

FORUM ALPINUM

01-2020



SGGM | SSMM

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin
Société Suisse de Médecine de Montagne
Società Svizzera di Medicina di Montagna

Basis Sommerkurs Steingletscher:

Seite 6

■ Medizin auf Fels und Eis

Basis-Sommerkurs Arolla:

Seite 7

■ Wenn Theorie und Praxis Freude machen

25 Jahre SGGM:

Seite 9

■ Ein Vierteljahrhundert und immer besser

Expeditionsmedizin am Piz Palü:

Seite 11

■ Fachkundig improvisieren ist möglich

Erfolgreiche SGGM-Tagung in Bern:

Seite 13

■ Grosses Interesse an «Recht am Berg»

Neu in der Schweiz:

Seite 17

■ Therapeutisches Klettern ohne Seil...



Inhalt

- 03 **Corinna Schön** | Editorial
- 05 **Corinna Schön** | IKAR Jahreskongress in Polen
- 06 **Barblin Michelsen** | Sommer-Basiskurs am Sustenpass
- 07 **Aurélié Seguin** | Sommer-Basiskurs in Arolla
- 09 **Tommy Dätwyler** | Jubiläums-GV in Bern:
Eine famose Idee, die Bestand hat
- 11 **Arnaud Peytremann** | Expeditionsmedizin-Kurs am Piz Palü
La Médecine d'expédition: Eine Geisteshaltung
- 13 **Corinna Schön** | SGGM-Tagung «Recht am Berg»
Den Nerv der Zeit getroffen
- 21 **Tommy Dätwyler** | Pinwand
- 23 **Agenda** | Wichtige Daten



T+TISSOT
SWISS WATCHES SINCE 1853



Titelbild: Das Hobby unserer Kursleiter: Ärzte am Seil herunterlassen ...
Basiskurs Gebirgsmedizin Sommer (Arolla) Foto: SGGM

Impressum Forum Alpinum

Herausgeber / Éditeur

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

Präsidium / Présidence

Corinna Schön
Email: praesident@sggm-ssmm.ch

Kassier / Caissier

Michael Bigger
Email: kassier@sggm-ssmm.ch

Beitritts-Anmeldung / Inscription d'entrée

Sekretariat SGGM
Daniela Berther, Langenjohnstrasse 4, 7000 Chur
Email: sekretariat@sggm-ssmm.ch

Redaktion / Rédaction

Tommy Dätwyler
Mobile: +41 79 224 26 39
Email: redaktion@sggm-ssmm.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 – 2020

31. März 2020

Druck / Impression

Druckform – die Ökodruckerei
Gartenstrasse 10, 3125 Toffen

Jahrgang

26, Nr. 1, Januar 2020



SGGM | SSMM

Schweizerische Gesellschaft für Gebirgsmedizin
Société Suisse de Médecine de Montagne
Società Svizzera di Medicina di Montagna



Liebe Mitglieder der SGGM
Liebe Leserinnen und Leser

Chers membres de la SSMM
Chère lectrice, cher lecteur

«The same procedure as last year, Miss Sophie?» Diese Frage aus «Dinner for one» kennt wohl jeder und bestimmt hat der ein oder andere Miss Sophie und James beim letzten Jahreswechsel mal wieder gesehen. «The same procedure as last year, James» gilt aber nicht für die SGGM! Zwar gibt es mit der Durchführung des Kursprogramms eine mehr oder weniger regelmässige Wiederholung der Ereignisse des Vorjahres, die Bergrettungsmedizin-Tagung in Interlaken findet (wie auch dieses Jahr) alle zwei Jahre statt und die Zusammensetzung des Vorstandes ist beinahe konstant geblieben, aber jedes Jahr kommt Neues hinzu:

Nach einer erfolgreichen Tagung «Recht am Berg» Ende 2019, auf die auf Seite 13 zurückgeblickt wird, sprudeln schon die Ideen für eine nächste Tagung... Mit den «Tourentagen PLUS» starteten wir einen ersten Versuch im Januar dieses Jahres, das in den Kursen Gelernte bei praktischen Übungen im Gelände anwenden zu können... Mit unserem Jubiläums-Wochenende auf der Winteregg-Hütte im Berner Oberland, ebenfalls im Januar, wurde das 25-jährige Jubiläum der Gesellschaft mal anders gefeiert... Mit dem ISMM-Kongress in Interlaken im Juni 2020, bei dessen Organisation die SGGM involviert ist, wird ein internationaler Event mit bekannten Rednern aus dem Bereich der Gebirgsmedizin im Berner Oberland stattfinden... Durch ein Joint-Meeting mit der ÖGHAM anlässlich des ISMM-Kongresses soll der Kontakt zum Nachbarn intensiviert werden... Neues Jahr, neue Ausrüstungspartnerschaft: Neben einer Fortführung der Zusammenarbeit mit Lowa konnten wir die Firma Norrøna Sport AS aus Norwegen als neuen Ausrüstungspartner gewinnen...

Das Jahr hat erst begonnen – ich gehe sehr davon aus, dass diese Liste noch nicht an ihrem Ende angelangt ist! Dementsprechend bin ich sehr gespannt, was das Jahr 2020 noch mit sich bringen wird – nicht nur für die SGGM, sondern auch für mich persönlich und für euch alle! Ich wünsche uns allen jedenfalls viele schöne Erlebnisse, sei es am Berg, auf Reisen, im sonstigen privaten Umfeld und bei der Arbeit, mit alten Freunden oder neuen Bekanntschaften, Mut neue Schritte zu gehen und ganz wichtig: Bleibt gesund!

Herzlich
Corinna Schön
Präsidentin SGGM

«The same procedure as last year, Miss Sophie?» chacun connaît sans doute cette réplique invoquée au cours du «Dinner for one» et certainement que Miss Sophie et James ont accompagné l'un ou l'autre parmi vous au dernier Nouvel An. «The same procedure as last year, James» ne s'applique cependant pas pour la SSMM!

Il y a chaque année des nouveautés même si le programme des cours reste grossièrement le même que l'année passée, que la rencontre de médecine et de secours en montagne à Interlaken continue à avoir lieu tout les deux ans et que la composition du comité est restée quasiment identique.

Après le congrès réussi «Le droit à la montagne» fin 2019 dont on peut lire une brève revue à la page 13 de nombreuses idées ont émergées pour le prochain congrès!

Avec les «Journées de courses PLUS» commence un nouveau projet et le premier évènement a lieu en janvier. L'objectif est d'appliquer la théorie apprise aux cours de base en s'exerçant sur le terrain. En janvier également, nous fêterons les 25 ans de notre société lors d'un weekend jubilé à la cabane de Winteregg dans l'Oberland bernois.

La SSMM est impliquée dans l'organisation du congrès de la ISMM en juin 2020 qui aura lieu à Interlaken et qui rassemblera tous les intervenants célèbres de la médecine de montagne.

Nous souhaitons, grâce à un Joint-Meeting avec la ÖGHAM lors du prochain congrès consolider les liens avec nos voisins... Une nouvelle année – de nouveaux partenaires d'équipement: nous continuons la collaboration avec LOWA et avons pu gagner l'entreprise Norrøna Sport AS de Norvège en tant que nouveau partenaire...

La nouvelle année vient de commencer – je suis certaine que cette liste n'es pas arrivée à sa fin!

Ainsi je suis curieuse de ce que l'année 2020 nous amènera, non seulement pour la SSMM mais également personnellement ainsi que pour vous tous!

