

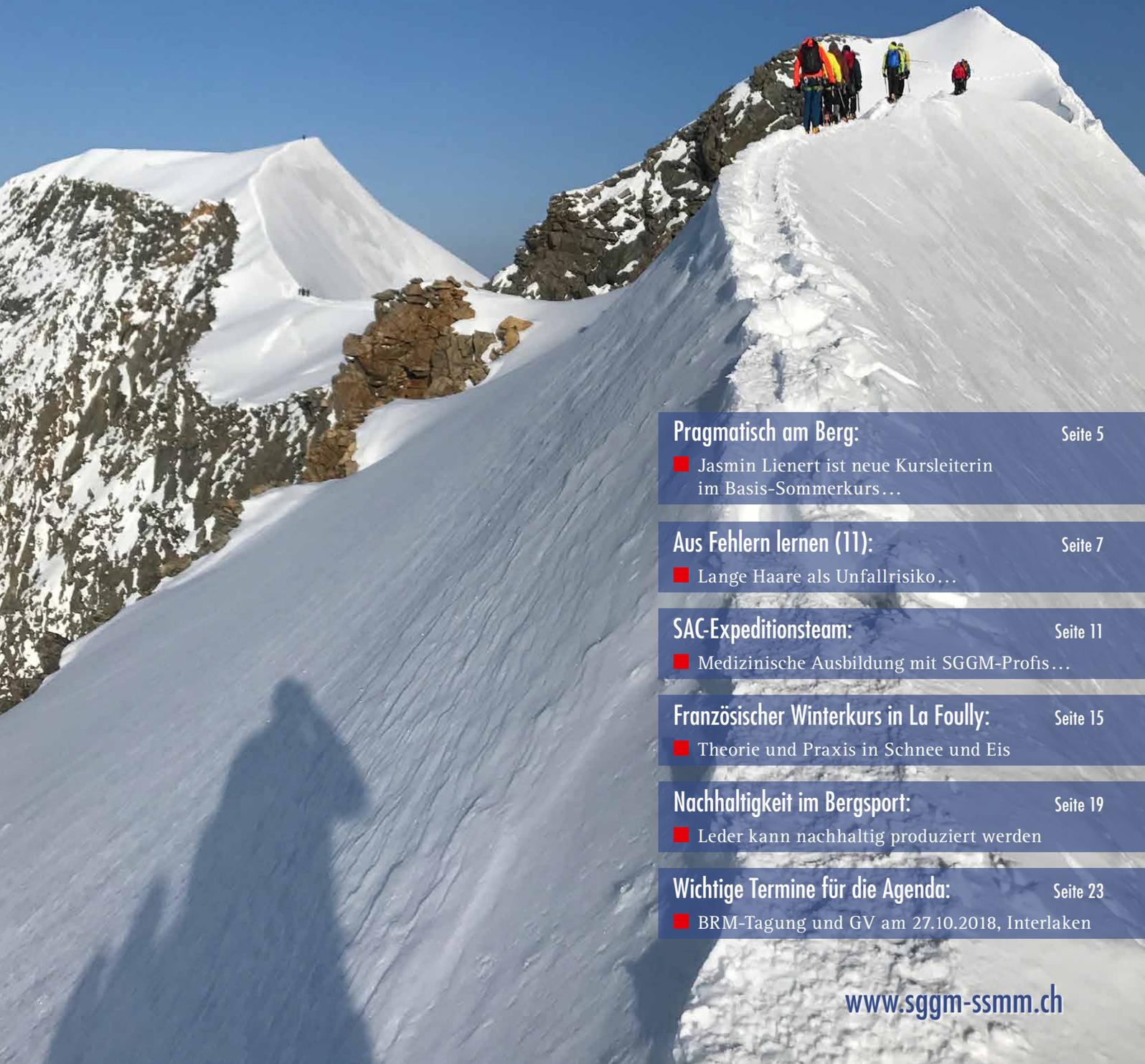
FORUM ALPINUM

04-2018



SGGM | SSMM

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



Pragmatisch am Berg:

Seite 5

■ Jasmin Lienert ist neue Kursleiterin im Basis-Sommerkurs...

Aus Fehlern lernen (11):

Seite 7

■ Lange Haare als Unfallrisiko...

SAC-Expeditionsteam:

Seite 11

■ Medizinische Ausbildung mit SGGM-Profis...

Französischer Winterkurs in La Foully:

Seite 15

■ Theorie und Praxis in Schnee und Eis

Nachhaltigkeit im Bergsport:

Seite 19

■ Leder kann nachhaltig produziert werden

Wichtige Termine für die Agenda:

Seite 23

■ BRM-Tagung und GV am 27.10.2018, Interlaken



Inhalt

- 03 **Corinna Schön** | Editorial
- 05 **Tommy Dätwyler** | Portrait neue Kursleiterin Jasmina Lienert (Sommer-Basiskurs)
- 07 **Corinna Schön** | Aus Fehlern Lernen (11)
Lange Haare als Risikofaktor beim Klettern
- 11 **Urs Hefti** | Engagierte SGGM-Profis
Medizinische Ausbildung der SAC-Expeditionsteams
- 15 **Alain Brännimann** | Winterkurs in La Foully
Medizinische Ausbildung am Berg als Abenteuer
- 16 **Pinwand**: Überraschendes und Spannendes aus den Bergen
- 19 **Tommy Dätwyler** | Leder kann ihre Gesundheit gefährden
SGGM-Partner Lowa gibt Gegensteuer
- 23 **Wichtige Termine für die Agenda**

Hotel **spitzhorn**
Die Leichtigkeit des Seins

www.spitzhorn.ch

GSTAAD
COME UP - SLOW DOWN

Nicht ein Unikat
sondern
dein Unikat

KARLEN SWISS

+ SWISS HANDMADE www.karlenswiss.ch

Titelseite: Faszination Gratwanderung am Piz Palü (SGGM-Kurs «Höhenmedizin 17»)
Foto: Urs Hefti

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

a.i. 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 01 – 2019

15. Januar 2019

Druck / Impression

Druckform – die Ökodruckerei
Gartenstrasse 10, 3125 Toffen

Jahrgang

24, Nr. 4, Oktober 2018



SGGM | SSMM

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



Prä-si-den-tin = weibliche Vorsitzende einer Institution oder Organisation.

Liebe Mitglieder der SGGM, liebe Leserinnen und Leser

Die ersten drei Jahre meines Präsidiums und somit meine erste Amtszeit sind schon fast vorüber. Drei Jahre, die rückblickend wie im Fluge vergingen. Gibt man «3 Jahre» bei google ein, so erscheint dort als Erstes etwas zur Altersentwicklung des Kindes. Ja, und irgendwie war diese Zeit vergleichbar. Mit der Wahl zur Präsidentin – gleichzusetzen mit der Geburt – begann ein komplett neuer Lebensabschnitt und ich war in allen Belangen auf Hilfe von aussen angewiesen. Doch so wie sich ein kleiner Mensch vom Neugeborenen, zum Baby, zum Kleinkind usw. entwickelt, lernte ich viel Neues, machte Fortschritte und konnte mich so nach und nach in der SGGM-Welt zurechtfinden. Die von Eltern ungeliebte Trotzphase habe ich wohl eher übersprungen, denke aber, dass diese ab und an wahrscheinlich angebracht gewesen wäre.

«Wenn es seine Ängste selber meistert, macht es Fortschritte und kann sich so neuen Herausforderungen stellen.»

