mit Bildern aus den vergangenen 20 Jahren und Alphornklänge liessen in der grossen Aula des Oberstufenschulhauses bereits vor dem gemeinsamen Imbiss Feststimmung aufkommen. Feierlich zu und her ging es auch bei der Übergabe des «International Diploma in Mountain Medicine» an die erfolgreichen Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer. Die langjährige Kurs-Hauptverantwortliche, Monika Brodmann Maeder, hat mit dieser Diplomübergabe das aufwändige Amt nach vielen Jahren und erfolgreicher Aufbau- und Entwicklungsarbeit an Edith Oechslin abgegeben. Ebenfalls einen Schritt kürzer tritt nach 25-jährigem Engagement im Bereich Ausbildung und Bergrettung Bruno

Durrer: Der Berner Oberländer wird die Verantwortung der Bergrettungskurse und die traditionelle BRM-Tagung in Interlaken an Alex Kottmann abtreten. Auch das Amt des Technischen Leiters der SGGM-Basiskurse wurde neu besetzt. Mit der Stabübergabe von Bruno Honegger an Patrick Hediger wurde auch bei der gebirgstechischen Ausbildung ein Generationenwechsel vollzogen. Die oft auch im verborgenen geleistete Arbeit der SGGM-Exponenten sei immens, meinte Philipp Hoigné bei seiner Würdigung der Entwicklung sämtlicher Arbeitsbereiche. Die beiden SGGM-Gründungsmitglieder Bruno Durrer (Lauterbrunnen) und Hans Jacomet (Sedrun) wurden schliesslich zu Ehrenmitgliedern ernannt.

Tommy Dätwyler



Schon beim Apéro gute Stimmung dank Piano-Klängen: Urs Weilenmann weiss zwischen schwarz und weiss zu unterscheiden...



Gut verpflegt dank der Rettungsstation Lauterbrunnen



Natürlich von uns: Die erste PFC-freie 3-Lagenjacke mit ECO-Bionic Finish.

3 Lagen Jacke und Hose
GORAK SHEP
Jacke 379.-
Hose 329.-

KOMBIANGEBOT

598.-
statt 708.-



ALPINE HÖCHSTLEISTUNG OHNE REUE

Die neue «Gorak Shep» 3-Lagen-Jacke wird komplett ohne den Einsatz von PFC und PTFE gefertigt. Abstriche bei der Performance: Fehlanzeige. Damit beweist das Schweizer Qualitäts-Label, dass Funktionalität und Umweltschutz auch auf höchstem Level kombinierbar sind. Denn Bergsport und das intensive Erleben der Natur soll auch in Zukunft für alle genießbar bleiben.

VOLLE LEISTUNG - VOLL NATURVERTRÄGLICH

Die «Gorak Shep»-Hardshell zeigt sich als absolut zuverlässiger Begleiter im alpinen Gelände - und setzt dabei vollkommen auf umweltfreundliche Materialien: In dem 3-Lagen Laminat sorgt die Sympatex Membran aus gesundheitlich unbedenklichem Polyetherester (PES) für ein 100% wasser- und winddichtes Outdoor-Vergnügen.

Durch das speziell entwickelte Innenfutter «highH2out» gelingt gleichzeitig der Wasserdampfdurchgang besonders gut, ja sogar besser als bei herkömmlichen Laminaten. Apropos besser: Nicht nur die Membran, sondern das gesamte Laminat besteht aus haut- und umweltfreundlichem, sortenreinem PES und ist 100% recycelbar. Damit verdient sich der Materialmix die Zertifizierung mit dem Öko-Tex® Standard 100 und erfüllt alle Anforderungen des Bluesign®-Labels. Da ist es fast schon selbstverständlich, dass die «Gorak Shep» auch in Sachen DWR-Ausrüstung (Durable Water repellent) auf Naturverträglichkeit setzt: Das für die neue 3-Lagen-Jacke verwendete Bionic Finish ECO® ist Fluorcarbonfrei. Das Auffrischen der Imprägnierung kann dank dieser Basis ebenfalls schadstofffrei erfolgen.

Doch nicht nur die Umweltverträglichkeit, auch die Funktionalität der technischen Jacke erreicht neue Standards: Keine andere Membran weist eine so geringe Materialstärke auf. Das wirkt sich besonders positiv auf den Tragekomfort aus und ermöglicht ein besonders niedriges Flächengewicht.

Die Gorak Shep Hardshell-Jacke ist in einer Variante für Damen und einer Variante für Herren erhältlich.

Aarau · Baden · Basel · Bern Bahnhof · Bern Spitalgasse · Biel
Buchs SG · Chur · Davos · Frauenfeld · Langnau i. E. · Luzern · Muri AG
Stans NW · Visp · Winterthur · Zürich Oberdorf · Zürich Stauffacher
Zwingen · Bad Zurzach (Teilsortiment)



It's our nature to be good.

Lukla Helicopter Medical Assistance

LUHMA – Ein Versprechen

Die Alpine Rescue Foundation (ARF) und die Fondation Nicole Niquille (FNN) spannen zusammen, um die Bergbevölkerung im nepalesischen Himalaya medizinisch besser zu versorgen. Ein erster Pilotversuch im Dezember 2013 wurde erfolgreich realisiert. Über 700 Menschen aus der weitverstreuten Region Bung im Solukhumbu-Distrikt kamen zum zweitägigen Health Camp (temporäre medizinische Einrichtung), um sich kostenlos behandeln zu lassen.

Text: Rolf Loepfe | Fotos: Rob Lewis



Nach sechsmonatiger Vorbereitung in der Schweiz und in Nepal ist es am 5. Dezember 2013 soweit: der erste Helikopter setzt auf dem Platz neben dem Schulgebäude der Secondary School in Bung auf. Der Platz ist die einzige flache Ebene weit und breit. Dichter Staub wirbelt

auf und treibt die ersten zusammengelaufenen Kinder und Schaulustigen kurzfristig in die Flucht. Als die Rotoren zum Stillstand kommen, steigt ein sichtlich stolzer Captain Surendra Paudel aus. Surendra weilte im Oktober 2013 zum Training in Zermatt. Gerold Biner, CEO der Air Zermatt, bezeichnet ihn als herausragendes Talent, der die Maschine bei Rettungsaktionen mit grossem Geschick und stoischer Ruhe steuert. An diesem Dezembermorgen führt der junge Pilot keine Rettungsaktion durch, sondern fliegt Medikamente, Ausrüstung und die medizinische Crew des PLNN Hospitals nach Bung, wo das erste Health Camp im Rahmen des LUHMA-Programms durchgeführt wird. Dr. Monika Brodmann vom Notfallzentrum des Inselfspitals Bern und Leiterin von LUHMA ist bereits einen Tag zuvor in Bung angekommen, um erste Vorbereitungen vor Ort zu treffen. Brodmann hat die Strecke von Lukla nach Bung in Begleitung der Spitalleiterin Pasang Lhamu, eines Fotografen und des Verfasser des Artikels in einem viertägigen Fussmarsch zurückgelegt – die Distanz, die die Bevölkerung von Bung zurücklegen muss, um sich im Spital behandeln zu lassen. Brodmann: «Der Marsch war wichtig, um sich vor Ort ein besseres Bild über die Bevölkerung und ihre Lebensbedingungen zu verschaffen und erste persönliche Kontakte zu den behördlichen Instanzen von Bung zu knüpfen». So wurde gemeinsam der bestehende Health Post als Standort für das Health Camp bestimmt und vorbereitet.

Die Begrüssung der Ankömmlinge erfolgt herzlich und traditionell mit dem Umhängen der Katas (Ehrenschals). Mit an Bord des Helikopters ist auch Mr. Kedar Rai Parajuli vom District Health Office, Solukhumbu. Parajuli hat



Einzige Landemöglichkeit für den Helikopter: der Pausenplatz der Schule Bung





Bereits am frühen Morgen treffen die ersten Patienten ein



Eine Patientin wird in einem Lastenkorb ins Health Camp getragen

das Health Camp im Vorfeld bewilligt und sich auch für den Standort Bung eingesetzt. Bung hatte sich zur Durchführung des Health Camps aufgedrängt: Rund 60 km Luftlinie vom Spital entfernt, leben in der Umgebung des Dorfes rund 7000 Menschen.

In diesem Gebiet namens Kulung leben vornehmlich Vertreterinnen und Vertreter der Volksgruppe der Rai in ärmlichen und teilweise schlechten hygienischen Bedingungen. Der Grossteil der Bevölkerung lebt von

der Landwirtschaft oder verdingt sich als Lastenträger.