Je vous souhaite des merveilleuses expériences, que ce soit à la montagne, en voyage, au quotidien, au travail, avec de vieux amis ou de nouvelles connaissances. Ayez le courage de sortir des sentiers battus et le plus important: restez en bonne santé!

Cordialement
Corinna Schön
Présidente SSMM

HIMALAYA TOURS



Wir haben selber viele Jahre im Himalaya verbracht, sprechen lokale Dialekte und organisieren Reisen «off the beaten track».



IKAR-Jahreskongress 2019 in Zakopane (Polen)

TOPR – «Teamwork erfolgreich» auf polnisch



TOPR früher (Quelle: Kongressheft, ICAR 2019)



TOPR heute (Quelle: Kongressheft, ICAR 2019)

Der jährliche Kongress der Internationalen Kommission für Alpines Rettungswesen (IKAR, www.alpine-rescue.org) fand im Oktober 2019 statt. Austragungsort war bereits zum 2. Mal in der IKAR-Geschichte Zakopane, ein Ferienort im Süden Polens am Fuss des Tatra-Gebirges, wo sich über 450 Teilnehmer aus mehr als 30 Ländern einfanden. Der Kongress wurde organisiert von TOPR (Tatranske Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe), dem Bergrettungsdienst des Tatra-Gebirges.

TOPR wurde im Jahr 1909 als eine der ersten Bergrettungsorganisationen der Welt gegründet. Sie ist heute zustän-

dig für das polnische Tatra-Gebirge (höchster Gipfel: Rysy, 2499m) und angrenzende Gebirgsketten. Während 40 Personen hauptberuflich als Bergretter bei TOPR angestellt sind, gehören über 200 freiwillige Retter der Organisation an. Von 2015 bis 2018 kamen diese bei 2647 Rettungsoperationen zum Einsatz. Weil im Tatra-Nationalpark auch über 800 Höhlen Forscher und Höhlengänger anziehen, gehören auch Höhlenrettungen zum Repertoire von TOPR.

Hauptthema des diesjährigen Kongresses war «Teamwork». Jan Krsysztof, Leiter von TOPR, betonte die Wichtigkeit dieser Thematik insbesondere in

Zusammenhang mit Grossereignissen. So hatte TOPR in Zusammenarbeit mit anderen Organisationen im vergangenen Jahr beispielsweise die Folgen eines Sturms mit mehr als 160 Verletzten und vier Toten sowie nach einem Blitzschlag die Evakuierung von mehr als 400 Personen aus einer Seilbahn zu bewältigen.

Am Ende bleibt noch hervorzuheben, dass die Walliser GRIMM (Groupe d'Intervention Médicale en Montagne, www.grimm-vs.ch) neu als IKAR-Mitglied aufgenommen wurde – herzliche Gratulation!

Corinna Schön

MURMELI-KRÄUTERSALBE

Rein und kraftvoll – aus den Schweizer Alpen. Wärme- und Kältetherapie für Rücken, Muskeln und Gelenke

Ich
pfeife auf
Chemie.

Murmeli-Kräutersalbe wärmend

Wärmetherapie für deinen Rücken, Muskeln und Gelenke. Lockert, entspannt und regeneriert. Für Massagen geeignet.

Murmeli-Kräutersalbe kühlend

Kältetherapie für deine Gelenke, Bänder und Sehnen. Pflegt und beruhigt.



SGGM-Geschenk-Angebot

Du kaufst 1 Murmeli-Kräutersalbe wärmend 100ml und 1 Murmeli-Kräutersalbe kühlend 100ml. Wir schenken dir 1 Murmeli-Kräutersalbe wärmend 50ml im Wert von CHF 16.00 für deinen Touren-Rucksack. Codewort (bei Bestellung angeben): **SGGM-Angebot**. Gültig bis Ende April 2020.



Basiskurs Gebirgsmedizin (Sommer) am Sustenpass

Zwischen Fels und Eis übers Nebelmeer

Karstige Felswände und ein imposanter Gletscher formten die eindrückliche und authentische Kulisse für unseren Gebirgsmedizinkurs, in dem während einer Woche neben Medizin auch Erfahrung in gebirgigem Gelände, Kletterkenntnis und alpine Rettung im Zentrum standen. – Eine Traumwoche für bergbegeisterte Mediziner!

Noch bei Dunkelheit zogen wir los. Dem Mond entgegen über Geröll und Alpinwiese traversierten wir in Richtung Grat. Unseren Weg hatten wir, eine Gruppe aus 6 Medizinerinnen und einem Bergführer, am Vorabend einem Kletterführer entnommen und vorbesprochen. Über uns konnten wir die felsigen Höcker eines fortlaufenden Drachenschwanzes – unserem Grat ausmachen. Vor uns lag das Nebelmeer. Einen wirklichen Weg gab es keinen und so stiegen wir im Gänsemarsch nach Azimut 16° und Landmarken. Die Sonne war inzwischen aufgegangen als wir den richtigen Einstieg gefunden hatten. In Zweierseilschaften begannen wir mal kletternd, mal hüpfend bergwärts zu gehen. Ab und zu musste man schon richtig aufpassen wo man seine Füße am Abgrund hinstellte, und volle Konzentration war gefragt.

Unser Bergführer hatte mit uns seit Beginn der Woche stets Knotenkunde und das Hantieren mit dem Seil, Klettern und das gegenseitige Sichern geübt. Am Vortag waren wir zum Beispiel in Seilschaften mit Pickel und Steigeisen über den Gletscher gewandert und hatten einander aus einer Spalte gerettet. Klettern mit Wanderschuhen hatten wir ebenfalls schon geübt – trotzdem überwandern wir nur mit Mühe eine kleine, glatte Kletterwand als Schlüsselstelle unserer Hochtour. Teamgeist und gegenseitiges Motivieren erwiesen sich auch hier wieder als essenziell und zeigten ein-



mal mehr die Wichtigkeit von Kursinhalten, die ganz nebenbei einfließen. Und dann fanden wir uns schon bald ganz oben auf dem Drachenbauch wieder und genossen die Aussicht. Fern der Zivilisation, um uns nichts als eine Welt aus Berggipfeln und verblauendem Horizont.

Nach dem Mittagessen – dem obligaten Käsesandwich und einem Apfel – seilten wir uns selbst vom Grat herunter und machten uns auf den Abstieg. Vereinzelte Disteln, der Beginn eines Bergbaches und sogar ein Steinbockgebein begegneten uns. Mit müden Oberschenkeln und sonngebräuntem, glücklichem Gesicht erreichten wir das Berggasthaus in der Senke und hatten gerade noch genügend Zeit zu duschen, bevor wir wie jeden Abend Vorträge zu Höhenkrankheiten, Rettungsmedizin oder anderen gebirgsmedizinischen Themen im Seminarraum präsentiert bekamen.

In einer ausgelassenen Runde mit guten Gesprächen klang der Abend und ein weiterer erlebnisreicher, beglückter Tag später noch aus – mit der Aussicht auf weitere lehrreiche Erlebnisse in der Höhe. Am nächsten Tag würde uns dann wohl die REGA einen Besuch abstatten oder vielleicht müssen wir auch jemanden im Gelände finden und improvisiert abtransportieren oder uns einmal ernsthaft mit unserer Reiseapotheke auseinandersetzen. Wer weiss...?