Was ist zu den letzten 3 Jahren als SGGM-Präsidentin zu sagen: Sie brachten viele schöne, aber auch nicht so schöne Erlebnisse mit sich – eine Berg- und Talfahrt mit teils heftigem Gegenwind wie das ganz normale Leben auch. Es brauchte Zeit, als Rechtsmedizinerin und somit Aussenseiterin in der Gebirgsmedizinwelt akzeptiert zu werden. Aufgrund meiner Position oder generell aufgrund meiner Tätigkeit bei der SGGM durfte ich tolle Menschen treffen, die ich sonst vermutlich nie kennengelernt hätte – teils sind daraus sogar Freundschaften entstanden. Viele Kurse konnten erfolgreich durchgeführt werden, viele neue Diplomanden waren zu beglückwünschen und mit dem Lawinenkurs konnte sogar ein neuer Kurs ins Leben gerufen werden. Als Vorstand konnten wir einen Teil der «to do-Liste» abarbeiten, neue Partnerschaften wurden eingegangen, andere Aufgaben liegen jedoch noch immer vor uns. Ich habe es bislang leider nicht geschafft, meinen Wunsch, ein aktives «Vereinsleben» ausserhalb der Kurse zu etablieren, umzusetzen.

«Mit drei Jahren hat Ihr Kind auch die Vorstellung, dass es jetzt gross sei.» Das trifft vielleicht auf eine Dreijährige zu, aber nicht auf mich. Ich denke, ich habe das Laufen gelernt, jedoch ist die «ICH-Entwicklung» noch nicht abgeschlossen. Dementsprechend würde ich mich – mit Ihrer Unterstützung bei der Wahl an der Generalversammlung am 27. Oktober 2018 in Interlaken – auf weitere 3 Jahre an der SGGM-Spitze sehr freuen!



Pré-si-den-te = Personne féminine qui préside une assemblée ou institution.

Chers membres de la SSMM, chère lectrice, cher lecteur

Les trois premières années de ma présidence et donc la première partie de mon mandat arrivent à leur fin. Ces trois années sont passées à toute vitesse. Lorsque l'on recherche «3 ans» dans Google il apparaît en premier des informations sur le développement de l'enfant. D'une certaine façon, cette période était semblable.

Avec mon élection en tant que présidente – et en analogie à la naissance – une nouvelle étape de vie a commencé, durant laquelle j'avais besoin de l'aide externe qui m'était proposée. Tout comme un petit humain se développe de nouveau-né à bébé, puis de bébé à enfant, j'ai beaucoup appris, fait des progrès et pu me repérer dans ce monde qu'est la médecine de montagne. J'ai cependant fait l'impasse sur la phase d'opposition – celle qui exaspère les parents – même si de

temps à autre celle-ci aurait certainement été opportune.

«Si on gère ses propres angoisses on peut faire du progrès et relever de nouveaux défis.»

Que dire sur ces trois dernières années en tant que présidente de la SSMM: elles ont apporté des moments merveilleux ainsi que des moments plus difficiles, comme tous les aléas de la vie ; des ascensions et des descentes avec parfois un fort vent de face. Il m'aura fallu du temps en tant que médecin légiste, un peu marginal dans le monde de la médecine de montagne, pour être entièrement acceptée.

A travers ma fonction et mes activités au sein de la SSMM j'ai pu rencontrer des personnes formidables que je n'aurai probablement jamais connu autrement et avec lesquelles des amitiés se sont forgées. De multiples formations ont été réalisées, de jeunes diplômés ont été félicités et le cours « avalanches » a été créé. En tant que comité nous avons pu diminuer les points de la « To-do Liste » et créer de nouveaux partenariats. Il y a cependant encore du travail qui nous attend et je n'ai malheureusement pas encore réussi à établir une vie associative en dehors des cours, comme je l'aurais souhaité.

«A trois ans, l'enfant à l'impression d'être grand». Ce qui peut être vrai pour une fille de trois ans ne l'est pas pour moi. Je pense que j'ai appris à marcher mais ce développement du «moi» n'est pas encore terminé. Je serais donc heureuse de pouvoir compter sur ton soutien lors de l'élection à l'occasion de la prochaine assemblée générale le 27 octobre 2018 à Interlaken afin de poursuivre mon travail à la SSMM pour les trois prochaines années à venir.

NEUE WELTEN
ENTDECKEN.



EXPEDITIONEN MIT KOBLER & PARTNER.

Mount Everest • K2 • Aconcagua • Mount Vinson • Broad Peak • Elbrus • Cho Oyu
Shisha Pangma • San Valentin • Sajama • Huayna Potosí • Pik Lenin • Kun & Stok Kangri
Khan Tengri • Manaslu • Carstensz Pyramide • Putha Hiunchuli • Ojos de Salado
Muztagh Ata • Ama Dablam • Himlung Himal • Nordpol • Südpol • Denali • Ruwenzori
Satopanth • Alpamayo & Huascaran • Gasherbrum II • Dhaulagiri • Kangchendzönga
Spantik

K&P

**KOBLER & PARTNER
DIE BERGFÜHRER**

kobler-partner.ch



Jasmin Lienert ist die neue Co-Kursleiterin des Sommer-Basiskurses (d)

«Offenheit für unkonventionelle Therapien am Berg besonders wichtig»

«Enthusiastisch, pragmatisch, unkompliziert aber manchmal ein wenig stur», so umschreibt sich die neue Co-Kursleiterin des deutschsprachigen Sommerkurses für Gebirgsmedizin, Jasmin Lienert. Die in Wädenswil am Zürichsee aufgewachsene 37-jährige Notfallmedizinerin ist seit 2016 Oberärztin im Universitären Notfallzentrum des Inselspitals in Bern.

Die neue SGGM-Kursleiterin war u.a. 2015/16 eine Wintersaison lang in der Praxis von Bruno Durrer und auf der Rettungsstation der Air Glaciers in Lauterbrunnen tätig. Seit 2016 leistet sie auch Dienst als Notärztin bei der Air Glacier im Wallis.

Als neue Co-Leiterin des deutschsprachigen Sommerkurses sei es ihr ein besonderes Anliegen, die Besonderheiten der Gebirgsmedizin in den Vordergrund zu rücken. Dazu gehöre auch die Einsicht, dass es oft nicht nur eine Möglichkeit der Intervention und Behandlung gebe. «Es gibt nicht

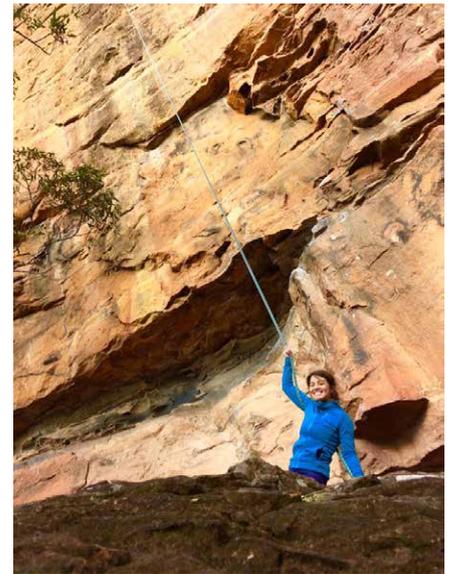
nur richtig oder falsch, um in den Bergen, oft unter erschwerten Bedingungen ein Problem anzugehen oder zu lösen. Manchmal muss man improvisieren, um gemeinsam ans Ziel zu kommen», meint Jasmin Lienert, der auch die gute Stimmung mit gleichgesinnten Leuten in einem SGGM-Kurs besonders am Herzen liegt.