Mit Unterstützung von Freiwilligen werden die Medikamente und Ausrüstung zu dem etwas höher gelegenen Health Post transportiert. Zu diesem Zeitpunkt haben sich dort bereits erste Patienten versammelt. Für die Behandlungen zuständig sind zwei nepalesische Ärzte des PLNN Hospitals Lukla. Bereits vor dem Mittag haben sich lange Schlangen vor der Registrierung gebildet. Die Patienten kommen vornehmlich aus der Gegend von Bung, aber auch aus dem zwei Stunden entfernten Cheskam, aus Gudel, und sogar aus der Hochebene Najingdingma trafen nach 12-stündigem Marsch drei Frauen im Alter von 70 und 80 Jahren ein.

Über 700 Patienten in zwei Tagen

Seit 18 Jahren sind in Bung keine Behandlungen mehr durch Ärzte durchgeführt worden. Entsprechend gross ist der Andrang bereits am ersten Tag. Einzelne Fälle von Tuberkulose, Lungenentzündungen und Krebsgeschwüren bilden die schwereren Fälle. Häufig diagnostiziert werden insbesondere Grauer Star, Infektionen, Wurmerkrankungen und Gastroenteritiden. Auch ein drei Monate altes Baby mit Verbrennungen dritten

Grades sowie eine stillende Mutter mit einem Abszess an der Brust können ambulant behandelt werden. Ein zwölfjähriges Mädchen mit einem Herzfehler wird am zweiten Tag des Health Camps nach Kathmandu zu weiteren Abklärungen ausgeflogen.

Die Bevölkerung wurde bereits Tage vorher im Radio über das Health Camp informiert. Dies hat bestimmte Wirkung gezeigt, allerdings ist nur ein Teil der Menschen mit Radioempfangsgeräten ausgerüstet. So ist es nicht weiter erstaunlich, dass der Andrang am zweiten Tag noch um einiges grösser war, als sich die Kunde vom Health Camp weiterverbreitet hatte. Bereits in den frühen Morgenstunden trafen erste Gruppen zur Behandlung in Bung ein. Im Laufe des Tages fanden immer mehr Leute den Weg zum Health Camp. Nach dem Mittag wurde der Peak erreicht und es wurde für die Verantwortlichen zunehmend schwierig, die Patienten zu kanalisieren und nach der Registrierung und Blutdruckmessung geordnet zu den Behandlungen zu schleusen, die teils im Freien, teils in den kargen Räumen des Health Posts durchgeführt wurden. Dennoch ist die Geduld der Nepalesen und die gegenseitige Hilfe beispielhaft. Nicht wenige Patienten wurden von Angehörigen und Freunden auf dem Rücken zum Camp getragen.

Mangelnde Hygiene als Hauptursache von Infektionen

Auf einen Arzt kommen in Nepal über 15'000 Patienten. Mit dieser Quote liegt Nepal ganz am Schluss der weltweiten Liste. Das gleiche gilt für die Kindersterblichkeit: auf 100'000 Lebendgeburten kommen 289 Todesfälle (WHO, 2006). Die Sterblichkeitsrate bei Müttern in Nepal ist immer noch eine der höchsten der Welt (und die höchste in Asien), was u. a. daran liegt, dass noch etwa 90 Prozent zuhause gebären – oft unter hygienisch problematischen Bedingungen. Die Motivation für die Hausgeburten ist einerseits traditionsbedingt, andererseits aber auch mit der Angst vor Behandlungskosten und langen Wegen zu den Spitälern verbunden. Hier

Fortsetzung Seite 13

ARF – ALPINE RESCUE FONDATION

Die ARF kämpft für eine professionelle Bergrettung in Nepal. Die Bergretter der Air Zermatt haben bereits 2010 ein Programm gestartet, um ihr fundiertes Know-how in Nepal weiterzugeben. Dazu wurden Teams von nepalesischen Piloten und Flughelfern zuerst in Zermatt und später vor Ort im nepalesischen Himalaya (Solukhumbu-District) aus- und weitergebildet. Zur technischen Ausbildung gehören insbesondere Trainings der Piloten und Flughelfer für die Rettung mit der Longline zur Bergung von verunfallten Bergsteigern in grossen Höhen sowie die Arbeit mit dem Dreibein, um Verunfallte aus Gletscherspalten zu bergen. Obwohl der Bergtourismus im Everestgebiet seit Jahren kontinuierlich zulegt und auch die Anzahl der Unfälle und Bergungen steigen, verfügt der Staat Nepal bis heute über kein funktionierendes Rettungssystem in den Bergen. Einige Helikopterfirmen buhlen um das Geschäft mit Rettungen von zahlungskräftigen Touristen und verlangen teilweise horrendere Prämien für einfache Bergungen oder führen waghalsige Rettungsmanöver ohne spezifisches Know-how durch. Die im Land herrschende und weit verbreitete Korruption ist hier noch stärker spürbar als in anderen Bereichen.

Oft werden auch fragwürdige «Rescues» von Touristen durchgeführt, die sich nach erfolgreichen Trecks oder Bergbesteigungen den mühsamen Rückweg ersparen wollen und medizinische Notlagen vorschoben, um sich auf Kosten der Versicherungen zurück nach Kathmandu fliegen zu lassen. So ist es letztes Jahr bereits vorgekommen, dass aufgrund einer solchen «Rettung» mit einer Flugzeit von 1,5 Stunden kein Helikopter zur Verfügung stand, um einen schwer kranken Nepalesen ins Spital zu fliegen, wie Ang Tashi Sherpa, Mitarbeiter und Flughelfer bei Simrik Air, zu berichten weiss.

PLNN – PASANG LHAMU NICOLE NIQUILLE HOSPITAL

Das PLNN Pasang Lhamu Nicole Niquille Hospital in Lukla. Die ehemalige Bergsteigerin und erste Bergführerin der Schweiz Nicole Niquille hat das Spital aus eigener Initiative und mit eigenen Mitteln zusammen mit ihrem Mann Marco Vuadens aufgebaut. Das Spital wird mit nepalesischem Personal geführt und leistet einen wichtigen Beitrag zur medizinischen Versorgung von rund 10'000 Menschen im Solukhumbu.

Patienten nehmen bis zu dreitägige Märsche in dem unwegsamen Gebiet auf sich, um sich medizinisch behandeln zu lassen. Finanziell schlecht gestellte Einheimische geniessen kostenfreie Behandlungen im Spital. Nach mehr als acht Jahren Betrieb zieht man bei der Fondation Nicole Niquille eine positive Bilanz aus dem bisherigen Engagement:

Letztes Jahr wurden mehr als 100000 Patienten behandelt. 70 Kinder erblickten das Licht der Welt im Spital. In Zusammenarbeit mit dem nepalesischen Staat konnten zudem Impfprogramme, Mutterschaftsberatungen und -Begleitungen implementiert werden.

Dennoch gibt sich Nicole Niquille nicht zufrieden: Für viele abgelegene Täler ist das Spital zu weit weg. Die paar wenigen verstreuten und nur mit bescheidenem Equipment und Know-how ausgestatteten Health Posts im Distrikt können nur bedingt professionelle Hilfe leisten, wenn es ernst wird.

Ein Teil der Behandlungen wird unter freiem Himmel durchgeführt



HIMALAYA TOURS



Einige Highlights in Nepal

Das Team von Himalaya Tours war viele Monate in Nepal unterwegs auf der Suche nach spannenden Routen abseits der «Touristenpfade». Es hat sich gelohnt, aber psst....nicht weiter erzählen.

- 28.03.-28.04.2015 **Acht Pässe um die Annapurna**
Anspruchsvolles Trekking über kaum begangene Pässe. Ulitmative Umrundung der Annapurna.
- 04.04.-26.04.2015 **Einsame Wege und Rhododendronblüte**
Einmaliges Trekking mit vielen kulturellen und landschaftlichen Highlights und über den einsamen Rupina La.
- 26.09.-30.10.2015 **Pioniertrekking von Dolpo nach Mugu**
Sehr anspruchsvolles Pioniertrekking auf äusserst selten begangenen und abenteuerlichen Wegen.
- 07.10.-01.11.2015 **6000er Pass und Besteigung Seribung Peak (6328 m)**
Phantastisches Trekking über den 6000 Meter hohen Seribung Pass mit Besteigung des Seribung Peak.
- 07.10.-01.11.2015 **Wildes Rolwaling und Pachermo (6270 m)**
Abenteuerliche Route von Rolwaling ins Khumbu mit Besteigung des Pachermo (6270 m).
- 10.10.-01.11.2015 **«Hidden Himalaya»**
Zelttrekking auf alter Handelsroute von Dolpo nach Mustang. Kennen auch Nepalkenner noch nicht.
- 31.10.-22.11.2015 **Mera Peak (6460 m) und Amphu Lapcha Pass**
Hochalpinen «Expeditionstrekking» durch eine grandiose Gletscher- und Bergwelt.