Barblin Michelsen





Cours de Médecine de montagne à Arolla

Rétrospective sur une expérience exceptionnelle



La médecine de montagne ne pouvant s'apprendre qu'en immersion, quoi de mieux que le terrain pour tenter de maîtriser nœuds, techniques d'assurage, marche à la corde courte, pose de relais, auto-sauvetage ou mouflages?

Telle fut la diversité des champs traités, après deux journées de cours théoriques sur des sujets allant de la pathophysiologie d'altitude, aux lésions typiques de l'escalade ou au stress en passant par la kéraunopathologie. C'est ainsi que, mi-septembre à Arolla, se sont réunis pendant une semaine 30 participants d'horizons variés – médecins, infirmiers, ambulanciers ou ostéopathes, 6 guides-sauveteurs et 2 chefs de cours – pour un cours consacré aux bases de la médecine de montagne.

La qualité des orateurs et de l'encadrement fut au rendez-vous, tout comme la météo qui ne nous a pas déçus. Lors des cours théoriques, un froid opportun, en cette fin d'été, et des chutes de neige (!) ont laissé la place à des jours radieux lors des instructions pratiques – comment faire mieux? Les participants ont été exposés pendant ces belles journées à des ateliers pratiques, allant de la simple douleur thoracique à la chute avec suspicion de trauma cervical : relativement simples à traiter dans un milieu stérile, comme les urgences d'un hôpital, celles-ci prennent une toute autre tournure lorsqu'elles surviennent en terrain difficile où l'organisation et la maîtrise du sauvetage improvisées avec les moyens du bord prennent toute leur importance.

Alors que les petits groupes menés par les guides ont permis un apprentissage personnalisé, l'unité du groupe est demeurée intacte lorsque, après la montée à la cabane des Dix, tout le monde s'est gaiement retrouvé autour de chants accompagnés à la guitare. Cerise sur le gâteau, déjà très copieux, le cours s'est achevé par le tant attendu démonstration de la Rega venue clore, avec élégance, cette semaine d'initiation riche en instructions, souvenirs et rencontres.

Pour les plus friands, un prochain rendez-vous les attend pour le cours de base d'hiver et celui d'expédition !

Aurélié Seguin

Gebirgsmedizin Basiskurs (Sommer) Arolla

Musik ist: Wenn Theorie und Praxis Freude machen



Die Gebirgsmedizin erlernt sich am Besten in der Praxis, was gibt es also besseres als ein paar Tage in den Bergen, um Wissen und Können in Seiltechnik, Gehen am kurzen Seil, Selbstrettung und Flaschenzüge zu erweitern?

Ebenso vielfältig sind im Basiskurs Sommer die Themen im Theorieunterricht: Von der Höhenpathophysiologie, über typische Läsionen vom Klettern bis hin zur Keraunopathologie reichten. Aus diesem Grund haben sich Mitte September 30 Teilnehmer aus den unterschiedlichsten Bildungsrichtungen – Ärzte, Pflegepersonen, Rettungssanitäter oder Osteopathen, sechs Bergführer und zwei Kursleiter – für den Basiskurs Gebirgsmedizin in Arolla getroffen.

Die Qualität der technischen Leitung und der Referenten war hervorragend, genauso wie das Wetter, das uns in keiner Weise im Stich gelassen hat.

Während den Theoriekursen war es draussen frisch, sogar ein paar Schneeflocken haben die Landschaft verzaubert. Als dann der praktische Teil draussen im Gelände auf dem Programm stand, hat sich der Spätsommer von seiner besten Seite gezeigt.

Die Kursleitung hat sich für die praktischen Übungen einiges einfallen lassen: Vom einfachen Thoraxschmerz bis hin zum Sturz mit Verdacht auf ein Halswirbeltrauma welches im sterilen Umfeld wie in der Notaufnahme im Spital einfach zu behandeln sind, jedoch im alpinen Umfeld rasch einen anderen Dreh bekommen. Von der Organisation bis zur Beherrschung der improvisierten Bergung liegen im wahren Sinne des Wortes einige Steine im Weg.

Durch die Aufteilung in Kleingruppen – jede wurde von einem Bergführer betreut – welche je von einem Bergführer betreut wurde, konnte ein individualisiertes Lernerlebnis sichergestellt werden. Trotzdem konnte die Einheit der Gruppe erhalten werden, und alle haben sich in der Cabane des Dix wiedergefunden, um die Tage mit Gesang und Gitarrenbegleitung ausklingen zu lassen. Abgeschlossen wurde die Woche mit der Präsentation einer Luftrettung durch die Rega. Sie wurde zu einem krönenden Abschluss einer medizinisch lehrreichen und sozial spannenden und lebenswerten Kurswoche mit vielen Höhepunkten. Kein Wunder, stehen für etliche von uns bereits neue Termine in der Agenda: «Basiskurs Winter» und «Expeditionsmedizinkurs» im kommenden Herbst.

Aurélié Seguin



FÜR KURZES SEIL UND LANGE TOUREN

Bergabenteuer beginnen bei uns. Beratung durch begeisterte Bergsportler, faire Preise und erstklassiger Service für deine Ausrüstung. **Wir leben Bergsport.**

Die beste Beratung für deine Ausrüstung.

Aarau | Basel | Bern | Chur | Conthey | Kriens | Lausanne
Pfäffikon | St. Gallen | Thun | Volketswil | Zürich

baechli-bergsport.ch



B'ACHLI
BERGSPORT



Generalversammlung 2019 in Bern

SGGM: Eine famose Bieridee seit 25 Jahren



SGGM-Diplome machen schön und zufrieden...

In Chamonix (F) 1984 aus einer Bieridee nach französischem Vorbild gegründet und am 9. November 2019 in Bern als bewährte Organisation mit knapp 700 Mitgliedern und grosser Ausstrahlung 25 Jahre jung geworden: Die Schweiz. Gesellschaft für Gebirgsmedizin (SGGM) kann auf ein interessantes erstes Vierteljahrhundert zurückschauen. Noch spannender ist aber die Zukunft: Sie steht und fällt mit dem Engagement von erfahrenen älteren und jungen innovativen Mitgliedern... Ein Jubiläums-Apéro und eine kurzweilige Generalversammlung sowie die Einladung zu einem Jubiläumswochenende im Berner Oberland – das war Ende 2019 die Dividende für die Mitglieder und den Vorstand.

Was an Generalversammlungen unumgänglich ist, hat in Bern zur Freude aller zu keinen Diskussionen geführt: Protokoll, Jahresbericht, Jahresrechnung und eine Aktualisierung der Statuten wurden gutgeheissen. Genauso die Absichtserklärung von Kassier und Vorstand, im neuen Jahr die Reserven für spätere grössere Projekte wenn irgendwie möglich ein wenig aufzustocken. Für das Jahr 2020 wurden folgende Projekte geplant: Tagung «Bergrettungsmedizin» und das Jubiläums-Event zum 25-jährigen Bestehen der SGGM auf der Winterregghütte. Ferner sind grössere Beiträge zur Unterstützung des ISMM-Kongresses in Interlaken und für ein Forschungsprojekt der Uni Lausanne geplant. Diesbezüglich ist mit Ausgaben von ca.

