

3 / 18

# SAMARITER

Das Verbandsmagazin des Schweizerischen Samariterbunds



## Erste Hilfe im Fokus

**16 ZUKUNFT DES SSB**

Interview mit der neuen  
Zentralpräsidentin

**26 WISSEN**

Erste Hilfe: die ersten  
zehn Minuten

**32 WERKZEUGE**

Arbeiten mit  
Algorithmen



## Für den Einkauf zu Hause.

Lassen Sie uns den Einkauf für Sie erledigen und schenken Sie sich Zeit – für die wirklich wichtigen Dinge im Leben.

Ihre Vorteile:

- Umfangreiches Sortiment – zu gleichen Preisen wie in der Coop Filiale
- Einzigartige Auswahl von mehr als 1 400 Jahrgangswinen und 200 auserlesenen Spirituosen
- Bequeme Lieferung bis an die Wohnungstüre – vielerorts sogar stundengenau

CHF 20.– Rabatt bei Ihrem Online-Einkauf ab CHF 200.– bei coop@home. Code «SAM18C-1» im Checkout einfügen. Bon kann nicht kumuliert werden, ist gültig bis am 31.10.2018 und pro Kunde einmal einlösbar. Nicht gültig beim Kauf von Geschenkkarten und Mobile Angeboten.

[www.coopathome.ch](http://www.coopathome.ch)

**coop**

Für mich und dich. @home

## Gemacht zum Wandern Die neue Wanderkarte für die Schweiz

Informativer, verständlicher, intuitiver



Foto: Christof Sonderegger, Thal



# «FOKUS AUF DAS WESENTLICHE»

Mitte Juni haben die Delegierten der Abgeordnetenversammlung die Luzernerin Ingrid Oehen zur neuen Zentralpräsidentin des Schweizerischen Samariterbunds gewählt. Ihre Wahl ist auch ein Zeichen für viele Samariterinnen und Samariter, die sich seit Längerem eine Person von «der Basis» in diesem Amt gewünscht haben. Eine Person also, die mit dem Alltag der Samaritervereine vertraut ist und die Tätigkeiten und Bedürfnisse der Vereinsmitglieder aus eigener Erfahrung kennt.

Ingrid Oehen bringt diese Erfahrungen mit. Seit 30 Jahren ist sie aktive Samariterin sowie Kursleiterin und hatte nicht zuletzt während 10 Jahren das Amt als Präsidentin des Kantonalverbands der Luzerner Samaritervereine inne. Die Mitglieder der Redaktion des «Samariters» haben deshalb eine erste Gelegenheit genutzt, ihr Fragen zu stellen und herauszufinden, was in den nächsten Wochen und Monaten in ihrer Agenda steht.

Ein weiterer Punkt, der angesprochen wurde, handelt von der Notwendigkeit, sich mit dem Thema der «Professionalisierung» auseinanderzusetzen. Der Ausdruck hat sich in den letzten Jahren innerhalb des Samariterwesens zunehmend zu einem Reizwort entwickelt. Hierbei stellt Ingrid Oehen klar, dass es der Zentralorganisation nicht um eine Professionalisierung der freiwillig tätigen Samariterinnen und Samariter geht, sondern darum, das «professionelle Handeln» unserer Vereinsmitglieder verstärkt zu fördern und zu unterstützen. «Wir müssen das Samariterwesen nicht neu erfinden», sagt Ingrid Oehen im Interview. Stattdessen ist die Zeit reif, dass sich alle Samariterinnen und Samariter vermehrt auf das Wesentliche ihrer Tätigkeiten fokussieren können: kompetente Nothilfe leisten und die Bevölkerung in Erster Hilfe unterrichten.

Entsprechend dreht sich der Schwerpunkt und Fokus der vorliegenden Ausgabe um die «Erste Hilfe». Von verschiedenen Seiten wird dabei ein Begriff betrachtet, dessen Bedeutung jede und jeder versteht und der doch so viel mehr ist als die Summe seiner Einzelteile. Ich wünsche Ihnen eine inspirierende Lektüre.