Viele weitere Reisen in Nepal, Bhutan, Ladakh, Zanskar, Spiti, Garhwal, Himachal und anderen Himalayaregionen unter www.himalayatours.ch



Übrigens, Thomas Zwahlen von Himalaya Tours hat über 7 Jahre im Himalaya verbracht und ist ein einmaliger Kenner von Nepal, Ladakh, Bhutan und vielen anderen Regionen. Er spricht sogar den lokalen Dialekt einiger Gebiete im Himalaya.

setzt das PLNN Spital an und bietet Mutterschaftsberatungen und kostenlose Niederkunft im Spital in Lukla an. Auch im Health Camp werden junge Mütter beraten und für die richtige Ernährung ihrer Kinder sensibilisiert. In der Region Bung wurden im letzten Jahr über 100 Fälle von Kindstod festgestellt, wie der Chairman der Secondary School von Bung zu berichten weiss. Im weitläufigen und an steilen Hängen gelegenen Dorf leben ca. 3500 Einwohner. Pro Haushalt kommen zwischen 5 bis 12 Personen. Selbst kinderreiche Familien teilen sich oft einen einzigen Wohn- und Schlafräum. Auch wenn der Solukhumbu District auf Plakaten entlang der Pfade verkündet, dass jeder Haushalt mit einer Toilette ausgestattet sei und deshalb auf das Verrichten der Notdurft im Freien verzichtet werden sollte, wird der westliche Besucher feststellen, dass dieser Zustand noch in weiter Ferne liegt. Es ist deshalb nicht erstaunlich, dass die meisten im Health Camp untersuchten Kinder an Infektionen und Wurmerkrankungen leiden. Zwar hat der nepalesische Staat umfassende Impfprogramme gestartet und eine Impfkarte eingeführt, doch das Programm steckt noch in den Kinderschuhen und erreicht erst einen Teil der Bevölkerung im Himalaya.

Positive Bilanz

Dr. Monika Brodmann zieht eine positive Bilanz aus dem Pilotversuch des ersten LUHMA-Health Camps: «Das Bedürfnis und die Notwendigkeit solcher Camps sind ganz klar vorhanden. Im Vorfeld war es schwierig abzuschätzen, wie gut die Kommunikation funktionieren würde und wie viele Menschen sich tatsächlich behandeln lassen möchten. Klar ist, dass mit über 700 Behandlungen die Erwartungen deutlich übertroffen worden sind. Nun haben wir erste Zahlen, die wir auch detailliert auswerten werden. Diese werden uns helfen, das Programm weiter zu optimieren. Dies betrifft die benötigte Infrastruktur und auch die Zusammensetzung der mobilen Teams sowie die Menge und die Zusammenstellung der benötigten Medikamente. Wir sind besonders stolz, dass kein einziger Patient abgewiesen werden musste». Am zweiten Tag



Geduldiges Warten vor der Registrierung

wurden die Behandlungen bis in die Abendstunden fortgesetzt. Die Gemeindevertreter hatten sogar kurzfristig Lichtketten über dem Camp installieren können, als die Dunkelheit einsetzte. Den höchsten Kostenanteil nehmen die Helikopterflüge ein. Ohne diese sind Health Camps in den unwegsamen und schwer zugänglichen Gebieten im Himalaya nicht möglich. Geplant ist, im nächsten Jahr weitere drei bis vier solche Camps in bereits definierten Orten durchzuführen. Läuft das Programm LUHMA planmässig weiter, soll jeder Ort mindestens zweimal im Jahr bedient werden. «Dazu sind wir auf die Unterstützung von Gönnern und Sponsoren angewiesen», sagt Michel Erb. Mittels Fundraising und Spendenaktionen sollen die Gelder im kommenden Jahr generiert werden, um im Solukhumbu-District die medizinische Versorgung nachhaltig zu verbessern. Und wenn es nach der Vision von Bruno Jelk der ARF geht, werden Helikopter in absehbarer Zukunft nicht mehr nur Touristen bergen, sondern auch jeden kranken oder verunfallten Nepalesen ins Spital fliegen, der akute Spitalversorgung benötigt. Nicole Niquille, die Gründerin des Spitals in Lukla, wünscht sich, dass bereits in naher Zukunft pro Jahr rund acht solche Health Camps durchgeführt werden. Damit kommt Niquille ihrem Traum die medizinische Versorgung rund um Lukla nachhaltig zu verbessern einen grossen Schritt näher.

Nutzung von Synergien

Mit dem gemeinsamen Projekt LUHMA (Lukla Helicopter Medical Assistance) nutzen ARF Zermatt und die Fondation Nicole Niquille nun geschickt Synergien. In Zukunft sollen bevölkerungsstarke und medizinisch unterversorgte, schwer zugängliche Gebiete im Solukhumbu in regelmässigen Abständen mittels mobilen Ärztenteams per Helikopter besucht werden, die vor Ort in ein- bis dreitägigen Health Camps kostenlos ambulante Versorgungen durchführen. «Dank der grosszügigen Spende eines Schweizerischen Wirtschaftsclubs konnte die Finanzierung des ersten Einsatzes sichergestellt werden», so Michel Erb, CFO der ARF und des LUHMA-Projekts.

Die medizinische Crew des Health Camps



Die neue Internet-Plattform «White-Risk» des SLF

Alles und noch viel mehr über Lawinen auf einen Klick

Unfallvorsorge leicht gemacht: Mit der neuen «White-Risk»-Internetplattform präsentieren das WSL-Institut für Schnee und Lawinenforschung SLF in Davos und die Suva diesen Winter ein aktualisiertes, gut verständliches und zugleich spannendes Lehr- und Planungsmittel. Mit der in vier Sprachen (DE, FR, IT und EN) aufgeschalteten interaktiven Plattform wird Lawinenkunde zum «Abenteuer in der warmen Stube» und die verantwortungsvolle Tourenplanung für alle Tourengänger zu einer kurzweiligen Tätigkeit.

«Nein, das Training draussen in der Natur und das verantwortungsbewusste Handeln im Gelände ersetzt das neue Arbeitsinstrument nicht, aber es erleichtert die Auseinandersetzung mit den Naturelementen und vermittelt Wissen, das so kaum zwischen zwei Buchdeckeln Platz findet», erklärt Bergführer und Geograf Stephan Harvey vom SLF. Rund einhalb Jahre hat Harvey zusammen mit einer Vielzahl von Technikern und Grafikern an der neuen Plattform gearbeitet. Seine Hoffnung ist unmissverständlich: «Wenn dank dieser

Arbeit und dem neuen Lehrmittel auch nur ein Lawinentoter verhindert werden kann, dann haben wir ein grosses Ziel erreicht». Als Herausgeber der neuen interaktiven Lawinenprävention zeichnen dann auch SLF und die SUVA verantwortlich, das Schweizerische Rote Kreuz SRK steht als Partner dahinter. Die Auseinandersetzung mit dem Thema «Schnee und Lawinen» führt auch dank einem spielerischen und einfachen Zugang zu einem enormen und aktuellen Wissen, das jedem Tourengänger im Winter eine grosse Hilfe ist und hilft, Lawinenunfälle zu verhindern.

Neue Möglichkeiten auf jedem Niveau
Die neue «Informations- und Ausbildungsplattform» ist in die drei Bereiche «Explore», «Tour» und «Pro» unterteilt. Der neue «White Risk – EXPLORE»-Bereich – er ersetzt die vor bald zehn Jahren geschaffene CD – überzeugt vor allem der didaktische Aufbau. Er erlaubt es geübten und ungeübten Internet-Nutzern gleichermaßen, sich auf einfache Weise eine Wissensbasis aufzubauen, die draussen im Gelände Gold wert ist.