Die Diplomanden 2019

Expedition and Wilderness Medicine International Diploma:
Nico Altweg, Pierre Conne, Giulia Domenichini, Rolf Erlebach, Anna Krismer, Karel Kukal, Raphael Massy, Florence Nikles, Maximilian Schedler, Rahel Lia Traub, Nicolas Wenger, Corinne Zurmühle

Die Diplomanden 2019

Mountain Medicine international Diploma:
Nico Altweg, Pierre Conne, Isabel Daniöth, Giulia Domenichini, Anna Krismer, Karel Kukal, Raphaël Massy, Florence Nikles, Maximilian Schedler, Bruno Schoenmaekers, Rahel Lia Traub, Nicolas Wenger, Corinne Zurmühle

25 Jahre SGGM

Die Gründungsmitglieder mit 25 Jahren Mitgliedschaft:
Akeret Fritz, Audetat Marc, Blum Bernhard, Blunsch Kathrin, Brodmann Mäder, Monika Bühler, Berchtold Campell, Lütza Rudolf, Can Uenal, Darbellay Bernhard, Diener Urs, Dimmler Urs, Eggenberger Peter, Fehr Hansruedi, Frey Walter O., Gerber Michael, Goerre Stefan, Habicht Walter, Hefti Urs, Hofstetter Rau Doris, Hoppeler Hans, Jacomet Hans, Imhof Thoman Elizabeth, Janosa Andreas, Julien Erwin, Klostermann Ulf, Krech Thönen Ulrike, Largiadèr Nufer Ursina

21'000 CHF zu rechnen. Das Budget wurde ohne Gegenstimmen angenommen. Erwarteter Gewinn 2020 rund 10'000 CHF.

Einen unterhaltsamen Rückblick auf die vergangenen 25 Jahre und die Gründungs-«Wirren» präsentierte schliesslich Urs Wiget. Zusammen mit Pietro Segantini, Bruno Durrer und Greg Zen-Ruffinen wur-



Gut gelaunt: SGGM-Gründungsmitglied Urs Wiget (links) und SGGM-Mitglied Patrick Röthlin als Gewinner einer Tisot-Uhr bei der Jubiläumstombola.

de das Patronat der Ärztekurse vom SAC übernommen. Die erste Ärztexpedition führte sie zum Skyang Kangri (7545 m). «Man wollte primär auf den Berg, die Wissenschaft hatte hinten anzustehen», erinnerte sich Urs Wiget. Trotzdem schaute bei der freiwillig durchgeführten «Alkoholstudie» die Gewissheit heraus (ohne Publikation), dass Alkohol kaum Einfluss auf die Höhenadaptation hat. Die Zeiten haben sich geändert. Urs Wiget wünschte der SGGM ein herzliches «Weiter so». 51 aktuelle SGGM-Mitglieder sind bereits seit 25 Jahren mit dabei. Sechs davon waren an der GV in Bern anwesend und wurden mit einem kleinen Präsent geehrt.

Das grosse Los gezogen hat an diesem Tag auch Patrick Röthlin. Er hat die von Tisot gesponserte Jubiläumsuhr gewonnen. Ein weiterer Höhepunkt war die Vergabe der International Diploma in Mountain Medicine und Expedition and Wilderness Medicine. Insgesamt elf Diplome konnten an der GV persönlich überreicht werden.

Monika Brodmann stellt den ISMM-Weltkongress vor, der vom 2. bis 5. Juni 2020 in Interlaken stattfinden wird. Als Hauptorganisator agiert das universitäre Notfallzentrum des Inselspitals zusammen mit der SGGM und der Grimm. Monika Brodmann präsentierte das Programm, das Scientific Committee, die lokalen Organisatoren und bereits auch die wichtigsten Redner. Der Kongress steht unter dem Motto «Mountain Medicine in context of climate change». Unter www.ismm2020.org sind bereits viele weitere Informationen zu finden. Der «early bird» Tarif endet am 15.04.2020.

Die nächste GV wird am 24.10.2020 in Interlaken im Anschluss an die nächste Bergrettungsmedizin-Tagung statt. (yr.)



Grossandrang bei der Registrierung: Stress für Daniela Berther vom Sekretariat und ihren Helfern.



Kaffee und Gipfeli zum Start des SGGM-Symposiums «Recht am Berg»

T+TISSOT

#ThisIsYourTime



Style is
automatic.

TISSOT GENTLEMAN AUTOMATIC.
POWERMATIC 80 MOVEMENT WITH
UP TO 80 HOURS OF POWER RESERVE.



TISSOTWATCHES.COM
TISSOT, INNOVATORS BY TRADITION



Allegra !

La médecine d'expédition : Eine Geisteshaltung !



Une semaine, si court, mais si loin à la fois, dans ce très beau canton des Grisons. L'envie de découvrir quelque chose de nouveau, et de peu commun nous motivait tous.

La Diavolezza, un nom qui fait un peu peur, pour un endroit si beau. Le trajet – en train ! – pour y aller, est déjà inhabituel, avec ces viaducs et tunnels presque sans fin...

Personnellement j'ai quasiment traversé la Suisse entière pour y aller (depuis Genève), mais certains venaient d'au-delà, si loin que Hambourg, belle motivation !

La médecine d'expédition ne s'apprend pas en un jour, loin de là, mais c'est un état d'esprit qui se cultive au quotidien. Pour commencer il faut avoir une bonne ouverture d'esprit, une curiosité pour les côtés médicaux inhabituels, l'ailleurs et les gens de différentes cultures. L'Aventure aussi, celle qui nous prend et nous emmène si loin. Être prêt à changer de plan à la dernière minute, savoir faire preuve d'improvisation et de souplesse.

Nous avons eu la chance d'être encadré par une équipe vraiment top, professionnelle et passionnée ! Des cours intéressants, et des travaux pratiques dans le terrain par tous les temps ! Un jour superbe pour la montée au Piz Palü, de la bruine avec brouillard pour quelques exercices et même de la neige pour le bivouac sur le glacier quelques jours plus tard !

Une très belle expérience, entourée de gens admirables et très sympathiques, chacun apportant sa petite touche personnelle avec ses expériences passées, rendant les échanges encore plus riches !

On le recommandera ce cours, dans n'importe quelle langue, tant qu'on profite de l'arc alpin ! Mais aussi pourquoi pas aller plus loin, plus tard, qui sait ?

A revair !

Eine Woche, so kurz, und so weit, in diesem schönen Kanton Graubünden. Der Wunsch, etwas Neues und Außergewöhnliches zu entdecken, hat uns alle motiviert. Die Diavolezza, ein etwas gruseliger Name für einen so schönen Ort. Die Reise – mit dem Zug! – dorthin zu fahren, ist schon ungewöhnlich, mit diesen Viadukten und Tunneln fast endlos...

Persönlich habe ich fast die ganze Schweiz durchquert, um dorthin zu fahren (seit Genf), aber einige kamen soweit aus Hamburg, was für eine tolle Motivation!

Expeditionsmedizin kann man nicht an einem Tag lernen, weit davon entfernt, aber es ist eine Geisteshaltung, die täglich gepflegt wird. Zunächst müssen Sie eine gute Aufgeschlossenheit, eine Neugier für die ungewöhnlichen medizinischen Aspekte, das Anderswo und Menschen unterschiedlicher Kulturen haben. Das Abenteuer auch, das uns nimmt und uns so weit bringt. Seien Sie bereit, um Pläne in letzter Minute zu ändern, und Improvisation und Flexibilität zu schauen.

Wir hatten das Glück, von einem wirklich hochkarätigen, professionellen und leidenschaftlichen Team betreut zu werden! Interessanter Unterricht und praktische Arbeit ins Gelände bei jedem Wetter!

Ein toller Tag für den Aufstieg zum Piz Palü, ein paar Tage später Nieselregen und Nebel für einige Übungen und sogar Schnee für das Biwak auf dem Gletscher!