Wie und wann bist Du zur SGGM gekommen?

Das war 2011. Ich habe die SGGM-Basiskurse in Gebirgsmedizin besucht.

Was findest Du bei den SGGM-Kursen besonders wichtig?

Ich finde es faszinierend, mit so vielen Leuten zusammenzuarbeiten, die genauso motiviert und mit Freude an der Gebirgsrettung ans Werk gehen. Entsprechend ist es mir wichtig, dass neben einer fundierten Theorie die Praxis einen hohen Stellenwert hat.



Wie verbringst Du Deine (spärliche) Freizeit?

Klettern ist meine Leidenschaft! Sei es am Kalk, am Sandstein oder am Granit. Sportklettern macht süchtig – Bouldern macht einfach Spass. Aber generell: Z Bärg-gehen ist das, was meiner Seele gut tut.

Was macht Dich wütend?

Ungleiche Behandlungen von Menschen ganz generell. Kurz: Ungerechtigkeiten.

Was macht Dich besonders traurig?

Einsamkeit, eigene oder die von anderen Menschen.

Was liegt auf Deinem Nachttisch?

CrimpOil, Climb On... alles was die Klettererhände begehren.... und manchmal leider ein Dienst-Telefon oder Piepser.

Was liegt Dir näher: Kleinbegeben oder gross reklamieren?

Nicht unbedingt gross reklamieren, aber dranbleiben.

Was ist Dir im Alltag am wichtigsten?

Ausgleich – um die Mitte immer wieder zu finden.

Wie riecht es, wenn Du bei der Arbeit das Fenster öffnest?

Auf der Notfallstation gibt's kein Fenster und im Helikopter mach ich s besser nicht auf Einfach sehr unterschiedlich, im Moment wohl am meisten einfach nach Sommer.

Jasmin Lienert: Entweder oder?

Bevorzugt im Büchergestell: Bildband oder Krimi?

Bildband im Gestell und den Krimi als eBook!

Beim Zmorge A: Kaffee oder Tee?

Kaffee mit Milchschaum, das schmeckt!

Beim Zmorge B: Zeitung lesen oder News im Internet abchecken?

News im Internet zusammensuchen.

Ein Problem steht an: Telefon oder mailen und warten?

Bei der Arbeit Telefon, privat eine Mail und nachfragen, und wieder nachfragen, und wieder ☺.

Nach einem grossen Ärger: Joggen oder ein Glas Wein?

Beides! Auspowern und danach ein Glas Wein.

Am Sonntag im Winter: Skitour auch bei zweifelhafter Witterung oder Eile mit Weile vor dem Kaminfeuer?

Draussen auf die Skitour.

Nach der Skitour schmerzt das Knie: Schmerztabletten oder Salbe und Bandage?

Salbe ... schmieren und salben hilft allenthalben.

Wenns ums Essen geht: Selber kochen oder auswärts essen gehen?

Uuuuh, beides und beides sehr gerne!



EXPED SERAC 35

WETTERFESTER ALPIN-WINTERRUCKSACK

Dieser federleichte 35-l-Tourenrucksack mit Rolltop und seitlichem Reissverschlusszugang bietet trotz seines minimalistischen Designs eine durchdachte Auswahl an funktionalen Details und ist für den Winter bestens ausgestattet: In einer wetterfesten Fronttasche verstaut du Schaufelblatt, Skifelle & Co. Eine durchdachte Skihalterung und diverse Befestigungspunkte für die Alpinausrüstung machen den Serac 35 zu einem zuverlässigen Begleiter auf winterlichen Tages- und Weekendtouren.



- extrem leicht
- wetterfest
- minimalistisch



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, Kriens, Chur, Zürich, Volketswil, Pfäffikon, St. Gallen; Yosemite, Lausanne, Vevey; Le Globe-trotter, Genève; Trango Sport, Bulle; Le Nomade, Vevey; Follomi Sports, Sion; Là-Haut, Sion; Defi Montagne, Peseux; Vertical Sport, Interlaken; Bordogna Bergsport, Solothurn; Von Moos Sport+Hobby, Luzern; Berge Pur, Zug; Trailshop.ch, Küsnacht a. Rigi; Ruedi Bergsport, Zürich; Aventura-Travel, Uster.



«Aus Fehlern lernen ...» (Folge 11)

«Rapunzel, Rapunzel... hab' ein Messer dabei!» – oder: Mit kurzen Haaren wäre das nicht passiert...

Zwei junge Frauen hatten eine Mehrseillängenroute bis zur vorletzten Seillänge durchstiegen. Beim Blick nach oben beschlossen sie jedoch, bereits an dieser Stelle umzukehren. Sie konnten nur abseilen und der Fels über ihnen bot zu viele Möglichkeiten, dass das Seil beim späteren Abziehen irgendwo verklemmen könnte. Den damit verbundenen Gefahren wollten sie aus dem Weg gehen. Nachdem sie alles zum Abseilen eingerichtet und die beiden Halbseile heruntergeworfen hatten, liess sich die erste von beiden über die relativ steile Seillänge ab. Sie war schnell ausser Sicht, so dass ihre Seilpartnerin am Stand kurze Zeit später nur noch einen Schrei und anschliessend ein Geschimpfe ihrer Freundin vernahm. Sie konnte aber nicht sehen, was passiert war.

Was war passiert?

Die sich abseilende Frau hatte bei der Suche nach der nächsten unter ihr liegenden Abseilstelle den Blick nach unten und somit von der Wand weg gerichtet. Ihr Hinterkopf zeigte somit in Richtung Seil und das daran fixierte Abseilgerät, was dazu führte,

«Eine dicke Strähne ihrer langen, am Hinterkopf zusammen genommen Haare, hatte sich im Abseilgerät verfangen.»

dass sich eine dicke Strähne ihrer langen, am Hinterkopf zusammen genommen Haare in dem Gerät verfangen hatten. Dies hatte sie erst gemerkt, als Zug auf die eingeklemmten Haare gekommen war; die Haarsträhne war nun aber so verklemmt, dass sie sie nicht mehr herausziehen konnte (Abb. 1).



Abb.1: In einem Abseilachter eingeklemmte Haare bei einer langhaarigen Frau (Beispielbild; Quelle: www.facebook.com)

Was tun, wenn es passiert ist?

In Gelände, in welchem man die Möglichkeit hat, das Gewicht vom Seil zu nehmen, sollte es problemlos möglich sein, die Haare aus dem Gerät zu ziehen. Dies, indem man irgendwo die Füsse positioniert, sich mit einer Hand festhält und mit der anderen Hand die Haarsträhne löst.

Hängt man allerdings frei im Seil und befindet sich der Prusik zur Selbstsicherung unterhalb des Abseilgerätes, so gestaltet sich die Lösung des Problems schwieriger, da die Belastung nicht auf die Selbstsicherung übertragen werden kann. Die schnellste Methode besteht hier im Abschneiden der eingeklemmten Haare, was aber

T + TISSOT

#ThisIsYourTime



TISSOT T-TOUCH EXPERT SOLAR.

POWERED BY SOLAR ENERGY WITH 20 TACTILE FUNCTIONS INCLUDING ALTIMETER WEATHER FORECAST AND COMPASS.