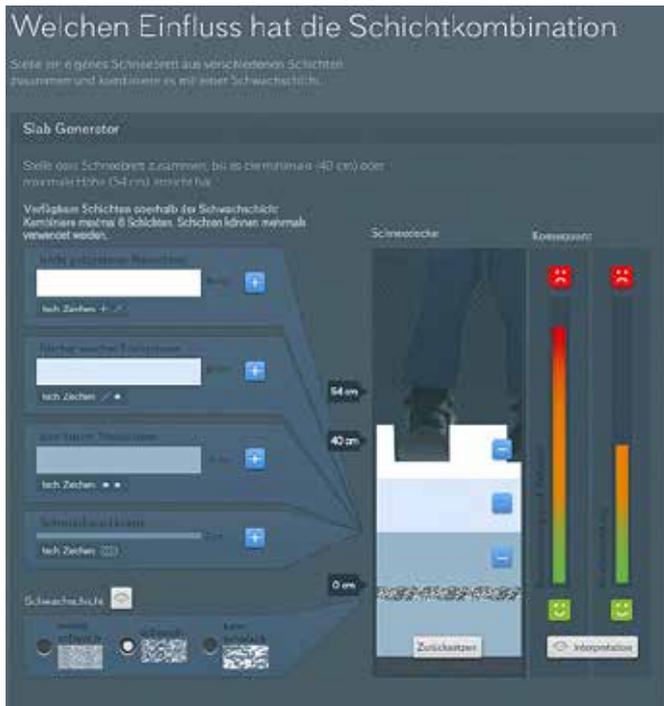
Fotos, Videos, Animationen, Tonaufnahmen, Grafiken und interaktive Tools erleichtern das Verständnis und führen Schritt für Schritt in die Tiefe, so lang und so ausführlich, wie jeder Einzelne es gerade will. Mit jedem der fünf präsentierten «Wissensberge» kann in ein Thema eingetaucht werden. Zur Auswahl stehen die Bereiche «Basics», «Gefahrenstufen», «Lawinenarten», «Unterwegs» und «Lawinenbildende Faktoren». Jedes Thema beginnt jeweils auf einem einfachen Level – auf einem «Balkon» quasi – den man, wenn das Interesse einmal geweckt ist, verlassen und (auch bildlich) weiter in die Tiefe gehen kann. Scrollt man wieder hoch, gelangt man zum «Balkon» und schliesslich wieder zum Ausgangsberg und damit zum grossen Überblick zurück. Eine Suchfunktion nach Stichworten und sauber gegliederte interessante Themenbereiche erleichtern zudem auch das «Herauspicken» konkreter Inhalte und Informationen.

Der einfachste Zugang zu Forscherwissen

Umfassendes Basiswissen ist im Bereich «EXPLORE» zugänglich. Der «Basics»-Berg ist kostenlos, alle übrigen Kapitel sind mit einer Standard-Lizenz verfügbar. Der Bereich «EXPLORE» lockt und verführt zu eigenen Entdeckungen, Schnee- und Lawinenwissen kann ohne Schwellenangst abgerufen, gelernt und repetiert werden. Mit einem der vielen interaktiven Tools kann z.B. die Kartenlesekunst trainiert und sogar mit der realen Ansicht verglichen werden. White Risk EXPLORE bietet ungeahnte Möglichkeiten und macht gleichzeitig Spass: Man kann es als «Frau Holle» beispielsweise schneien lassen oder man bestimmt als «Petrus» zwei verschiedene Wetterszenarien und kann jeweils die Entstehung der Schneedecken mitverfolgen, bevor man anschliessend die entstandenen



Bergführer und «White-Risk»-Autor beim Ausprobieren der neuen Internetplattform des SLF. (Foto: Tommy Dätwyler)



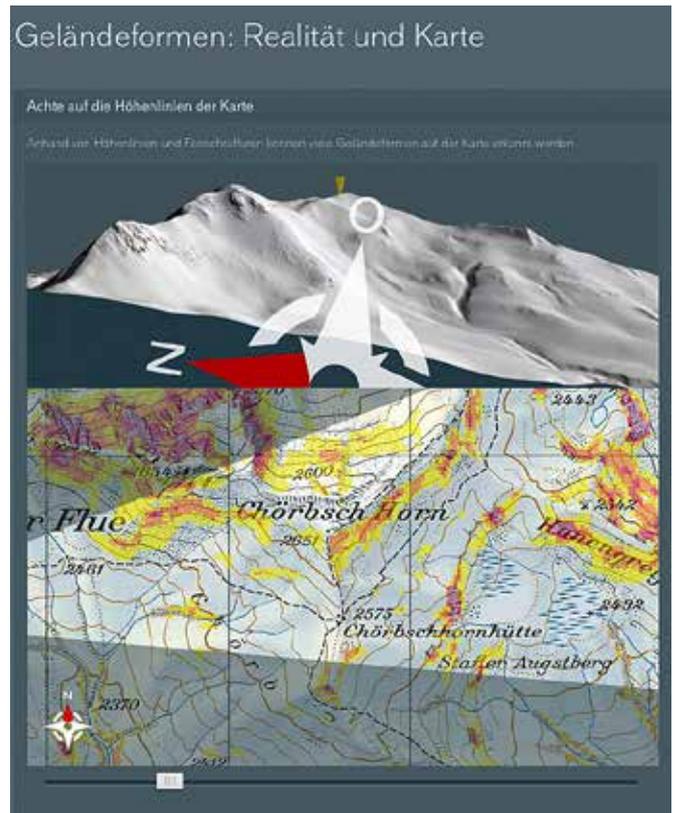
Eigenes Wissen testen, Neues dazulernen und aktuelles Kartenmaterial studieren und Tour seriös vorbereiten: «White-Risk» ermöglicht alles in der guten Stube. (Fotos: Tommy Dätwyler)

unterschiedlichen Schneedecken analysieren und miteinander vergleichen kann. «Der Schneedeckenaufbau» ist und bleibt das zentrale Element bei der Lawinenentstehung», erklärt Stefan Harvey die Hintergründe dieser Spiel- und Lernelemente.

Whiterisk-»Tour«: Das clevere Touren-Planungs-Instrument
 Weitere nützliche Instrumente und Informationen zur aktuellen, realen Lawinensituation erhält, wer sich im Bereich «TOUR» einloggt und clevere Hilfsmittel für die eigene Tourenplanung nutzen möchte. Auf diesem Tool ist alles für eine Tourenplanung im Winter nötige auf einen Klick zu haben: Der gewünschte Kartenausschnitt, der aktuelle Wetterbericht, der Alpenwetterbericht, das aktuelle Lawinenbulletin und auch die realen Informationen zu den Schneemengen. Auf der Karte schliesslich kann man in aller Ruhe die geplante Route einzeichnen. Die einblendbaren Hangneigungen und Wildruhezonen erleichtern die Routenwahl und wichtige Schlüsselstellen können markiert und bei der Planung miteinbezogen werden. Das Computer-Programm übernimmt anschliessend die Berechnung des Höhenprofils und die Zeitberechnung. Beides kann abschliessend ausgedruckt werden. Anhand einer gespeicherten Checkliste kann anschliessend überprüft werden, ob nichts Relevantes vergessen gegangen ist. Der so erarbeitete Tourenplan gehört schliesslich nach Harvey in den Rucksack und allenfalls via App aufs Handy.

Nutzung nicht ganz, aber fast gratis

Die Nutzung des neuen Tourenplanungs-Tools mit perfektem Kartenmaterial und des gesamten Wissensteils



EXPLORE ist zwar nicht gratis, aber gemessen an der «Leistung und Hilfestellung» nicht teuer: Eine Standardlizenz kostet pro Jahr 29 Franken und beinhaltet: Zugang zum gesamten Inhalt vom Wissensteil EXPLORE, online Nutzung von Swisstopo-Karten inkl. Hangneigungen und Wildruhezonen (TOUR), sowie 2000 Kacheln (ca. 4 Kartenblätter 1:25'000) für die offline Nutzung von Swisstopo-Karten in der gratis App White Risk. Mit diesen Lizenzgebühren werden gemäss dem «Vater von White Risk», Stephan Harvey, nicht nur die Kartenlizenzen von Swisstopo berappt, sondern auch der Unterhalt und die stetige Aktualisierung der Plattform finanziert. Ein Service, der jederzeit aktuelle Daten und Planungs-Angaben garantiert. Der Preis ist also kaum der Rede wert, wenn man sich der Bedeutung eines guten Grundwissens und einer seriösen Tourenplanung bewusst ist. Gratis kann das Basics-Kapitel von EXPLORE sowie die TOUR ohne Swisstopo-Karten genutzt werden.