Eine sehr schöne Erfahrung, umgeben von bewundernswerten und sehr freundlichen Menschen, wobei jeder seine persönliche Note mit seinen früheren Erfahrungen einbringt und den Austausch noch bereichert!

Arnaud Peytremann

EXPED – EXPEDITION EQUIPMENT

EXPED WHITEOUT

LEICHTER ALPINRUCKSACK AUS DYNEEMA® GEWEBE

Die neuen wasserdichten **WHITEOUT** Alpinrucksäcke sind aus einem sehr reiss- und abriebfesten Mischgewebe mit DYNEEMA®.

Dieses Laminat ist leichter, dünner und reissfester als andere hochwertige Nylonmaterialien. Diese durchdachten, superleichten Alpinrucksäcke sind speziell für den anspruchsvollen Bergeinsatz sowie Expeditionen konzipiert und bilden die Spitze der EXPED Alpinrucksack-Linie, wenn es um minimalistisches Design und eine anwendungsorientierte Materialauswahl geht. Erhältlich als 30, 45, 55 Liter-Version.



- federleicht im Gewicht
- einzigartiges Gewebe
- wasserdichtes Hauptfach

DAS **MAXIMALE** NATURERLEBNIS MIT **MINIMALEN** MITTELN | www.exped.com

Exped-Produkte sind im Berg- und Outdoor-Fachhandel erhältlich. Die grösste Auswahl findest du in folgenden Geschäften:

Bächli-Bergsport, Lausanne, Conthey, Bern, Thun, Basel, Aarau, Kriens, Chur, Zürich, Volketswil, Pfäffikon, St. Gallen; Yosemite, Lausanne, Vevey; Le Globetrotter, Genève; Trango Sport, Bulle; Le Nomade, Vevey; Follomi Sports, Sion; La-Haut, Sion; Defi Montagne, Peseux; Vertical Sport, Interlaken; Bordsogna Bergsport, Solothurn; Von Moos Sport+Hobby, Luzern; Berge Pur, Zug; Trailshop.ch, Küsnacht a. Rigi; Rüedi Bergsport, Zürich; Aventura-Travel, Uster. Foto: Martin Scheel



Ein grosses Thema findet ein grosses Publikum (Foto: T. Dätwyler)

Ein Jahr Vorbereitung, 6 Sponsoren, 12 Referenten, 8 Moderatoren, 181 Teilnehmer und eine überglückliche Präsidentin

Mit der steigenden Anzahl an Berggängerinnen und einer somit auch zunehmenden Zahl an teils tödlich endenden Ereignissen, gewinnen rechtliche Fragestellungen am Berg immer mehr an Bedeutung. Dies gilt nicht nur für einen Bergführer, dem ein Gast verunfallt, sondern letztlich für jeden, der – bewusst oder häufig unbewusst – in irgendeiner Form Verantwortung trägt. Mit dem Ziel, unterschiedliche Aspekte dieses Themenbereichs aufzugreifen, wurde noch vor der Generalversammlung 2018 vom SGGM-Vorstand beschlossen, eine Tagung zum Thema «Recht am Berg» zu veranstalten. Am 09. November 2019 war es dann soweit – der grosse Tag war da. Die Tagung fand im Hochschulzentrum von

«Mit der steigenden Anzahl an Berggängerinnen und einer somit auch zunehmenden Zahl an teils tödlich endenden Ereignissen, gewinnen rechtliche Fragestellungen am Berg immer mehr an Bedeutung.»

Roll an der Fabrikstrasse im Berner Länggass-Quartier statt. Für die einen um die Ecke, für andere mit einer langen Anreise verbunden, fanden sich schon vor 8 Uhr die ersten Tagungsteilnehmer ein. Ein bunt gemischtes Publikum aus Ärzten, Bergführern, Wanderleitern, Kletterlehrern, Juristen, Polizisten und anderen Interessierten hatte sich angemeldet. Die wie-

der einmal unglückliche Terminkollision mit der Bergrettungsärztetagung in Innsbruck kam uns jedoch insofern zugute, als dass wir sonst vermutlich noch mehr Personen hätten absagen müssen, denn die Platzzahl im Hörsaal 03 war beschränkt.

Nach Kaffee und Gipfeli ging es gestärkt in den langen, aber kurzweiligen Tag. Aufgrund vieler Ideen und dem Glück, ebenso viele Experten in ihrem Bereich als Referenten gewinnen zu können, konnten den Teilnehmern 12 Vorträge präsentiert werden. Zum Einstieg stellte Ueli Mosimann Daten aus der Bergnotfallstatistik des SAC vor, während im Anschluss derartige Ereignisse am Berg aus unterschiedlichen Perspektiven betrachtet wurden. Das Spektrum reichte hier von der Sorgfaltspflicht des Berggängers über die Verurteilungsrate betroffener Bergführer, die Frage der un-

LOWA

simply more...

E-TEX®



SAMMELT PLUSPUNKTE BEI MINUSGRADEN.
DANK MULTIFUNKTIONALER DETAILS.



RENEGADE EVO ICE GTX® | Cold Weather Boots www.lowa.ch





Ueli Mosimann referierte über «Risiken und Unfallgeschehen beim Bergsport in der Schweiz» (Foto: C. Schön)



Juristin und Bergführerin Rita Christen sprach zum Thema «Verunfallter Gast – verurteilter Bergführer?» (Foto: C. Schön)

«Das Spektrum reichte hier von der Sorgfaltspflicht des Berggängers über die Verurteilungsrate betroffener Bergführer, die Frage der unterlassenen Hilfeleistung bei abgebrochenen oder nicht durchgeführten Bergrettungseinsätzen, die Arbeit von Polizei und Staatsanwaltschaft bis zu rechtlichen Punkten bei Lawinen, beim Klettern oder bei Ereignissen im Ausland und den Umgang mit Medien.»

terlassenen Hilfeleistung bei abgebrochenen oder nicht durchgeführten Bergrettungseinsätzen, die Arbeit von Polizei und Staatsanwaltschaft bis zu rechtlichen Punkten bei Lawinen, beim Klettern oder bei Ereignissen im Ausland und den Umgang mit Medien. Nachdem die Teilnehmer, bedingt durch den straffen Zeitplan, gar nicht genug Zeit hatten, um all ihre Fragen zu stellen, wurde es am Ende aber auffallend ruhig: Stefan Indra erzählte

seine Geschichte. Er hatte als Bergführer einen Gast in einer Lawine verloren. Seine Darstellung des Erlebten zeigte, dass hinter all den «Fällen», die objektiv immer mit Zahlen, Fakten und strafrechtlichen Artikeln umschrieben werden können, menschliche Schicksale stecken – sowohl auf Seiten der Hinterbliebenen als auch auf Seiten der Überlebenden. Beinahe pünktlich konnte die Tagung dann beendet werden. Ob es ein «Recht

am Berg Teil 2» geben wird oder wir uns einem anderen Thema widmen werden (Ideen hat es auch hier schon), ist noch offen. Fest steht aber, dass wir uns schon jetzt auf die Organisation der nächsten Tagung freuen. Mein grosser Dank geht nochmals an alle, die zum Erfolg der Tagung beigetragen und uns so viele positive (wie auch einzelne negative) Rückmeldungen gegeben haben!