Abb. 2: Je nach getragener Frisur kann das Risiko eines Haarklemmers bei Personen mit langen Haaren sichtbar reduziert werden.

bedingt, dass man ein Messer in greifbarer Nähe hat (am Gurt, im Rucksack,...). Ist dies nicht der Fall, braucht es Material und die entsprechenden Kenntnisse zum Selbstaufstieg (siehe Bergsport Sommer, SAC-Verlag).

Wie hätte das Ereignis vermieden werden können?

Beim heute häufig angewandten Abseilen mit Selbstsicherung wird der Abseilpunkt häufig nach oben verlagert, so dass sich das Abseilgerät

etwa auf Kopfhöhe befindet und damit das Risiko für einen «Haarklemmer» steigt. Personen mit langer «Haarpracht» (viele, dicke, gelockte Haare) sollten diese insbesondere beim Abseilen unbedingt zusammenbinden und dabei darauf achten, dass keine freien Haarsträhnen vorliegen (Abb. 2). Beim Tragen eines Helms bietet es sich an, die Haare als Dutt im Nacken zusammen zu nehmen. Auch ein geflochtener Zopf reduziert durch enges Beieinanderliegen der Haare die Wahrscheinlichkeit des Einklem-

mens. Manche Kletterhelme gibt es heute mit einer so genannten «Pferdeschwanzgarage», die den Tragekomfort mit Zopf verbessern. Oder man trägt eine Kurzhaarfrisur!

Erfolgt ein Abseilen ohne Selbstsicherung mit Fixierung des Abseilgerätes tief am Klettergurt, sinkt das Risiko für einen Haarklemmer. Wird zudem eine Selbstsicherung oberhalb des Abseilgerätes angebracht, so gestaltet sich eine allenfalls nötige Entlastung einfacher.

Corinna Schön

 **Schöffel**
Ich bin raus.

WÄRME KANN SO LEICHT SEIN

Herren **THERMO JACKET VAL D ISERE2** | 259.00 CHF



**ATMUNGS-
AKTIV**



**ULTRA-
WEICH**



**SCHNELL
TROCKNEND**



**WÄRMEND
WIE DAUNE**



Auch als Damenmodell **THERMO JACKET ANNAPOLIS** erhältlich.

[schoeffel.com](https://www.schoeffel.com)



SAC-Expeditionsteam: SGGM erneut an der medizinischen Ausbildung beteiligt

Crash-Kurs Medizin und Rettung: «Improvisation ist das A und O»



Nach einem erfolgreichen Lehrgang und zwei spannenden Abschluss-Expeditionen nach Peru und ins Thien Shan Gebirge in China 2016 ist beim aktuellen Ausbildungszyklus des Schweizer Alpenclubs SAC neben einem Herren Team auch ein reines Damen (inklusive Bergführerin) dabei. Die Ausbildung hat bereits im vergangenen Jahr begonnen und wird nächstes Jahr mit einer Expedition abgeschlossen. Einer der diesjährigen

Ausbildungsschwerpunkte war der Disziplin «Medizin und Rettung» gewidmet. Als Ausbilder mit dabei: SGGM-Vertreter mit viel Erfahrung. Das Ziel der Ausbildung der jungen Nachwuchsathleten ist es, das klassische Bergsteigen in anspruchsvollem, kombiniertem Gelände zu fördern. In diversen Ausbildungsblöcken werden die Bergsteiger und Bergsteigerinnen im SAC-Projekt in spezifischen Themen geschult.

Am ersten Wochenende im Mai wurden die Mitglieder der beiden Expeditionsteams für improvisierte Rettungen geschult und für die besonderen medizinischen Herausforderungen am Berg vorbereitet. Auch ein Thema waren die speziellen Zielsetzungen und Möglichkeiten der Reisemedizin und das Zusammenstellen der richtigen Reiseapotheke. Als Instruktoren mit dabei waren auch zwei Ärzte der Schweizerischen Gesellschaft für



HIMALAYA TOURS



Einmalige Reisen, spannende Trekkings auf unbekanntem Routen und phantastische Bergwelt auf dem Dach der Welt.
Infos zu unseren Reisen nach Tibet im neuen Katalog 2018
oder auf unserer Website.



Gebirgsmedizin (SGGM), welche für die Expedition die Verantwortung für die Ausbildung der Bergsteiger übernimmt und gleichzeitig zwei jungen Ärzten aus ihren Reihen die Möglichkeit bietet, auf der SAC-Expedition dabei zu sein und Expeditionsmedizin hautnah selber zu erleben. Die Ärzte Florence Häni und Urs Hefti sowie Claude Raillard und Niklaus Kohler als Bergführer schulten die beiden Teams, welche für diese Gele-



genheit in eine französisch- und eine deutsch-sprechende Gruppe aufgeteilt wurden.

Ziel der Schulung war die improvisierte Rettung eines verunfallten Bergsteigers über eine Mehrseillängenroute, wobei vorgängig eine improvisierte Fixation und Therapie mit den Medikamenten aus der eigenen Apotheke erfolgen musste. Parallel dazu mussten Teammitglieder verschiedene Szenarien von medizinischen Zwischenfällen erarbeiten und vorstellen.

Die motivierten und ambitionierten jungen Bergsteigerinnen und Bergsteiger zeigten eine eindrucksvolle Lernbereitschaft und konnten neben den praktischen Skills, welche auf sehr gutem Niveau waren, auch theoretisch viele spannende Beiträge liefern.

Insgesamt konnten alle Beteiligten von einem kreativen Austausch profitieren. Die medizinische Ausbildung wird im Rahmen der Vorbereitung auf und während der Expedition durch die beiden Expeditionsärzte noch weiter vertieft.

Text und Fotos: Dr. Urs Hefti





SGGM | SSMM

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

10^{ème} rencontre suisse de médecine d'urgence et de sauvetage en montagne & Assemblée Générale SSMM 2018

10. Schweizer Bergrettungsmedizin-Tagung & SGGM Generalversammlung 2018

27.10.2018, Interlaken, Aula Sekundarschulhaus

9h00	Opening of the meeting	
9h15	Actuality on cave rescue in Switzerland	A. Nauer
9h30	e-Rés@mont: Development of a smartphone application to assess and guide treatment of acute mountain sickness by telemedicine in the Swiss Alps	N. Holthof
9h45	Advanced airway management & HEC operations	U. Pietsch
10h00	First SGGM Mountain Emergency Medicine Course	P. Métrailler
10h15	Pause	
10h45	Skitouren guru: digital skitour planning in Switzerland	G. Schudlach
11h00	Snow conditions vs avalanche accidents in the past 2 years: breaking the rules	F. Techel
11h30	Technical and medical requirements for HEMS avalanche rescue missions, a 15-year retrospective analysis in a HEMS in Switzerland	A. Kottmann
11h45	Effect of body position on management of buried avalanche victims	B. Wallner
12h00	General Assembly SGGM/SSMM	C. Schön
13h15	Severe Hypothermia after a crevasse fall – successful resuscitation after 5h44 of cardiac arrest	M. Kuhnke
13h30	A frozen tragedy on Pigne d'Arolla	F. Roten / P. Gaspoz
13h45	Hospital management of the hypothermic victims of Pigne d'Arolla	Hospital teams
14h00	Hypothermia outcome prediction after extracorporeal life support for hypothermic cardiac arrest patients: The HOPE score.	M. Pasquier
14h15	Pause	
14h30	The mountain guide first aid kit, what's new in 2018?	P. Métrailler / D. Walter
14h45	Prehospital administration of blood products in Switzerland	O. Kreuzer / O. Reisten
15h00	Terrestrial rescue on the Mönch	M. Lei
15h15	Forensic basics for mountain rescuers	C. Schön
15h30	Öffentlicher Filmvortrag: „Im Polarmeer überlebt: Dort beginnen wo die meisten Anderen aufhören“	Thomas Ulrich Polarfahrer, Bergführer, Abenteurer
16h45	Closure of the meeting	