Der dritter Bereich «PRO» auf der neuen Plattform dient professionellen Anwendern und Ausbildnern. Mit White Risk PRO kann auf einen grossen Fundus von visualisierten Ausbildungselementen zurückgegriffen werden um damit Präsentationen zu machen. Es stehen zudem einige Musterpräsentationen zur Verfügung. Dieser Bereich ist nur mit einer PRO-Lizenz verfügbar (58 Fr./Jahr). «White-Risk» bietet im Bereich der Lawinenprävention einen Volservice auf kleinstem Raum.

www.whiterisk.ch

Tommy Dätwyler

Das 13. Internationale Höhlenrettungs-Treffen findet im April in der Schweiz statt

Höhlenretter wollen Technik und Ausrüstung weltweit vereinheitlichen

Spätestens seit der spektakulären und medienwirksamen Höhlenrettung aus der Riesending-Schachthöhle (D) im vergangenen Sommer ist auch einer breiten Bevölkerungsschicht klar, wie wichtig bei Höhlenrettungen die internationale Zusammenarbeit ist. Um die bei einem Notfall nötige Zusammenarbeit zu vereinfachen und Technik und Ausrüstung aufeinander abzustimmen treffen sich vom 13.–19. April in Vaumarcus (NE) rund 200 Höhlenretter aus der ganzen Welt zum 13. Internationalen Höhlenrettungs-Treffen RISS.

Während einer Woche werden Rettungsstrategien, Rettungsausrüstungen und -techniken sowie medizinische Hilfestellungen verglichen, erörtert und geübt. Auch die Prävention stellt in Zukunft grosse Anforderungen – nicht nur an Höhlenretter selber, sondern genauso an die Höhlenforscher. «Es ist Zeit, aus den jüngsten Notfällen zu lernen», meint Patrick Deriaz, Präsident des Speleo-Secours Schweiz. Im Interview mit dem «Forum Alpinum» erläutert Deriaz, welche konkreten Ziele in Vaumarcus verfolgt werden und wo bei der Vorbereitung einer solchen Veranstaltung die grossen Herausforderungen liegen. Das Treffen der Höhlenretter wird auch von der SGGM finanziell unterstützt.

Interview: Tommy Dätwyler

FA: Das Höhlenrettungstreffen RISS findet zum 13. Mal statt. Was ist die grösste Herausforderung bei den Vorbereitungen eines solch grossen und internationalen Anlasses?

Patrick Deriaz: Eines der Hauptprobleme ist die Sprache. Es wird bei solchen Grossanlässen in fünf oder mehr Sprachen kommuniziert. Das macht alles nicht einfacher. Wir sind aber in der glücklichen Lage, dass wir die Vorträge dank

eigenen Leuten mehrsprachig übersetzen oder mindestens erklären können. In ähnlichen Kursen in Frankreich, der Ukraine oder Brasilien haben wir die Wichtigkeit der drei Wörter «Go», «Stop» und «Wait» erkannt. Sorgen bereitet uns auch die Finanzierung des Grossanlasses. Die Schweiz ist insbesondere für die ausländischen Gäste teuer und die Sponsorsuche ist schwierig und aufwändig. Wir sind deshalb für die Unterstützung durch die SGGM sehr dankbar. Auch dürfen wir auf die Unterstützung der Fondation Olivier Möschler (<http://www.moeschler.org>) zählen. Olivier Möschler (1954–1999) war ein Höhlenrettungspionier.

Du sagst, es sei Zeit aus den (letztjährigen) Erfahrungen zu lernen. Ist bei den ersten zwölf Treffen, die alle vier Jahre stattfinden, die Vernetzung und die gegenseitige Information über Rettungsstrategien und Rettungsmaterial vernachlässigt worden?

Nein, die bisherigen internationalen Treffen waren sehr gut organisiert und zielorientiert. Aber Höhlenrettung ist Freiwilligenarbeit – im Milizsystem organisiert. Das heisst, dass es schwierig ist, alle gleichzeitig zusammenzuziehen und auszubilden. Um im Notfall einsatzfähig zu sein, müssen die Höhlenretter vermehrt auch sozial enger miteinander verknüpft und der Ausbildungsstand auf einen gemeinsamen Nenner gebracht werden. Erfahrungen und Verbesserungen in Strategie, Technik und Material müssen noch besser allen zugänglich gemacht werden.

Wo ortest du den grössten Handlungsbedarf?

Die Rettung in der Riesendinghöhle hat gezeigt, dass für Unfälle in grossen Tiefen enorm viele Rettungskräfte nötig sind. An dieser Rettung waren insgesamt über 200 Höhlenretter und über 700 Helfer im Einsatz. Allein diese Zahlen zeigen, wie wichtig die Koordination unter Rettern und Helfern ist und welche Verantwortung auf der Organisation-Seite lastet. Das alles ist nur möglich, wenn alle auf dem neuesten Ausbildungsstand und auch entsprechend trainiert sind.

Neben Rettungsstrategien steht in Vaumarcus auch die Prävention im Vordergrund: Braucht es bei Höhlenforschern ein Umdenken um in Zukunft das «Restrisiko» weiter zu minimieren?

Nach einem Unfall sagt man oft «wenn ich gewusst hätte dass, dann hätte ich es nicht so gemacht...». «Le meilleur sauvetage est celui qu'on ne fera pas». Die Schweizerische Gesellschaft für Höhlenforschung SGH wird neu das Label «safe speleo» kreieren, um den Sicherheitsgedanken und die Sicherheitsaspekte auch bei jungen Höhlenforschern besser zu verankern und auch für die Forschung einen Anreiz zu schaffen.



Ohne Ausbildung und Training kaum auf Anhieb zu schaffen: Tyrolienne im Dunkeln. (Foto: Patrick Deriaz)

Im April wird ein Teil der Workshops und Ausbildungsgänge in Höhlen und Dolinen, also im Untergrund durchgeführt. Wie wichtig ist dieser Realitätsbezug bei der Ausbildung?

Viele Ausbildungsgänge für Höhlenretter finden in Theorieräumen statt. Dabei kommt der Realitätsbezug oft zu kurz. Es ist wichtig, dass Training und Ausbildung einen Realitätsbezug haben. Auch die Erfahrung mit Temperaturunterschieden, Wasser und dem dazugehörigen Lärm oder gar Hochwasser sind wichtig, genauso wie das Arbeiten in der Dunkelheit. Die Schauhöhle von Vallorbe, die wir auch als Sponsor gewinnen konnten, eignet sich sehr gut für realitätsnahe Workshops unter Tag. Ein naher Helikopterlandeplatz sorgt zusätzlich für Sicherheit und der Einstieg kann gut bewältigt werden. Wir finden also ideale Voraussetzungen, um realistisch zu arbeiten.

Es werden auch Höhlenforscher zu diesem Ausbildungstreffen und Erfahrungsaustausch in Vaumarcus erwartet. Weshalb ist die Zusammenarbeit zwischen Rettern und Höhlenfahrer (Forschern) so wichtig?

In vielen Rettungsorganisationen können die Retter aus Höhlenforschergesellschaften rekrutiert werden. Höhlenrettung kann nicht in zwei Tagen erlernt werden. Es braucht viel Erfahrung, bevor man in Extremsituationen grosse Leistungen erbringen kann. In der Schweiz sind alle Retter Mitglied der Schweiz. Gesellschaft für Höhlenforschung und meist sehr erfahrene Höhlenfahrer. Die Zusammenarbeit ist für beide Seiten enorm wichtig – beide «Lager» sind aufeinander angewiesen.

Die Speleo-Secours Schweiz stellt zahlreiche erfahrene und gut ausgebildete Höhlenretter. Trotzdem kommt es vor, dass im Ernstfall nicht genügend eigene Retter rekrutiert werden können. Wie problematisch ist das?

In der Speleo-Secours Schweiz sind 200 Retter organisiert. Einige kommen aus dem Jura und kennen die Höhlen sehr gut. Andere kommen aus den Alpen und kennen die Höhlen in ihrer Region wie die eigene Westentasche. Aber es gibt kaum jemanden, der alle Höhlen genügend kennt. Die Schwierigkeiten sind in jeder Höhle wieder anders, es sind unterschiedliche Problemstellungen. Das macht es manchmal schwierig. Kommt dazu, dass immer auch einige krank, ferienabwesend oder in ihrem Beruf unabhkömmlich oder selber grad in einer Höhle unterwegs sind. Bei Tauchhöhlenrettungen wird es noch schwieriger: Die Spezialisten, die 100 Meter tauchen können sind sehr selten. Deshalb ist auch die internationale Zusammenarbeit so wichtig.