Rückmeldungen

- «Ich möchte mich ganz herzlich bedanken für die sehr interessante und lehrreiche Tagung. Nebst den vielschichtigen und von allen Seiten beleuchtenden Referaten war auch die Organisation rundherum mit Einschreiben, Verpflegung usw. super!»
- «Die Tagung hat den Nerv der Zeit voll getroffen und war seit langem der wertvollste Fortbildungskurs, den ich besucht habe.»
- «Vielen herzlichen Dank für die Initiative und die Durchführung des meines Erachtens sehr gelungenen Anlasses.»
- «Ich habe die juristisch fundierten, aber trotzdem für «Rechts-Laien» gut verständlichen, sehr interessanten Vorträge genossen. Ihr habt eine beeindruckende Tagung organisiert- vielen Dank dafür.»
- «Hell begeistert ging ich nach Hause...»
- «Das war ein megacooler Tag, lauter zufriedene Gesichter...»
- «Danke für die hervorragende Organisation der Tagung. Habe noch selten einen so professionellen Tagung mitgemacht.»

A man with curly hair, wearing a blue Sherpa Outdoor zip-up jacket and blue jeans, is sitting on a large log in a forest. He is looking upwards and to the right. The background is a dense forest with trees and foliage. The image is framed by a large, semi-transparent orange circle.

Outdoor neu erleben.

Mit dem Equipment von
Sherpa Outdoor.

Bestes Outdoor-Equipment direkt vom Hersteller.

Basel · Buchs SG · Chur · Langnau i. E. · Littau · Stans NW · Visp
Zollikofen · Zürich Oberdorf · Zürich Stauffacher sherpaoutdoor.com



It's our nature to be good.



Therapeutisches Klettern: Ohne Seil im «Kraftreaktor Lenzburg»

Die Alternative: An der Kletterwand gesund werden

Therapie und Training nach Krankheit, Unfall oder Operation muss nicht öde und langweilig sein: In der Lenzburger Kletterhalle «Kraftreaktor» hat sich in den letzten Monaten ein für die Schweiz neuartiges Therapie-Angebot etabliert. «Therapeutisches Klettern nach Hajo Friederich ist ganzheitlich und dank zielgerichteter Anleitung auch in der Reha besonders effizient», sagt die Initiantin der alternativen Reha-Angebotes, Roseline Bestler. Sie führt in Aarau eine Praxis für Craniosacral Therapie und Funktionelle Orthonomie Integration (FOI).

In Deutschland ist das noch junge «Therapeutische Klettern nach Hajo Friederich» weitverbreitet, als effiziente Heilmethode mit grossem Wirkungspotential sogar an Schulen bekannt und von Ärzten empfohlen. In der Schweiz dagegen ist die vom arri-vierten Physiotherapeuten und Bergführer Hajo Friederich vor rund 25 Jahren entwickelte Therapieform noch weitgehend unbekannt. Das will die Therapeutin Roseline Bestler ändern. Sie ist überzeugt, dass Koordination, Körperkraft und Körperspannung an der Kletterwand bei unzähligen Beschwerden gewinnbringend eingesetzt werden können.



Stützübung an der Kletterwand bei Skoliose

«Durch meine Begleitung und Führung können die Bewegungen beim Klettern physiologisch der Anatomie der Kletterer kontrolliert, angepasst und besonders zielgerichtet und effizient durchgeführt werden», fasst die Komplementär-Therapeutin die Vorteile zusammen. Geklettert wird in

Lenzburg nach dem Vorbild der professionellen Boulder-Sportler zwar an der Kletterwand, aber ohne Seil, nah am Boden und durch Matten vor unsanften Stürzen gesichert. «Wir klettern von rechts nach links und wieder zurück, konzentriert, intensiv und mit Spannung, von der Haarspitze bis zu den Zehen. Alles wird gebraucht, sogar das Hirn», lacht Roseline Bestler einer ihrer ersten Patientinnen zu.

Der Schlüssel zum Erfolg: «Jeder klettert anders»

Das Wissen darum, dass diese Art des Therapeutischen Kletterns in unserem nördlichen Nachbarland sehr gefragt und erfolgreich ist, sei nicht die Einzige Motivation gewesen, die nur in Deutschland mögliche, berufsbegleitende zweijährige Zusatzausbildung zu absolvieren, sagt Roseline Bestler. Vorgängig hat sich die Therapeutin auch eingehend in die Geheimnisse des Sportkletterns einweihen lassen und auch selber, privat, Freude daran bekommen. Sofort überzeugt habe sie die Idee, die Kletterfähigkeiten, die dem Menschen in die Wiege gelegt werden, für Therapiezwecke zu nutzen. Jetzt, nach eingehender Ausbil-



Therapeutisches Klettern in der Pädiatrie bei Fussinstabilität, Beinachsenasymmetrien oder Haltungsschwächen.



erleben • entdecken • erholen



Reisedetails: Tel. 033 439 30 15
berg-welt.ch

genussvolle berg-reisen weltweit

bergwelt

TESTED FOR LIFE

SEI EINS MIT DER NATUR

Unsere GORE-TEX PRO Produkte bieten den widerstandsfähigsten und zuverlässigsten Schutz — egal, in welchen Konditionen.

Entdecke mehr auf www.gore-tex.de



ABSOLUT WINDDICHT



DAUERHAFT WASSERDICHT



EXTREM ATMUNGSAKTIV



SEHR ROBUST



derung am Institut für Therapeutisches Klettern nach Hajo Friederich und eigenem Training, steht für die erfahrene Therapeutin fest, dass Körperwahrnehmung, Koordination, Beweglichkeit und Kraft im Zusammenspiel an der Kletterwand besonders viel bewirken können: «Greifen, lösen, schauen, den Schwerpunkt verlagern, sich in der Vertikalen bewegen und dabei gleichzeitig seinen Körper unter therapeutischer Anleitung spielerisch und mit Freude zu trainieren, das sprengt die bisherigen Therapie-Dimensionen». Und als beobachtende und korrigierende Therapeutin bekomme sie zudem so sogar noch die Möglichkeit zusätzlicher Befundsaufnahmen. Die Art und Weise, wie jemand klettert, könne nämlich auch Hinweise dafür geben, dass zum Beispiel Rückenprobleme ihre Ursache allenfalls woanders haben als ursprünglich angenommen.

«Intensives Training kann Spass machen»

«Fitness und Therapie an der Kletterwand machen Spass und fördern die Regeneration nach Operation, Unfall oder mühsamen Beschwerden», sagt Roseline Bestler. Sie weiss aus langjähriger Praxistätigkeit, welche Gefahren in herkömmlichen Fitness-Studios lauern: «Dort werden Übungen trotz anfänglicher Anleitung nicht selten falsch oder sogar kontraproduktiv ausgeführt». Daran ändere auch die Kostenbeteiligung der Krankenkasse nichts. An der Kletterwand dagegen könnten Gelenke, Muskeln, Bänder, Sehnen und Nerven im natürlichen Bewegungsablauf und unter Anleitung trainiert und stimuliert werden. «Damit kann ich meinen Kunden nicht nur Linderung bei Beschwerden und Rehabilitation nach einer Operation oder einem Unfall, sondern auch Unterstützung beim Entdecken einer neuen Aktivität anbieten», fasst Roseline Bestler ihr Angebot zusammen. Schon jetzt, rund drei Monate nach der Lancierung des neuen Therapie-Angebotes im «Kraftreaktor» sei absehbar, dass sich Kunden, die einmal mit ihr zusammen an der Kletterwand unterwegs waren mit grosser Wahrscheinlichkeit später auch fürs Bouldern oder das Sportklettern in den anderen Hallenbereichen interessieren.