Theorie und Praxis in Schnee und Eis auf Französisch



Du 10 au 16 mars dernier, 25 passionnés de montagne se sont retrouvés à la Fouly pour le cours de médecine de montagne francophone module hiver. Surtout des médecins, mais aussi des ambulanciers, physiothérapeutes ou infirmiers, débutants ou alpinistes aguerris ont pu approfondir leurs connaissances en technique(s) alpine(s), médecine de montagne et sauvetage. Les fortes perturbations météorologiques avec tempête de foehn ont rendu les conditions des divers exercices de sauvetage ou survie très réalistes. Fort heureusement, une fenêtre météo plus clémente a permis de faire également de belles randonnées pendant lesquelles les connaissances enseignées ont pu être mises en pratique.





Der neue Bergbeizli-Führer für die ganze Schweiz: Für alle Fälle . . . oder einfach aus Lust . . .



Pause machen, einkehren, rasten, sich stärken und dabei geniessen: Das versprechen Tausende von Bergrestaurants und Wanderbeizen in der ganzen Schweiz. Aber wo liegen und was bieten sie wirklich?

Im traditionell handlichen Vorbereitungs- und Reise-Begleiter sind sämtliche Bergrestaurants, Alp- und Bergwirtschaften, Buvettes, Métairies und Grotti aufgeführt, die in der Schweiz Gäste verwöhnen und zur Einkehr einladen. Jedes Lokal - es sind fast 2000 - ist abgebildet und die wichtigsten Informationen werden übersichtlich vermittelt. Infrastruktur, Öffnungszeiten, Übernachtungsmöglichkeiten, nächste ÖV-Station und Wandervorschläge mit den wichtigsten Informationen gehören ebenso dazu wie Wanderzeiten, Koordinaten und Kontaktangaben. Der unabhängige kulinarische Guide informiert auch über Küche, Keller, lokale Produkte und Ambiance. Auf übersichtlichen 29 Kartenseiten sind die Standorte der Bergbeizen übersichtlich beschriftet. Sogar 25 Winterbeizli sind aufgeführt. .sie alles sind abseits von Skipisten gelegen und nur mit Schneeschuhen, Tourenskiern oder zu Fuss erreichbar. Ein mittelschweres Taschenbuch mit Potential, 492 Seiten inkl. Karten.
www.bergbeizli.ch oder in jeder Buchhandlung.

Vexatec-Shirt: Aus einer Vision wird Realität

Die Schweizer Jungfirma Vexatec hat in nur drei Jahren ein massentaugliches Hightech-T-Shirt entwickelt, das aus einer Vision Realität werden lässt: Das intelligente Shirt ermöglicht Spitzen- und Breitensportlern ganz neue Möglichkeiten zur Analyse ihrer Bewegungsabläufe und Trainingsbelastung. In den leitfähigen Stoff integrierte Sensoren führen bis zu 50 Echtzeitmessungen pro Sekunde durch. Erhoben werden unter anderem: EKG, Puls, Kalorienverbrauch, Geschwindigkeit, Distanz, Beschleunigung, g-Kraft, Rotation, Körperhaltung, Anzahl Schritte und die Geo-Position. So kann zum Beispiel ein Sportler in der Schweiz seine Daten über eine Cloud in Echtzeit seinem Trainer zur Verfügung stellen, der vielleicht in Australien sitzt. Der genaue Zeitpunkt der Lancierung steht noch nicht fest sei aber absehbar, heisst es bei der Firma in Cham (ZG).

Skihelme: MIPS schützt die Köpfe besser

Auf den Pisten sind Skihelme nicht mehr wegzudenken. Der tatsächliche Schutz ist aber wesentlich kleiner als der gefühlte. Eine neue Technologie, die bei Velohelmen bereits Anwendung findet, soll dies ändern: Das „Multi Directional Impact Protection System“ MIPS schützt wesentlich besser vor schweren Kopfverletzungen.

Was bedeutet MIPS?

MIPS ist ein Sicherheitssystem für Helme aller Art. Es wurde von fünf schwedischen Wissenschaftlern der Königlichen Technischen Hochschule (KTH) in Stockholm entwickelt und ist das Ergebnis von 30 Jahren Arbeit. MIPS steht für Multi Directional Impact Protection System, auf gut deutsch: Es ist ein System, welches vor Aufschlägen

mit unterschiedlichen Bewegungsrichtungen/ Krafrichtungen schützen soll. Diese unterschiedlichen Krafrichtungen entstehen bei Schlägen, die unter einem Winkel auf den Helm treffen. Klassische Helme absorbieren am besten statische (gerade) Schläge, die unter rechtem Winkel auftreffen und bei denen keine Rotationskraft entsteht. Da statische Schläge unrealistisch sind und man meist in einem Winkel auf den Boden oder anderen Hindernissen auftrifft wurde das MIPS System entwickelt. Es absorbiert sowohl statische Kräfte als auch Rotationskräfte.

Der Clou: Die Innenschale des Helms ist beweglich. «Trägt man einen MIPS-Helm, bildet das bewegliche System quasi eine zweite Haut zwischen Kopf und Helm. Bei einem Unfall werden die

entstehenden Rotationsimpulse nicht direkt auf den Kopf übertragen. Stattdessen kann sich der Helm um den Kopf herum bewegen», sagt Patrick Isler, Testingenieur von der Dynamic Test Center AG dem «SRF». Er hat die neue Technik unter Laborbedingungen getestet. Sein Fazit: «Mit einer MIPS-Einlage im Helm ist das Verletzungsrisiko fürs Gehirn bis zu 16 Prozent kleiner als ohne.»

MIPS-Helme sind aber teurer als herkömmliche Produkte. Die Beratungsstelle für Unfallverhütung findet, dass die neue Technik den Aufpreis wert ist. BFU-Experte Othmar Brügger erklärt: «Mir sind nicht viele andere Massnahmen bekannt, die ein Risiko im Sport um 16 Prozent vermindern können.» (yr.)

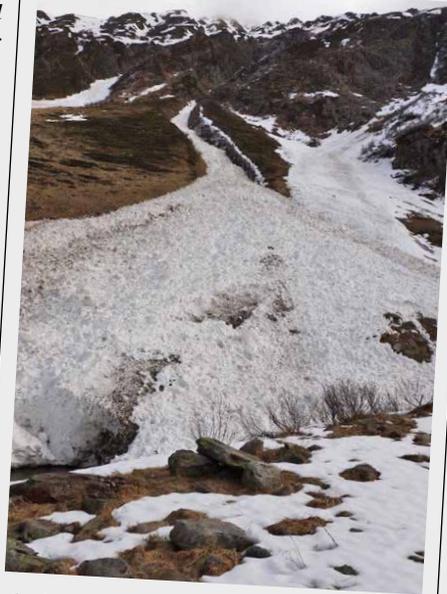


Der Umgang mit der Lawinengefahr als Kulturerbe der Menschheit? Hoffnung auf den Ritterschlag

In den nächsten Wochen entscheidet sich, ob die Art und Weise, wie die Schweiz und Österreich seit Jahrhunderten mit der Lawinengefahr umgehen, in die UNESCO-Liste des immateriellen Kulturerbes der Menschheit aufgenommen wird. (UNESCO darf nicht getrennt sein.)