Auf was freust du dich im Hinblick auf die Tagung im April als Organisator am meisten?

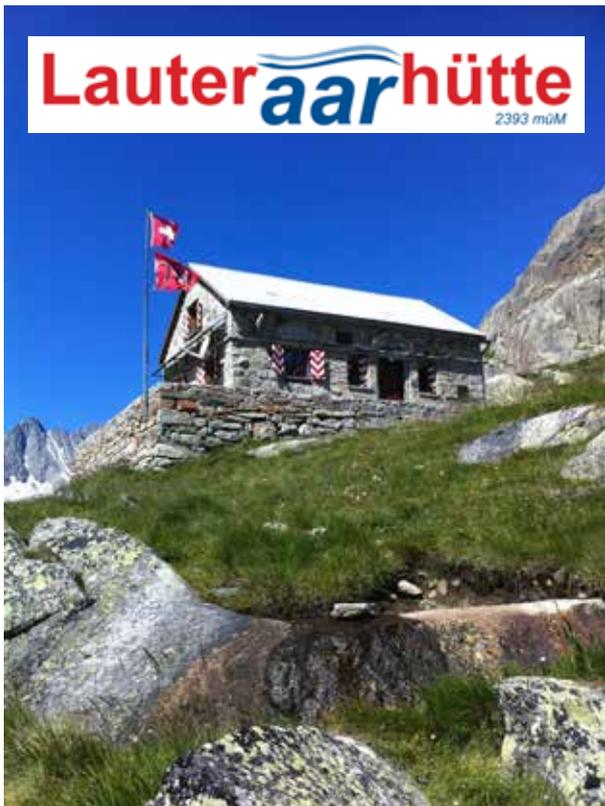
Ich freue mich auf die vielen Freunde, die man zu selten sieht. Auf den Erfahrungsaustausch und neue Ideen. Auch neue Kontakte von Gleichgesinnten werten solche Treffen menschlich auf.

Weitere Informationen:
www.riss2015.ch



*Im Ernstfall von immenser Bedeutung: Ausbildung und Training mit bekanntem und bewährtem Material!
 (Fotos: Patrick Deriaz)*





Bei uns treffen sich:

- Wanderer
- Bergsteiger
- Kletterer
- alle, welche die wunderschöne Natur und die imposante Bergwelt erleben möchten

Achtung: Neuer einfacherer Hüttenweg!

Wir freuen uns auf euren Besuch
 Katrin und Heinz Müller
 Telefon Hütte: +41 (0)33 973 11 10
www.lauteraarhuette.ch
lauteraar@sac-zofingen.ch



Eure Hütte am Sustenpass für Ausbildungen
 in Fels & Eis, Hochtouren, Skitouren,
 Gletschertouren und Wanderungen

Die Hütte für Bergsteiger, Tourengänger,
 Klettersteiggeher, Gipfelstürmer, Wanderer,
 Naturfreunde, Geniesser...

Auf Euren Besuch freuen sich
 Hampi & Tina Imboden

www.tierbergli.ch
info@tierbergli.ch
 Telefon Hütte: +41(0)33 971 27 82
 Telefon Privat: +41(0)33 822 62 22

Giftige Chemikalien in Outdoor-Kleidern: Der schwierige Weg aus der Chemikalienfalle

Das Beste ist nicht immer das Beste

Trocken und «atmungsaktiv» in der heilen Natur und am Berg: Outdoor-Sportler schätzen moderne Hightech-Textilien die Wasser- und Windschutz versprechen. Ohne umweltbelastenden oder sogar schädlichen Chemie-Einsatz lässt sich der höchste Schutzeffekt jedoch kaum erreichen. Die Outdoorbranche ist in der Verantwortung, der Ausstieg aus der Fluorchemie aber schwierig. Aber auch der Konsument muss sich der Verantwortung stellen.

«Frei und draussen in der Natur»: Die Outdoorbranche wirbt mit unberührter Natur und suggeriert so emotionale Nähe zu Umwelt und Ökologie. Wenn es um Nachhaltigkeit und Umweltverträglichkeit geht, leidet die Branche selber jedoch an einem tendenziell schlechten Ruf. Verschiedene Studien belegen, dass Hightech-Textilien wie atmungsaktive Berg-Jacken oder Hosen nur dank problematischen Chemikalien auf Fluorbasis die gewünschten Effekte bringen. «Ein heisses Thema», bestätigt Marcel Halbeisen, Textiltechniker bei der Eidgenössischen Materialprüfungsanstalt EMPA der ETH

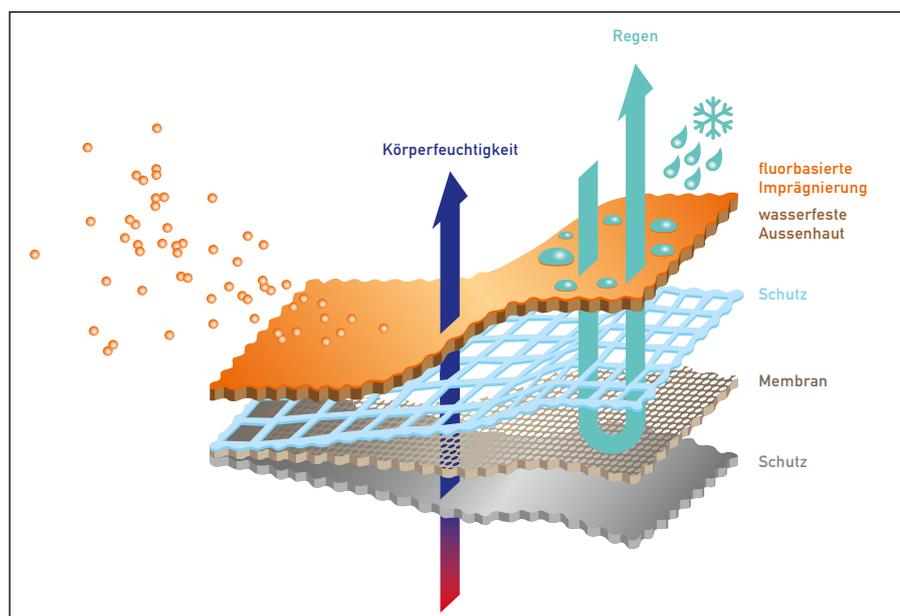
Zürich. Dafür verantwortlich sind indirekt die einlamierten, mikroporösen und deshalb atmungsaktiven Membranen. Von aussen wasserdicht, von innen her aber dampfdurchlässig ermöglichen sie im besten Fall den Feuchtigkeitsaustausch. «Im besten Fall», wie Halbeisen betont. Denn die Membranen erfüllen ihren Dienst nur, wenn die Aussenschicht der Kleider eine hervorragende Schmutz- und Wasserabweisung aufweisen und nicht verschmutzt sind. Und genau da liegt das Problem: Den besten Wasser-, Fett- und Schmutz-Abweisungs-Effekt bieten auch heute noch per- und polyfluorierte Chemikalien (PFC), welche – obwohl nur hauchdünn auf der äussersten Schicht aufgetragen – nach wie vor und in grossen Mengen zur Imprägnierung von Outdoor-Textilien eingesetzt werden. Problematisch sind und bleiben diese Chemikalien, weil sie als Fluor-Kohlenstoffverbindung sehr stabil sind und in der Umwelt nicht abgebaut werden. Die Crux dabei: PFC gelangen schon bei der Produktion auf direktem Weg oder durch die Verwendung und Entsor-

gung von PFC-haltigen Produkten in die Umwelt. PFC reichern sich in Lebensmitteln, im Trinkwasser und in der Atemluft an und gelangen so gesundheitsschädigend in den Körper von Mensch und Tier. Dabei spielt neben der Ausdünstung in die Luft auch der Abrieb bei sportlicher Betätigung eine Rolle, ganz abgesehen von der Reduktion des Wirkungsgrades bei Imprägnierung und Membran-Effekt.

Chemie für jedes Wetter ?