NORBERT MEIER,  
Vizedirektor Schweizerischer Samariterbund

# 6 ERSTE HILFE IM FOKUS – SICH TRAUEN ZU HELFEN



## INHALT

### 12 AKTUELL

Einführungskurs für neue Vorstandsmitglieder erfolgreich gestartet

Club 2013 unterstützt den Jugendkongress

### 16 INTERVIEW MIT DER NEUEN ZENTRAL-PRÄSIDENTIN

Ingrid Oehen im Gespräch

### 22 VEREINE UND VERBÄNDE

Grossandrang bei Samariterolympiade

Samariterverein Vernier (GE) feiert sein 50-jähriges Bestehen

### 30 AUF DEN PUNKT

Improvisation in der Ersten Hilfe – Übung macht den Meister

### 34 WISSEN

Antibiotikaresistenzen – die Zeit des Wundermittels ist vorbei

### 42 WUSSTEN SIE

Die Geschichte der Ersten Hilfe



**24 TICINO CUORE  
EINE ERFOLGSGESCHICHTE,  
DIE LEBEN RETTET**

**26 WISSEN  
DIE ERSTEN ZEHN MINUTEN  
SIND BEI EINEM NOTFALL  
ENTSCHEIDEND**

**32 WERKZEUGE  
ALGORITHMEN ERLEICHTERN  
SOWOHL LAIEN WIE PROFIS  
DIE ARBEIT**

**40 INFORMATIONEN  
AUS DEN  
ROTKREUZ-  
ORGANISATIONEN**  
SLRG: Gemeinsam für  
mehr Wassersicherheit

SRK vereinfacht  
Führungsstruktur

**44 PORTRÄT**  
Elisabeth Stierli ist seit  
1944 Samariterin.

**48 SIE SIND DRAN**  
Schwedenrätsel und  
Sudoku

**50 LESERBRIEFE**

## IMPRESSUM

«samariter» 03/2018  
Erscheinungsdatum: 15. August

### Herausgeber

Schweizerischer Samariterbund SSB  
Martin-Disteli-Strasse 27  
Postfach, 4601 Olten  
Telefon 062 286 02 00  
Telefax 062 286 02 02  
redaktion@samariter.ch  
www.samariter.ch

Abonnemente, Adressänderungen  
schriftlich an obige Adresse

### Abonnementspreis

Einzelabonnement für Aussenstehende:  
Fr. 33.– pro Jahr

4 Ausgaben pro Jahr  
Auflage: 25 000 Exemplare

### Redaktion

Sonja Wenger, Christoph Zehnder  
Westschweiz: Chantal Lienert  
Südschweiz: Mara Maestrani  
Sekretariat: Monika Nembrini  
Telefon 062 286 02 00  
Telefax 062 286 02 02  
redaktion@samariter.ch  
Postadresse:  
Redaktion «samariter»  
Postfach, 4601 Olten

### Inserate

Fachmedien  
Zürichsee Werbe AG  
Laubisrütistrasse 44, 8712 Stäfa  
Telefon 044 928 56 11  
Telefax 044 928 56 00  
samariter@fachmedien.ch  
www.fachmedien.ch

### Layout, Druck, Versand

Stämpfli AG, 3001 Bern

# SICH TRAUEN ZU HELFEN

Erste Hilfe hat viele Aspekte und kann in den unterschiedlichsten Formen ausgeübt werden. Manchmal gilt es dabei Hemmschwellen zu überwinden oder sich spezifisches Wissen anzueignen. Eine Aus- oder Weiterbildung bei den Samariterinnen und Samaritern hilft, in Notfällen schneller reagieren zu können.

TEXT: Sonja Wenger

Jeder Mensch hat eine individuelle Vorstellung davon, was Erste Hilfe ist, nicht nur, weil der Begriff sich selbst zu erklären scheint. Zwar sind sich alle darüber einig, dass «nur nichts tun falsch ist». Doch die einen verstehen darunter lebensrettende Handlungen wie Herzdruckmassage oder die Alarmierung des Rettungsdienstes mit der

Nummer 144 – also jene Massnahmen, die man unter Nothilfe zusammenfasst. Andere öffnen den Begriff in verschiedene Richtungen und verstehen unter Erster Hilfe auch Betreuung und Fürsorge, Trost spenden, ein Pflaster auf eine Schürfwunde kleben oder präventives Handeln, sodass Erste Hilfe gar nicht erst nötig ist.