«Wir möchten mit dieser innovativen Kandidatur den vielfältigen Umgang mit der Lawinengefahr und das damit verbundene Wissen und Können im Bewusstsein der gesamten Bevölkerung und über die Landesgrenzen hinaus verankern», begründet David Vitali, Leiter der Sektion Kultur und Gesellschaft beim Bundesamt für Kultur (BAK) das Gesuch an die UNESCO. Die Bundesstelle hat die Kandidatur in den vergangenen drei Jahren gemeinsam mit Vertretern des Kantons Wallis, des WSL-Instituts für Schnee- und Lawinenforschung SLF, des Schweizer Alpenclubs SAC, des Schweizer Bergführerverbandes SBV und des Bundesamtes für Umwelt BAFU erarbeitet. Ebenfalls am Dossier beteiligt waren Verbände und Institutionen aus Österreich.

Die Hoffnung ist gross, dass der Antrag vom UNESCO-Komitee und seinen Experten sanktioniert und schliesslich gutgeheissen wird. «Die kollektive Bedrohungssituation durch Lawinen hat in der Schweiz, genauso wie in Österreich, zu gemeinschaftlichen und identitätsstiftenden Formen des Umgangs mit dieser Naturgefahr geführt», schrieb der Bundesrat letztes Jahr bei der Präsentation der Kandidatur. Es sei so ein breites,



altüberliefertes informelles Erfahrungswissen entstanden, das über Jahrhunderte weitergegeben und mit modernsten Techniken kombiniert wurde und deshalb diese Auszeichnung verdiene.

Die ständige Gefahr als Keim für Solidarität

Aber was zeichnet denn den Umgang mit der Lawinengefahr in der Schweiz besonders aus? Der Leiter des vor allem für das Lawinenbulletin bekannten Schnee- und Lawinenforschung-Instituts SLF, Jürg Schweizer, hat auf diese Frage eine «typisch schweizerische Antwort»: Speziell und in dieser Form einmalig sei die Kultur, beim Management dieser Naturgefahren möglichst alle Betroffenen mit-

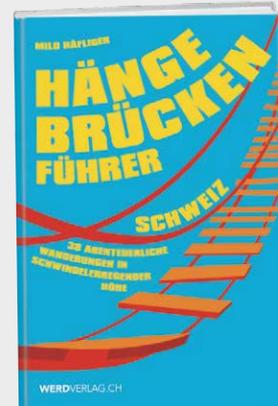
inzubeziehen und die verschiedenen Interessen abzuwägen, um gemeinsam nachhaltige Lösungen zu finden. Die Zusammenarbeit zwischen Bund, Kantonen, und Gemeinden und der Einbezug von Forschung, SLF, Bergführern und SAC sei in diesem Umfang wohl einmalig. «Da ist nichts einfach von oben herab diktiert», sagt Schweizer. Komme dazu, dass das Leben mit der Gefahr in den Bergen schon Ende des 19. Jahrhunderts zu einer landesweiten grossen Solidarität mit der Bergbevölkerung geführt habe. Bereits damals habe die Bergbevölkerung bei Bedarf von einem Ausgleich und von Hilfe aus dem Unterland profitieren dürfen.

So sei unklar, wie sich der Klimawandel auswirke, aber es steht nach Schweizer fest, dass die Naturgefahren und Herausforderungen mit Schnee- und Steinlawinen, Felsstürzen, Murgängen und reduziertem Permafrost in Zukunft ständig mehr werden. Gerade die Verkettung von verschiedenen Naturgefahrenprozessen würde weitere grosse Herausforderungen mit sich bringen. Gleichzeitig steige aber auch die Erwartung, dass es in Zukunft weniger Schäden geben wird. Mit der Verbindung von Wetter- und Schneedeckenmodellen sollen auch die Lawinenprognosen in Zukunft noch genauer, detaillierter und zuverlässiger werden. In Zukunft werden nach Schweizer neue technische Elemente wie die automatische Detektion von Lawinen mit seismischen Sensoren und Infraschall-Mikrofonen die Datengrundlage für die Lawinenwarnung verbessern.

Hängebrückenführer Schweiz: «Abenteuer Luft underem Födl»

Handlich, übersichtlich, spannend und aktuell: So präsentiert sich die 2. Auflage des «Hängebrückenführers» aus dem Werd-Verlag. Der Führer präsentiert auf über 300 und trotzdem nicht schweren Seiten 38 abenteuerliche Wanderungen in schwindelerregender Höhe. Vorgestellt werden 33 Hängebrücken und 5 Aussichtsplattformen in der ganzen Schweiz. Eine kurze Einführung zeigt die Geschichte der Brücken, aber auch spannende technische Details und nützliche Tipps für die An- und Rückreise kommen nicht zu kurz. Schöne Farbfotos liefern einen Vorgeschmack auf das, was man beim Begehen der Brücken erleben wird. «Luft underem Födl» ist garantiert – genauso wie der Spass, auch wenn der Zustieg bei etlichen Brückenzielen einiges

an Schweiss abverlangt. Hängebrücken sind längst nicht mehr in Nepal und Tibet eine Spezialität. Schluchten werden auch hierzulande immer öfters mit Hängebrücken überwunden. Die längste Hängebrücke der Welt hängt übrigens seit bald zwei Jahren im Wallis, oberhalb Täsch. Sie und alle anderen Brückenbauwerke sind Ausdruck einer schönen Art, Technik und Natur miteinander zu verbinden. Die Reisen zu den einzelnen Brücken – jede für Ihre Region eine Besonderheit – lohnt sich genauso wie eine Tour zu einem klassischen Gipfelziel. Mit Vorteil mit dabei, der Hängebrückenführer Schweiz.
www.werdverlag.ch, Milo Häfliger «Hängebrücken-Führer Schweiz»



Daunenjacke
PALUWATAR

159.-

Herren
Art. Nr. 102494



Damen
Art. Nr. 102493



Satz- und Druckfehler vorbehalten

Trendy und funktionell. High Quality Wear von Sherpa

Fleecejacke
LAHAI

79.-

Herren
Art. Nr. 102457



Damen
Art. Nr. 102458



Multialpin-Rucksack
BHRATANG 38

95.-*

statt 119.-

Art.-Nr.
102366-60-38



* Preis gültig bis 30.9.2018

Bestes Outdoor-Equipment direkt vom Hersteller.

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



SGGM-Partner Lowa setzt auf nachhaltig produziertes Schuhleder



«Verantwortung die sich tragen lässt»

Qualitativ hochstehen und robust: Terra-care-Leder für langlebige Bergschuhe.

Leder gehört auch bei der Ausrüstung für Alpinisten zu einem hochwertigen und unverzichtbaren, aber mit einem Image-Problem behafteten Naturprodukt. Unsachgemäss und rücksichtslos geführte Gerbereien und Lederfabriken belasten weltweit die Umwelt, gefährden Arbeiter und zerstören Ressourcen. Was in der Schweiz kaum jemand weiss: In Deutschland existiert mit «Terracare» seit über 12 Jahren ein Label, das für eine verantwortungsvolle und nachhaltige Lederproduktion garantiert. Der SGGM-Ausrüster und Schuhhersteller LOWA hat sich von Beginn weg hinter diese Idee gestellt.