Richtig elektrisiert wurde die in den letzten Jahren auf Nachhaltigkeit und Umweltverträglichkeit sensibilisierte «Outdoor-Gemeinde» kürzlich durch eine neue Studie von Greenpeace. Die Umweltorganisation hat sich in ihrem jüngsten Report eben diesen flüchtigen PFC gewidmet, die bisher nur von wenigen Laboren gemessen werden können. Zum ersten Mal hat Greenpeace auch geprüft, ob und wie viel flüchtige PFC aus Kleidungsstücken ausdünstet. Studienresultate die zeigen, dass in Outdoor-Läden die Luft besonders stark mit PFC belastet ist, lassen den Schluss zu, dass die Schadstoffe aus den Produkten in die Raumluft abgegeben werden. Zwar bestätigte die Studie auch, dass die bisher verwendeten und als schädlich bekannten PFC nicht mehr ganz so häufig wie früher eingesetzt werden. Für einen Persilschein für die ganze Branche reicht dies jedoch nicht: Die Umweltorganisation hat nämlich auch herausgefunden, dass stattdessen auch Chemikalien verwendet werden, deren Wirkung noch nicht gut erforscht ist. Die Verunsicherung bei den Konsumenten wurde dadurch auch nicht kleiner.

Für den Empa-Forscher Marcel Halbeisen ist der Ausstieg aus der «Chemiefalle» alles andere als einfach. Trotz grossen Anstrengungen fehle es der Textilindustrie meist noch an einer praktikablen Alternative. Ökologisch unbedenkliche Oberflächen- und Imprägnier-Produkte verfügen nach heutigem Stand der Wissenschaft



Schema des Stoffs einer Outdoorjacke. Die Aussenhaut muss wasser- und schmutzabweisend sein. Verstopfte Poren verhindern Verdampfung und Abtransport der Körperfeuchtigkeit. (Grafik: Jens Müller/SAC)



nicht über die nötigen «extremen Abperl-Eigenschaften», um die in die Jacke eingebaute Membrane absolut sauber und trocken zu halten, um so die Atmungsaktivität auch im Extremfall sicherzustellen. Nur als theoretische Alternative nennt Halbeisen den auch bei Textilien möglichen Einsatz der Plasmatechnologie, die bei Glasbeschichtungen gang und gäbe ist. Der Hemmschuh bei dieser Lösungsvariante sei der Preis. Die Plasmatechnologie gilt als super-teuer und deshalb wenig konsumentenfreundlich und «illusorisch».

Der Markt braucht die Unterstützung der Konsumenten

Halbeisen appelliert deshalb an die Eigenverantwortung der Outdoorsportler. «Brauchen wir wirklich in jedem Fall solche Hightechsysteme? Wenns Katzen hagelt gehen wir im Normalfall gar nicht nach draussen oder suchen einen Unterschlupf und im Normalfall tuts ein Regenschirm ja auch», meint der outdoor-erprobte Wissenschaftler. Hier gelte es dem «Markendenken» vermehrt wieder die Vernunft entgegenzustellen. Er rechnet vor, dass sich der Chemikalien-Einsatz zum Beispiel halbieren liesse, wenn die eigene gut gepflegte Hightech-Bekleidung doppelt so lange getragen würde. Halbeisen attestiert der Outdoor-Branche übrigens grosse Anstrengungen bei der Lösung dieser Probleme. Produzenten und Handel haben das «Image-Problem» erkannt und scheuen keine Anstrengungen, um aus der Kritik zu kommen und die Nähe zur Natur auch unter Beweis zu stellen. Greenpeace ihrerseits will den Druck

aufrechterhalten. Greenpeace und 17 grosse Textilmarken haben sich das ehrgeizige Ziel gesetzt, bis 2020 aus der Fluortechnologie auszusteigen und bis dann fluorfreie Alternativen anzubieten. Noch ist es aber ein langer Weg.

Das Ziel der Produzenten: Totaler Ausstieg

Derweil nehmen Produzenten und Handel die auch von Konsumenten monierte Kritik ernst und arbeiten fieberhaft daran, mit neuen Lösungen und Verfahren Kritikern den Wind aus den Segeln zu nehmen und den Imageverlust aufzufangen. Zwar komme die Greenpeace-Kritik «etwas gar pauschal» daher, aber die ganze Branche arbeite wirklich hart daran, problematische Stoffe aus dem Kreislauf fernzuhalten, erklärt beispielsweise Mammut-Branchenmanager Adrian Huber. Die Branche sei sich ihrer Verantwortung bewusst. Aber auch Huber bestätigt, dass bei Mammut im Moment noch keine Alternativen mit der bestmöglichen Wirkung auf dem Markt seien. Wenn bei Outdoorkleidern der Wasserabperl-Effekt nicht wie früher sichtbar sei, seien auch die Kunden-Reklamationen vorprogrammiert. Damit zielt der Mammut-Manager auch auf das nicht immer konsequente Verhalten der Endverbraucher. Am effektivsten sei die Ökobilanz der Outdoorkleider immer noch mit einem sinnvollen Kleidereinsatz zu verbessern. Das lange Tragen von langlebigen und qualitativ hochwertigen Kleidern sei und bleibe im Moment der effektivste Beitrag für eine verbesserte Nachhaltigkeit. Es gelte grundsätzlich, mit den High-Tech-Kleidern bewusster umzugehen.



EXPEDITIONEN



- Alpamayo & Huascarán
- Potosi, Illimani & Sajama
- Muztagh Ata
- Broad Peak
- Gasherbrum II
- K2
- Pik Lenin
- Kun & Stok Kangri
- Khan Tengri
- Belukha
- Spantik
- Manaslu
- Cho Oyu
- Shisha Pangma
- Kula Kangri
- Satopanth
- Ninchin Kangsa



Kobler & Partner – Die Bergführer
+41 (0)31 381 23 33 kobler-partner.ch



Der Durchbruch naht

Ins gleiche Horn stösst auch die Textil-Produktionsfirma Schoeller: «Wir sind bereit in diesem Bereich einen grossen Schritt zu tun», erklärt Sandra Hilty bei der Kommunikationsabteilung von Schoeller Textiles AG. Für einen Durchbruch bei den ökologisch unbedenklichen Produkten auf breiter Front brauche es aber auch ein Umdenken bei den Konsumenten. Die Nachfrage von Kunden, die nicht für jeden Fall das absolut und bestmögliche brauchen, müsse noch steigen, dann gehe alles schneller. Der Wunsch, sich bewusster zu kleiden sei aber vermehrt spürbar. Auch Hilty betont, dass langlebige und hochwertige Produkte per se eine bessere Ökobilanz aufweisen. Man verfüge zwar über fluorcarbonfreie Alternativen, die im Freizeitbereich Sinn machen und höchsten Ansprüchen genüge, aber der endgültige Durchbruch sei noch nicht geschafft.

Noch etwas zuversichtlicher ist der Geschäftsleiter von Sherpa-Outdoor AG, Bruno Ruedisueli. Er ist überzeugt, dass noch dieses Jahr branchenübergreifend ein grosser Schritt getan werden kann und neue, PFC-freie Textilien auf den Markt kommen. Sherpa hat diesen Schritt bereits getan und kann dank kurzen Distributionswegen als erste Marke bereits seit ein paar Monaten eine PFC-freie 3-Lagen-Jacke bewerben. Das neue Produkt erfülle die aktuell hohen Leistungserwartungen bezüglich Atmungsaktivität sowie Wasser- und Scheuerfestigkeit vollumfänglich. Einzig bei einem Kontakt mit Fett und Öl entspreche die Imprägnierung nicht ganz den PFC-haltigen Vergleichsprodukten. Dieser Bereich sei aber für Normalverbraucher auch nicht von grosser Bedeutung. Hier gelte es nicht immer nur das absolute Maximum, sondern vielmehr eine sinnvolle Balance zwischen Zweck und Möglichkeiten anzustreben. Es mache nicht immer alles Sinn, was technisch mit grossem Aufwand möglich ist. Die Nase vorne hat bei ökologisch unbedenklichen Outdoor-Kleidern auch noch ein anderer «Kleiner» in der Branche. Die Schweizer Firma Radys wurde kürzlich von Greenpeace für die erste PFC-freie Outdoor-Kollektion gelobt.



Wenns Katzen hagelt: Wer geht trotz Hightechbekleidung noch nach draussen?
 (Foto: Tommy Dätwyler)

Der grossen Verantwortung bewusst ist sich auch das Bekleidungs-Unternehmen Schöffel Schweiz AG. Geschäftsführer Peter Jud liess kürzlich verlauten, die interne Verbotliste belastender Substanzen werde laufend aktualisiert. Es würde intensiv an der Entwicklung PFC-freier Textilien gearbeitet. Es sei das erklärte Ziel, die bei der Textilherstellung entstehenden Substanzen auch in den Herstellungsländern auf null zu reduzieren und schnell Lösungen zu finden, um aus der Fluorchemie total auszusteigen.

Auch die Entsorgung gehört dazu...