Im Fokus dieser Ausgabe des «Samariters» stehen deshalb die vielen Facetten und Elemente, die unter dem Begriff Erste Hilfe zusammengefasst werden können.



Eindrücke aus vier Jahren  
Berichterstattung über Einsätze von  
Samariterinnen und Samaritern. (Fotos:  
Sonja Wenger, Patrick Lüthy, SSB)

Sie erfahren, wie wichtig die ersten zehn Minuten in einem Notfall sind und mit welchen Massnahmen die Überlebenschancen einer verunfallten oder erkrankten Person erhöht werden können.

Wir berichten über die wegweisende Zusammenarbeit der Tessiner Samaritervereine mit der Stiftung Fondazione Cuore. Sie erhalten einen Einblick in neue technische Hilfsmittel wie Algorithmen bei der Patientenbeurteilung und in die Geschichte der Ersten Hilfe, und Sie wissen nach der Lektüre, weshalb Improvisation ein wichtiger Bestandteil in den Übungen der Samaritervereine ist. Vor allem aber möchten wir aufzeigen, wie stark die Samariterinnen und Samariter heute in der sogenannten Rettungskette eingebunden sind und wie bereichernd das Engagement in einem Samariterverein sein kann.

### Das erste Element der Rettungskette

«In meinen Kursen zeige ich den Teilnehmenden jeweils als Erstes die Rettungskette und vermittele ihnen, wie wichtig ihre Funktion darin ist», sagt Astrid Müller, Samariterlehrerin, Kursleiterin und Präsidentin des Samaritervereins Biel-Stadt (BE). «Diese Rettungskette funktioniert nur, wenn es Ersthelfer gibt, die auch eingreifen.»

Das Onlinelexikon Wikipedia definiert die Rettungskette als einen Ablauf, der veranschaulicht, welche Stationen ein Notfallpatient von der Alarmierung des Rettungsdienstes bis zum Eintreffen in der Notaufnahme eines Spitals durchläuft. Das Sinnbild einer Kette sei hierbei bewusst gewählt, denn eine Kette breche stets bei ihrer schwächsten Stelle. Um eine möglichst gute Überlebenschance beziehungsweise eine möglichst vollständige Heilung zu gewährleisten, sei deshalb jedes Element in der Rettungskette darauf angewiesen, dass sowohl die vorangehenden wie auch die darauffolgenden Tätigkeiten optimal und ohne Verzögerung durchgeführt würden.

«Ersthelfer verfügen normalerweise über weniger Fachwissen als ein Arzt, aber ohne sie können die Rettungskräfte in schweren Fällen nichts mehr bewirken», sagt auch Astrid Müller. Tatsächlich

können Notärzte und Rettungsdienste die Folgen einer verzögerten oder versäumten Herz-Lungen-Wiederbelebung nicht mehr beheben. Entsprechend ist die rasche Alarmierung und

Erste Hilfe durch Laienretterinnen und -retter von höchster Bedeutung. «Oftmals fehlt den Menschen aber dieses Bewusstsein», sagt Astrid Müller. «Ohne Informationen oder

eine entsprechende Schulung haben viele den Eindruck, dass sie ja doch nichts bewirken können.» Dieses Bewusstsein sei übrigens keine Frage des Alters, ist Astrid Müller überzeugt: Bereits Vierjährige aus einer Waldspielgruppe hätten in einem auf sie zugeschnittenen Erste-Hilfe-Kurs begriffen, wie wichtig es sei zu helfen, wenn eine andere Person in Not sei.

Unermüdlich arbeitet Astrid Müller deshalb daran, nicht nur Erste-Hilfe-Wissen zu vermitteln, sondern auch das Selbstbewusstsein ihrer Kurs teilnehmenden aufzubauen. Neben ihren Tätigkeiten im Verein und als Kursleiterin ist Astrid Müller auch als First Responder unterwegs. Sie wolle «das volle Programm», wie sie lachend erzählt. Ihre Motivation

●  
«Man kann schon sehr viel bewirken, wenn man einfach zuhört, tröstet und die betroffene Person beruhigt.»  
●



sei so einfach wie einleuchtend: «Ich stelle mir immer vor, dass die Person, die gerade Hilfe braucht, auch ein Familienmitglied von mir sein könnte und ich in einem solchen Fall froh wäre, wenn dann jemand anderer hilft.»