Bequeme Sofas, noble Autositze, modische Taschen aber nicht zuletzt auch qualitativ hochwertige Berg- und Sport-Schuhe: Sie alle sind aus unserem Leben nicht wegzudenken. Nur allzu schnell aber vergessen wir, dass Leder immer eine durch Gerbung haltbar gemachte Tierhaut, also ein Naturprodukt ist. Einmal verarbeitet steht hochwertiges Leder für hohe Wertigkeit, Langlebigkeit und Qualität, unter Umständen sogar mit einem Hauch Erotik. Der Weg bis zum fertigen Rohstoff Leder aber ist lang, aufwändig und ressourcenintensiv wie kaum ein anderer Verarbeitungsprozess für Gebrauchsgegenstände.

Es braucht zahlreiche komplizierte und ressourcenintensive Arbeitsschritte, um aus unappetitlichen Tierhäuten wertvolles und edles Leder zu machen. Seit zwölf Jahren setzt die deutsche Gerberei Josef Heinen GmbH mit dem Label «Terracare» auf einen in allen Bereichen verantwortungsbewussten, umweltschonenden sowie sozialverträglichen und für Konsumenten transparenten Gerbprozess. Sportschuh-Branchenleader LOWA setzt trotz Mehrkosten auf das nachhaltig produzierte und zertifizierte Schuh-Leder aus Düsseldorf.

«Kunstleder gibt es nicht!
Entweder es ist Leder und damit ein
Naturprodukt oder aber Plastik
und Kunststoff»

Thomas Heinen, CEO Gerberei Heinen GmbH, Wegberg D

Die Produktion von Leder ist ein vielstufiger Prozess, bei dem neben Umfängen an Wasser und Energie auch grosse Mengen verschiedener Chemikalien zum Einsatz kommen. Es sind die strengen und teuer umzusetzen- den Umweltauflagen, welche fast alle der früher in Europa zahlreichen

Gerbereien zur Aufgabe oder zur Verlagerung der Produktion in umwelpolitisch weniger strenge Entwicklungsländer gezwungen haben. In Deutschland sind von ursprünglich mehreren Hundert Gerbereien nur ein paar wenige übriggeblieben. In der Schweiz ist das selten gewordene Handwerk bis auf ganz wenige Ausnahmen ganz von der Bildfläche verschwunden und nicht mehr erlernbar. Nicht zuletzt, weil in den 90er-Jahren das Schweizer Militär mit dem Verzicht einer «Kriegsmaterialvorsorge» als wichtiger Leder-Abnehmer verloren gegangen ist. Viele Gerbereien haben sich in den letzten Jahrzehnten in Entwicklungsländern angesiedelt, in denen die Reinigung des beim Gerben chemisch verunreinigten Wassers nicht gefordert und in denen der Rohstoff Wasser sogar ohnehin schon knapp ist. Damit wird das Wasser den Menschen, der Natur und der Landwirtschaft entzogen. «Den Preis für billiges Leder bezahlen kaum entlohnte (Kinder-)Arbeiter, die unter miserablen und krankmachenden Arbeitsbedingungen Leder gerben und dabei die Umwelt und ganze Landstriche verseuchen», erklärt Thomas Heinen, CEO der Gerbe-



Keine Arbeit für zarte Gemüter – die Rinderdecken müssen nach der Schlachtung gesäubert und gekühlt werden.



Auch in der Gerberei bleibt die Arbeit nach der Schlachtung aufwändig und rauh.

rei Heinen GmbH in Wegberg, nahe Düsseldorf. Der vor bald 130 Jahren gegründete Familienbetrieb ist die letzte vollstufige Oberledergerberei in Deutschland. Es gibt keinen anderen Betrieb mehr, der in Deutschland rohe Tierhäute bis zum fertigen Leder vollständig selber verarbeitet.

Nur 25 Prozent der Tierhaut wird zu Leder

Das Gerben von Tierhäuten ist und bleibt für sensible Nasen und Augen ein unappetitlicher Prozess, der kaum erahnen lässt, welche edlen Eigenschaften (auch für die Nase) das spätere Leder auf sich vereint.

Nach dem Schlachten der zur Fleischgewinnung aufgezogenen Tiere müssen die verderblichen Felle und Häute schnell eingesalzen oder gekühlt werden, um das Bakterienwachstum und einen Fäulnisprozess zu hemmen. In der Gerberei angekommen wird der eigentliche Gerbprozess sofort vorbereitet. Die Häute werden in grossen Fässern gewaschen und gesäubert, die Haare werden chemisch zerstört. Es entsteht eine aufgequollene, glitschige und für Menschen «ekelhafte Masse». Von dieser «Blösse» genannten dicken und schlapperigen Haut müssen dann in strenger Handarbeit Fleischreste und Fett abgeschabt werden, bevor sie von der Spaltmaschine in eine Ober- und Unterseite getrennt wird. In die Gerbung geht nur die Oberseite, die Unterseite wird zu Gelatine verarbeitet und von Fleischresten und Fett getrennt, bevor Unter- und Oberseite von der Spaltmaschine, aus dem Fett wird Biogas gewonnen.

«Die vorteilhaften Eigenschaften von Terracare-Leder zeigen sich beim Outdoorschuh auf höchstem Niveau»

René Urfer, CEO Lowa Schweiz, Interlaken

Insgesamt werden nur gerade 25 Prozent der rohen Tierhaut zu Leder, der Rest wird zu Nebenprodukten (u.a. Gelatine) verarbeitet. Erst die eigentliche Gerbung verwandelt dann die streng riechenden Tierhäute in haltbares Leder. Noch bis vor 100 Jahren wurde üblicherweise auf pflanzlicher Basis gegerbt. Um diesen langwierigen Prozess zu beschleunigen werden heute über 80 Prozent des Leders chemisch gegerbt. Pro Quadratmeter Leder werden rund vier Kilogramm Chemikalien benötigt. Meist wird für die Gerbung das Mineralsalz Chrom III eingesetzt, der Gerbprozess dauert damit weniger als einen Tag. Die verwendeten Chromsulfate verankern sich dabei zwischen den Fasern der Tierhaut und vernetzen die Kollagenstrukturen miteinander. So wird das Leder widerstandsfähig und gleichzeitig geschmeidig gemacht. Durch

diese Oxidation kann bei unsachgemässer Verarbeitung aber die gefährliche Chemikalie Chrom VI entstehen. Dieser Stoff kann auf die Haut übergehen und gilt als hoch allergen. Zudem wird vermutet, dass er in höheren Dosen krebserregend wirkt.