Dass zu einem umweltbewussten Umgang mit Outdoor-Kleidern auch die Entsorgung gehört, versteht sich von selbst. Wie aber kann man ausgediente und in ihrer Zusammensetzung problematische «Problem-Kleider» umweltgerecht los werden? Der Gang zum herkömmlichen Altkleider-Container bewährt sich in diesem Fall nämlich nicht. «Wir möchten in unseren Sammelstellen keine Laminat- und GTX-Jacken», heisst es zum Beispiel bei der Altkleider-Sammlerin Texaid. Der Grund: Man wisse nicht, was aus ihnen wird, wenn sie in Entwicklungsländer weiterverschoben werden.

Als «beste Lösung» proklamiert Peter Hollenstein von Mammut Sports-Group die speziellen Sammelcontainer, die in eigenen und auch vielen

anderen Verkaufsstellen aufgestellt sind. Dort können sämtliche Outdoor-Ausrüstungsgegenstände (aller Marken) wie Jacken, Hosen oder Schuhe aber auch Seile und andere Hardware abgegeben und kostenfrei deponiert werden. Peter Hollenstein, Umweltbeauftragter bei Mammut, ist froh, den Recycling-Bereich damit an einen vertrauenswürdigen und professionellen Partner ausgelagert zu haben. Die Firma I:co (www.ico-spirit.com) ist eine der weltweit grössten Textilrecycling-Firmen und garantiert ein umweltgerechtes und ressourcenschonendes Recycling. Aber auch diese Firma leitet gemäss Hollenstein intakte Kleider zur Weiterbenutzung in die 3. Welt weiter. Auch da bleibt also noch etwas zu tun.

Grundsätzlich ist der Ausstieg aus der Fluorchemie also beschlossene Sache. Wie lange es dauert, bis auch die grossen Hersteller ihr Versprechen einlösen können, bleibt indes offen. Den allseits abgegebenen Empfehlungen, Jacken möglichst lange zu gebrauchen und so die Umweltbelastung gering zu halten, stehen die immer aufwändigeren Werbekampagnen für immer neue und modernere Kollektionen gegenüber. Diese Strategie und der Kampf um Marktanteile macht den Konsumenten den Verzicht auf das neueste und noch «bessere Modell» nicht einfacher.

Tommy Dätwyler

Kurs Sportklettern und Medizin

Tessin, 25./26. April 2015

Der durch die Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin (SGGM) organisierte Kurs beinhaltet folgende Themen:

Sportartspezifische Verletzungen, Rehabilitation und Ernährung beim Sportklettern, Einführung / Verbesserung der eigenen Technik im Klettern und Bouldern

Zielgruppe:

Ärzte sowie Personal aus dem medizinischen Bereich. Aber auch andere Teilnehmer mit Interesse an diesem Thema sind herzlich willkommen! Erfahrung im Klettern ist **keine** Voraussetzung.

Kosten:

SFr. 625.– / Studenten SFr. 495.–

(Übernachtung mit Halbpension, Referenten und Bergführer)

Interessiert?

Weitere Informationen und Anmeldung unter www.sggm.ch.



Schweizerische Gesellschaft
für Gebirgsmedizin
Société suisse
de médecine de montagne
Società svizzera
di medicina di montagna

Course intitulé escalade sportive et médecine

Tessin, 25./26. Avril 2015

Le Cours organisé par la Société suisse de médecine de montagne couvre les sujets suivant:

Blessures spécifiques au type de sport pratiqué, réhabilitation et nutrition, amélioration de la technique d'escalade et de la sécurité personnelle, introduction à l'escalade de blocs

Cible:

Les médecins et les praticiens de la médecine. Tous des autres participants intéressés dans ce domaine sont bienvenus. Expérience en escalade n'est pas une condition pour participer.

Frais:

SFr. 625.– / étudiants SFr. 495.–

(nuitée avec demi-pension, orateurs et guide de montagne)

Intérêt?

Plus d'information et inscription: www.sggm.ch.



Schweizerische Gesellschaft
für Gebirgsmedizin
Société suisse
de médecine de montagne
Società svizzera
di medicina di montagna

Datum	Anlass	Kosten/Diverses	Infos/Anmeldung
Sonntag, 15. – Freitag, 19. März 2015	Refresher/Advanced-Kurs Winter Arolla	Fr. 1400.–	Infos/Anmeldung: www.sggm.ch
Samstag, 21. – Freitag, 27. März 2015	Gebirgsärzte-Basiskurs Winter Andermatt	Fr. 1850.– Stud. Fr. 1500.–	Infos/Anmeldung: www.sgggm.ch www.mountainmedicine.ch
Donnerstag, 16. – Sonntag, 19. April 2015	13. Internationales Höhlentreffen RISS2015 Vaumarcus Details folgen		Infos/Anmeldung: RISS 2015, Spéléo Secours Suisse Case postale 1332 2301 La Chaux-de-Fonds www.riss2015.ch
Samstag/Sonntag 25./26. April 2015	* Kurs «Sportklettern und Medizin» Keine techn. Voraussetzungen (Anfänger/Fortgeschrittene) Tessin	inkl. HP Fr. 625.– Stud. Fr. 495.–	Infos/Anmeldung: www.sggm.ch
Donnerstagabend – Sonntagnachmittag 11. – 14. Juni 2015	Höhlenrettungskurs Ort und Kosten werden noch bekannt gegeben		Infos/Anmeldung: www.sggm.ch (sobald Details vorhanden)
Samstag, 5. – Freitag, 11. September 2015	Cours de médecine de montagne module été	Fr. 1850.– Stud. Fr. 1500.–	Infos/Anmeldung: www.sggm.ch
Montag, 7. – Freitag, 11. September 2015	Höhenmedizin im Expeditionsstil Engadin, CH	Fr. 1600.– Stud. Fr. 1300.–	Infos/Anmeldung: www.sggm.ch Anmeldung bis Juli 2015
Samstag, 12. – Freitag, 18. September 2015	Gebirgsärzte-Basiskurs Sommer Steingletscher	Fr. 1850.– Stud. Fr. 1500.–	Infos/Anmeldung: www.sggm.ch
Samstag, 7. November 2015	Höhenmedizin-Symposium und SGGM Generalversammlung Ort wird noch bekannt gegeben		Details/Anmeldung: www.sggm.ch
Samstag 12. – Freitag, 18. März 2016	Gebirgsärzte-Basiskurs Winter 2016 Andermatt	inkl. HP Fr. 1850.– Stud. Fr. 1500.–	Infos/Anmeldung: www.sggm.ch

*** Kurs «Sportklettern und Medizin» 25./26. 4. 2015 im Tessin**

Der diesjährige Kurs wird zwar schon recht früh im Jahr stattfinden, aber Corinna Schön und Bergführer Peter Keller hoffen auf schönes Wetter und bereits angenehme Temperaturen im Tessin. Vormittags werden verschiedene Referenten zu den Themen Rehabilitation und Ernährung beim Sportklettern, Trainingslehre, sportartspezifische Verletzungen, Hängetrauma, präklinisches Notfallmanagement und Verhalten bei Kletterunfällen sprechen; nachmittags wird unter fachkundiger Leitung nach Lust und Laune geklettert und gebouldert. Die Klettergebiete werden in Abhängigkeit vom Kletterniveau der Teilnehmer festgelegt – dieses sollte daher bei der Anmeldung unbedingt mit angegeben werden. Für die Teilnahme reicht es, wenn man medizinisch interessiert ist – Mediziner muss man nicht sein! Anmeldeschluss ist der 10. 4. 2015.

Interessiert an Höhenmedizin? Werde Mitglied bei der SGGM! (Talon abtrennen und einsenden)

An: Sekretariat SGGM, Nadja Fässler, Rotbuchstrasse 49, 8600 Dübendorf oder Mail an: sekretariat@sggm.ch

Ja, ich möchte Mitglied der SGGM werden (Jahresbeitrag Fr. 60.–)

Name: _____ Vorname: _____

Geburtsdatum: _____ Muttersprache: _____

Beruf: _____ Arbeitgeber: _____

Adresse: _____ Wohnort: _____

Tel. Privat: _____ Tel. Geschäft: _____

Mobile: _____ E-mail: _____

Datum / Unterschrift _____

LOWA
simply more...



EIN GIPFELSTÜRMER MIT WIDERSTANDSKRAFT.
MIT TECHNISCH ÜBERLEGENEN DETAILS.



Weisshorn GTX® | Alpin www.lowa.ch