Beim Gesundwerden spielt auch das Herzblut eine Rolle: Therapeutin Roseline Bestler und Marco Toretti haben in Lenzburg ein schweizweit neuartiges Angebot geschaffen. (Fotos: Tommy Dätwyler)

Marco Toretti: «Eine Win-Win-Win-Situation»

«Ich habe schon immer gewusst, dass Klettern Spass macht, aber zu beobachten, wie Kunden nach einer Einheit mit Roseline Bestler die Wand und die Kletterhalle verlassen, das sei doch ein besonderes Erlebnis», sagt der Geschäftsführer der Kletterhalle, Marco Toretti. Er betreibt seit zwei Jahren zusammen mit seiner Frau als Eigentümer die Kletterhalle «Kraftreaktor» in Lenzburg und kennt unterdessen auch die ersten Therapie-Gäste von Roseline Bestler. «Die Leute sind zwar nach einer Stunde augenscheinlich müde und aufgrund vieler neuer Bewegungen sogar eine Spur abgekämpft, aber gleichzeitig machen sie einen ungemein zufriedenen und entspannten Eindruck.»

Begeisterung ist ansteckend ...

Toretti sieht ein grosses Potential im neuen Angebot. Er war sofort von der Idee, im «Kraftreaktor» ein neues Angebot zu lancieren, begeistert. «Wir sind Bewegungs-Spezialisten. Massage und Therapie auf der Liege sind gut, sich selber bewegen zuletzt aber fast immer besser», lacht Toretti, der bereits 15 Jahre im Kraftreaktor engagiert ist. Das neue Therapie-Angebot passe deshalb hervorragend ins Kletterhallenkonzept und sei, unbescheiden gesagt, eigentlich eine Win-Win-

Win-Situation. «Therapeutin, Patienten und das Team der Kletterhalle sind vom neuen Angebot so etwas wie be-seelt und begeistert, als hätte diese Form der Therapie hier schon lange gefehlt. Da steckt Herzblut drin und das spüren alle Beteiligten!»

Vom neuen, nicht ganz herkömmlichen Therapieweg angesprochen werden sollen in Lenzburg Personen mit und ohne Beschwerden, Kinder und Erwachsene bis ins höhere Alter. Sportliche oder (noch) nicht sportliche sind genauso angesprochen wie jene, die Höhenangst haben und nicht schwindelfrei sind. «Profitieren können alle, egal ob sie «nur» unter Verkrampfungen oder den Folgen von gravierenden Sportverletzungen leiden», sagt Roseline Bestler. Eine Limite setze nur das Körpergewicht, weil sie als eher kleine Person zu schwere Kunden nicht genügend sichern könne. Dass diese Therapie in der Schweiz vorläufig noch nicht von der Krankenkasse abgerechnet wird, ist für die innovative Therapeutin und ihre ersten Kunden zwar ein Wermutstropfen, aber kein Grund aufzugeben oder erst gar zu starten: Die Hoffnung stirbt bekanntlich zuletzt.

www.bestler-practice.ch
www.kraftreaktor.ch
therapeutischesklettern.com

LEKI

GET CLOSER
to freedom.

Photo © Christoph Oberschneider

**TOUR STICK
VARIO CARBON**

Gewicht: 271 g | Packmaß: 42 cm | Länge: 115 - 135 cm



www.leki.ch

gloryfy
be unbreakable

www.gloryfy.ch

UNBREAKABLE

MADE IN AUSTRIA

Die perfekte Brille für Abenteuer.

gloryfy unbreakable eyewear – unzerbrechliche Brillen
Made in Austria aus dem innovativen und patentierten Spezialkunststoff NBFX. Die unzerbrechlichen Brillen sind nicht nur beim Sport unentbehrlich, auch im Alltag und speziell auf Reisen sind sie die perfekten Begleiter.



G13 Devil blue



**HAUSBOOTFERIEN OHNE
FÜHRERSCHEIN**

ENTDECKEN SIE DIE FERIE «ALS EIGENER KAPITÄN»
MIT DER FAMILIE ODER MIT FREUNDEN !

Verbringen Sie erinnerungsvolle Ferien in
einem Hausboot, in vielen Ländern Europas
oder in Kanada !

au fil de l'eau
als eigener Kapitän

**l'atelier
du voyage**

Broschüre, Informationen und Reservationen:

+41 (0)21 312 34 22
info@atelierduvoyage.ch
www.alseigenerkapitaen.ch





Geistersignale beim LVS-Gerät:

Wenn die Tourenausrüstung falsche Spuren legt

Vielen Tourengängern ist aber kaum bekannt, dass elektronische Uhren, GPS, Smartphones und Kameras oder sogar Getränkeverpackungen die Sendeleistung beeinträchtigen und sogar «Geistersignale» verursachen können. Die Geräteproduzenten appellieren an die Disziplin der Nutzer.

Elektronische Uhren, GPS, Smartphones und Kamera sind auf Ski- und Schneeschuhtouren nicht mehr wegzudenken. Sie alle können, genauso wie metallische Getränkeverpackungen, Kartuschen oder Lawinenschaufeln – die Verschütteten-Suche mit dem Lawinenschütteten-Suchgerät (LVS) massiv stören. Nach übereinstimmenden Angaben aller LVS-Produzenten hat die Zahl der Meldungen über fehlerhafte LVS-Signale in den letzten Jahren trotz verbesserten Geräten stetig zugenommen. Gemäss dem verantwortlichen Productmanager beim einzigen Schweizer LVS-Produzenten Mammut, Illari Dammert, ist dafür vor allem die heute oft hochtechnische Zusatzausrüstung der Tourengänger verantwortlich. Dammert fordert die Nutzer auf, das jeweilige Benutzerhandbuch gut zu studieren und die Warnungen der Bergsportverbände ernst zu nehmen.



Foto: Archiv SGGM

Im Suchmodus besonders empfindlich

Besonders zu beachten ist, dass LVS-Geräte im Suchmodus um ein Vielfaches empfindlicher sind als im Sendemodus. Um Störungen und Geistersignale zu verhindern, empfehlen alle Hersteller von LVS-Geräten die gleichen zwei Verhaltensweisen: Im Sendemodus gilt, grundsätzlich alle möglichen Störquellen mindestens 20 Zentimeter vom LVS entfernt zu tragen. Im Suchmodus sind die Regeln noch strenger. Bei der Verschütteten-Suche

gilt ein Sicherheitsabstand von 50 Zentimeter. Und Illari Dammert räumt auch gleich mit einer weit verbreiteten Mär auf: «Das Handy auf Flugmodus zu stellen genügt nicht, es bleibt als Störfaktor vorhanden.» (yr.)

Tipps im Umgang mit LVS-Geräten:

- Im Suchmodus Mindestabstand zu Störquellen: 50 Zentimeter (Jeder Zentimeter mehr Abstand hilft und verbessert die Performance des LVS-Gerätes)
- Wenn man bei der Suche alleine ist, das Handy nicht abstellen, aber separieren!
- Auch Smartphones im Flugmodus können stören!
- Action-Kameras müssen während der Suche unbedingt abgeschaltet werden.
- Im Sendemodus: Mindestabstand zu möglichen Störquellen 20 Zentimeter – schon beim Packen an die Sensibilität des LVS-Gerätes denken.
- LVS-Check (Empfangs- und Sendekontrolle) am Anfang einer Tour!
- Nur Batterien mit mindestens 40% Kapazität verwenden, keine Akkus!