«Terra-care» – das erste umfassende Label für nachhaltiges Leder

«Wir wissen um die Umweltgefahren und haben deshalb vor 12 Jahren mit «Terra-care» das erste umfassende Lederlabel geschaffen. Es soll den Konsumenten Produkttransparenz geben und im besten Fall als Grundlage für einen Kaufentscheid dienen», erklärt Firmenchef Thomas Heinen die in der Schweiz noch wenig bekannte Zertifizierung. Dabei handelt es sich um ein umfassendes Label, das sämtliche Bereiche, vom Tierwohl bei Aufzucht, Transport und Schlachtung über den Umweltschutz beim Gerben (Verhinderung des schädlichen Chrom VI) und die sozialen Bereiche bei der Produktion bis hin zur Lederqualität und der entsprechenden Langlebigkeit abdeckt. Dazu gehören eine effiziente Energieversorgung mit geringer CO₂-Emission und Strom aus erneuerbaren Quellen, ein im Vergleich zu herkömmlichen Gerbereien um 60% reduzierten Wasserverbrauch mit nachgeschalteter Reinigung, ein strenges und transparentes Chemikalienmanagement mit vertrauenswürdigen europäischen Lieferanten, welches die Bildung des problematischen Chrom VI verhindert, sowie ein nach modernen europäischen Sicherheitsstandards



In jedem Paar Schuh steckt ein Kilo Chemikalien.



Kaum zu glauben, dass aus der «Blösse» weiches und robustes Leder wird...



Einmal gegerbt und gefärbt, wird die Haut in Form geschnitten.

kontrollierte und optimierte Transportwege in allen Bereichen.

«Man muss Leder als Lebewesen, das einmal Gras gefressen hat, begreifen – es ist kein Wegwerfprodukt»

Thomas Heinen, CEO Gerberei Heinen GmbH

Mit Information beim Konsumenten Interesse wecken

«All diese Anstrengungen und die permanente Verbesserung ökologischer Standards und Produktionsschritte verteuern bei uns in Wegberg die Lederpreise im Vergleich zu anderen, aussereuropäischen Gerbereien deutlich», sagt Thomas Heinen. Er muss darauf hoffen, dass die in seinem Betrieb im Vergleich aufwändigere Produktion auch seinen Abnehmern, welche das Hochqualitätsleder zu Taschen und Schuhen verarbeiten, etwas wert ist. Und das hat zur Folge, dass am Schluss auch die Endkonsumenten ein bisschen tiefer in die Tasche greifen müssen. «Immer mehr Menschen sind dazu bereit, sofern sie offen darüber informiert sind, was diesen Mehrpreis rechtfertigt und

was es heisst, verantwortungsvoll zu produzieren.»

«Der beste Umweltschutz ist der Verzicht», gibt Thomas Heinen zu bedenken, um gleich mantramässig sein Credo nachzuschieben, «wenn man aber nicht verzichten kann, lohnt es sich für alle, nachhaltig und fair produzierte, langlebige Produkte zu kaufen».

«Es wird immer Menschen geben, die für 30 Franken Karton- und Plastikschuhe kaufen und diese nach 3 Monaten wegwerfen. Es tut weh, dass ihnen alles egal ist.»

Thomas Heinen, CEO Lederfabrik Heinen GmbH

In jedem Paar Bergschuhe steckt ein Kilo Chemie

Wer hätte das gedacht: In jedem Paar Lederschuhe steckt ein Kilo Chemie. Und wen wundert, dass für die umweltgerechte Verarbeitung und das Recycling von Abfällen ein grosser Aufwand nötig ist. «Wir in Europa schaffen das und wir wollen uns die Nachhaltigkeit und die Verträglichkeit für Umwelt und Menschen leisten», erklärt Werner Riethmann, CEO



Sind sich ihrer Verantwortung bewusst: René Urfer, CEO von LOWA-Schweiz und Gerber Thomas Heinen (Foto: Tommy Dätwyler)

des Schuhherstellers Lowa und Terracare-Abnehmer der ersten Stunde. Nachhaltigkeit und Fairness gehöre genauso zum Lowa-Credo wie die soziale Verantwortung im Produktionsbereich. «Deshalb produzieren wir in Europa und nicht in Billiglohnländern.»

Und René Urfer, CEO von LOWA Schweiz, erklärt: «Die vorteilhaften Eigenschaften von Terracare-Leder zeigen sich beim Outdoorschuh auf höchstem Niveau: er ist wasserabweisend und gleichzeitig atmungsaktiv. Wir leben Verantwortung die sich tragen lässt.» Urfer hofft, dass sich das Interesse an nachhaltig produziertem Leder trotz Mehrkosten weiter steigern wird. «Ein Billigstschuh sei zwar im Moment billiger, ehrlich gerechnet aber habe bei so einem Kauf niemand etwas gewonnen, der Konsument genauso wenig wie die Umwelt und die in der Produktion tätigen Arbeitskräfte.

Text und Fotos: Tommy Dätwyler

Terracare-Leder für Lowa-Schuhe

- stammt ausschliesslich von in Norddeutschland zur Fleischgewinnung gezüchteten und geschlachteten Bullen der Rindergattung.
- kommt aus Umweltschutzgründen nicht eingesalzen, sondern gekühlt täglich frisch von den Schlachthöfen und wird unmittelbar nach Ankunft in der Gerberei Heinen verarbeitet.
- wird nach modernsten, ökologisch ausgerichteten Kriterien und sozialverträglich produziert
- weist technische Werte auf, die Langlebigkeit garantieren.

Was in «terracare» drin ist und was nicht steht online: www.terra-care.de



STANDORTE

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

FREUDE AM BERG MIT DEM BESTEN MATERIAL

Vor Ihrer nächsten Tour lohnt sich eine kurze Anfahrt zu uns. Denn mit dem passenden Material machen Schnee und Berge noch mehr Freude. Bei uns erwarten Sie das grösste Sortiment, faire Preise und ein erstklassiger Service. Und natürlich ein Team, das Ihre Leidenschaft für die Berge teilt. Willkommen bei uns.

www.baechli-bergsport.ch



B'ACHLI
BERGSPORT



Datum	Anlass	Kosten/Diverses	Infos/Anmeldung
15.–21.Sept. 2018	Gebirgsmedizin Basiskurs Sommer-Modul D (Steingletscher)	Fr. 1850.– Stud. Fr. 1500.–	www.sggm-ssmm.ch
27. Oktober 2018	Interlaken Bergrettungsmedizinintagung 2018		www.sggm-ssmm.ch
27. Oktober 2018	Interlaken Generalversammlung SGGM 2018	Über Mittag	www.sggm-ssmm.ch
4.–18. Nov. 2018	SGGM-Reise Nepal (Khumbu-Trekking mit Island Peak 6189m) Med. Spezialprogramm		www.sggm-ssmm.ch
21.–24. Nov. 2018	XII. ISMM-Weltkongress in Kathmandu, Nepal		office@ismm.org
26./27. Januar 2019	Lawinenkurs auf der Engstligenalp		www.sggm-ssmm.ch
9.–15. März 2019	Gebirgsmedizin Basiskurs Modul Winter	Fr. 1850.– Stud. Fr. 1500.–	www.sggm-ssmm.ch
7.–13.Sept. 2019	Coursse de medicine en montagne été		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, sekretariat@sggm-ssmm.ch

DAS BUCH!

Für den eigenen
Rucksack
oder als Geschenk!

Gebirgs- und Outdoor-Medizin

Outdoor and Mountain Medicine / Medicina e primo soccorso in montagna

Das **Erste-Hilfe-Buch** für alle die draussen und am Berg unterwegs sind:
Auch auf italienisch oder englisch!

Die Apotheke in Buchform ist erhältlich über:
www.sggm-ssmm.ch oder sekretariat@sggm-ssmm.ch

Preis für
SGGM-Mitglieder
inkl. Verpackung
und Versand: Fr. 52.–

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)



LOWA

simply more...



HIGH PERFORMANCE PUR.
DIE NEUE GENERATION.



ALPINE PRO GTX® | Alpine www.lowa.ch