Schneetourenbus startet in die 2. Saison: Sinnvolle Ergänzung des ÖV

Der Schneetourenbus startet mit acht Linien in die 2. Pilotsaison. Der Winterfahrplan 2019/2020 ist online unter www.schneetourenbus.ch zu finden, dort lassen sich Fahrten buchen. Der Schneetourenbus erschliesst die letzte Meile zu verschiedenen klassischen Ski- und Schneeschuhtouren in acht Regionen und fünf Kantonen. Er bringt Wintersportler von der letzten erschlossenen ÖV-Haltestelle bis zu den beliebten Tourenausgangspunkten. So im Diemtigtal, am Julier, im Prättigau, am Lukmanier, im Safiental, am Napf, im Meiental/Susten und im Binntal.

Der Schneetourenbus muss – ähnlich wie ein Rufbus – vorab reserviert werden und fährt nur, wenn genügend Reservationen vorliegen. In einigen Regionen genügen bereits zwei Reservationen. Die Fahrpläne sind ausschliesslich auf dem Schneetourenbus-Webportal publiziert. Der Bus ist ein Projekt des Schweizer Alpenclubs SAC und dem Verkehrsclub der Schweiz VCS, zusammen mit der Schweiz. Postauto und Mountain Wilderness Schweiz. (yr.)

Der Gletscherdokter Felix Keller:

Sein Ziel: «Gletscher wachsen lassen»

Der Engadiner Glaziologe Felix Keller will Gletscher wieder wachsen sehen: Im Oberengadin hat Keller zusammen mit der Hochschule für Technik und Wirtschaft HTW mit Unterstützung der Schweizerischen Agentur für Innovationsförderung (Innosuisse) und weiteren Industriepartnern ein 2,5 Mio. Franken teures Projekt zur Rettung von Gletschern gestartet. Pilotgletscher für das System Gletscherbeschneigung ist der Morteratschgletscher, der in den Sommermonaten der letzten Jahre regelmässig und jeden Tag eine Million Tonnen Eis verloren und sich massiv zurückgezogen hat.

Basis des Projekts ist die Idee des Schmelzwasser-Recyclings. Dabei wird das im Sommer anfallende Schmelzwasser hoch oben gesammelt, um es im Winter in Form von

Schnee zu recyceln und dem Gletscher zurückzugeben. So wäre nach Überzeugung der Forscher rund um Felix Keller unter den heutigen Bedingungen bis in zehn Jahren sogar wieder ein Gletscherwachstum möglich. Dafür wird es nötig sein, eine künstliche Beschneigung des Gletschers zu ermöglichen, die ohne elektrische Energie möglich ist. Eine Machbarkeitsstudie hat ergeben, dass dies dank einem speziellen Beschneigungssystem mit sogenannten Schneeseilen möglich ist. Mit einer Quadratkilometer könnte dem Gletscher so unter die Arme gegriffen werden, dass er ab 2025 wieder wachsen würde, ist Keller überzeugt. Wird das Projekt vom Erfolg gekrönt, wird es weltweit für Furore sorgen und auch in anderen Ländern Hoffnungen nähren. (yr.)

Donnerstag,
19. März 2020
Privatklinik Meiringen
Saal Reichenbach



- 17:00 Uhr Öffnung
- 17:30 Uhr Begrüssung
PD Dr. med. Jochen Mutschler, stv. ärztlicher Direktor
- 17:45 Uhr «Ausbildung und Betreuung von Einsatzkräften bei der Kantonspolizei Bern in Bezug auf belastende Einsätze»
Katharina Gäumann; Psychologischer Dienst, Kantonspolizei Bern
- 18:15 Uhr «Notfallpsychologische Versorgung am Einsatzort»
Irmela Moser, Leiterin Care Team Bern
- 18:45 Uhr «Behandlung nach Traumatisierung im Einsatz»
Dr. med. univ. Christian Mikutta, leitender Arzt, Privatklinik Meiringen
- 19:15 Uhr «Herausforderungen für Einsatzkräfte in der psychiatrischen Klinik»
Prof. Dr. med. Thomas J. Müller, ärztlicher Direktor, Privatklinik Meiringen
- 19:45 Uhr Schlusswort
Dr. med. univ. Christian Mikutta, leitender Arzt, Privatklinik Meiringen
- 20:00 Uhr Apéro

Kontakt:
Privatklinik Meiringen AG
Willigen, CH-3860 Meiringen
Telefon +41 33 972 81 11
Telefax +41 33 972 82 20
www.privatklinik-meiringen.ch

WALLIS • BALTSCHIEDER • BALTSCHIEDERKLAUSE (2783m) • BIETSCHHORN (3934m)

Kennt Ihr, oder? Noch nicht? Dann nichts wie hin ...

Die Hütte: Ein Ort der Ruhe, der Bergenergie, des Wohlfühlens
(ein kleiner Geheimtipp – nie ausgebucht)

Das Tal: Ein Traum von Fauna und Flora und Urtümlichem (Suonen)

Der Weg: Zum Abschalten, lang – einzigartig abwechslungsreich

Mehr Infos und Bilder, um Euch «gluschtig» zu machen: www.baltschiederklausen.ch
(oder jstettler1@gmx.ch – Jolanda, Hüttenwartin)





Datum	Anlass	Diverses	Infos / Anmeldung
7.–13. März 2020	Course de medicine de montagne hiver, La Fouly	ausgebucht	www.sggm-ssmm.ch
7.–13. März 2020	Gebirgsmedizin Basiskurs Winter, Andermatt	ausgebucht	www.sggm-ssmm.ch
Do, 19. März 2020	Symposium «Psychiatrie für Rettungskräfte» Spital Meiringen		www.privatklinik-meiringen.ch
2.–5. Juni 2020	ISMM-Weltkongress in Interlaken		ismm.org
13.–16. Juni 2020	Sportkletternkurs		
30. August – 4. September 2020	Höhenmedizinkurs Diavolezza		www.sggm-ssmm.ch
12.–18. September	Gebirgsmedizin Basiskurs Sommer Steingletscher		www.sggm-ssmm.ch
24. Oktober 2020	Nationale Bergrettungsmedizin-Tagung Interlaken (ganzer Tag) Aula Oberstufenschulhaus		www.sggm-ssmm.ch
24. Oktober 2020	SGGM-Generalversammlung 2020 (im Anschluss an die BRM-Tagung) Aula Oberstufenschulhaus Interlaken		www.sggm-ssmm.ch
23./24. Januar 2021	Lawinenkurs Engstligenalp		www.sggm-ssmm.ch
23./24. Januar 2021	Freeriden und medizinische Notfälle im Gelände		www.sggm-ssmm.ch
Über das ganze Jahr	Ausbildungskurse für Laien, Private, Organisationen und Vereine (z.T. auch franz.) (Erste Hilfe für Laien, Trekking/Höhenmedizin für Wanderleiter / J+S-Leiter teilw. inkl. BLS / AED-Kurs) Ort: Je nach Kurs Kandersteg/Kerenzerberg/ Fronalp/La Fouly		Information: Melanie Kuhnke, laienkurse@sggm-ssmm.ch

ISMM 2020

XIII WORLD CONGRESS ON
MOUNTAIN MEDICINE

2 to 5 June / Interlaken



www.ismm2020.org



Willkommen in der Natur

Kontinuierliches Streben nach Nachhaltigkeit,
Qualität, Funktionalität und Design seit 1929.

NORRØNA 

norrøna.com