•  
«Die Rettungskette funktioniert nur, wenn es Ersthelfer gibt, die eingreifen.»  
•

### First Responder bieten neue Einsatzmöglichkeiten

«Ihr Engagement kann einem Menschen das Leben retten.» Mit diesem Satz wirbt der Samariterverein Wettingen (AG) für seine First-Responder-Gruppe. Der englische Begriff First Responder (Erstantwortender) hat sich im deutschsprachigen Raum für «Ersteintreffende» und «Ersthelfende» durchgesetzt. Die First Responder sind ausserhalb des regulären Rettungsdienstes in Gruppen organisiert.

In der Schweiz sind die heute bestehenden First-Responder-Systeme aus der Erkenntnis entstanden,

dass der organisierte Rettungsdienst oft zu spät am Einsatzort eintrifft, um schwere gesundheitliche Schäden von Notfallpatienten abzuwenden. Die ersten Minuten sind etwa bei akuter Atemnot, Bewusstlosigkeit, einem Herz-Kreislaufstillstand, nach einem Stromschlag oder bei Ertrinkungsunfällen ausschlaggebend.

First Responder sind in Erste-Hilfe-Massnahmen ausgebildete Personen, die von einer Notrufzentrale aufgeboden werden und die die Zeit zwischen

der Alarmierung des Notrufs 144 und dem Eintreffen des Rettungsdienstes mit lebensrettenden Massnahmen überbrücken. Sie sollen so die Überlebenschancen von Betroffenen vergrössern und Folgeschäden reduzieren.

Aktuell gibt es in der Schweiz keine gemeinsame Ordnung der Organisation, und die First Responder sind wie das Rettungswesen selbst kantonale geregelt.

In einigen Kantonen sind bislang Grundlagen für den Aufbau und Betrieb erlassen worden. Vorreiter in der Schweiz sind der Kanton Wallis, wo seit über 20 Jahren First Responder im Einsatz sind, das Tessin, wo das Projekt 2006 auf kantonaler Ebene gestartet wurde, sowie der Kanton Bern, der seit 2010 über ein fast flächendeckendes Netz aus First Respondern verfügt. In den letzten Jahren wurden auch in anderen Kantonen First-Responder-Gruppen gefördert und gezielt aufgebaut. Es gibt zudem eine Vielzahl regionaler Gruppen oder auch einzelne Initiativen, die ein kleineres Gebiet abdecken.

Im Wesentlichen sind Ausbildung, Ausrüstung und Organisationsformen der First Responder noch uneinheitlich geregelt. Dies eröffnet interessierten Samariterinnen und Samaritern neue und spannende Einsatzmöglichkeiten, da sie dank ihrer Ausbildung und ihrer lokalen Vernetzung bereits heute bestens für solche Einsätze gerüstet sind.

### Zuhören, begleiten und Wartezeit überbrücken

So wie Astrid Müller leistet auch Erwin Zollet vom Samariterverein Bössingen (FR) Einsätze als First Responder. Als Samariterlehrer, Kursleiter und Instruktor SSB hat er bereits ein grosses Pensum in seiner Freiwilligenarbeit. Doch wie so viele Samariterinnen und Samariter schöpft er viel Kraft





und Zufriedenheit aus seiner Tätigkeit. Für ihn bedeutet Erste Hilfe die «ersten zehn, fünfzehn oder dreissig Minuten überbrücken». Dabei spiele es keine Rolle, ob es sich um einen Einsatz als First Responder, einen Sanitätsdienst oder eine andere Situation handelt. «Für mich steht einfach immer der Mensch im Zentrum. Dieser Mensch hat ein Problem, egal welcher Art, und wir Samariter stehen ihm in der Zeit zur Seite, bis die Sanität kommt.»

Diese Haltung gilt für ihn in lebensbedrohlichen Situationen genauso wie in weniger gravierenden Fällen. «Man kann auch dann sehr viel bewirken, wenn man einfach zuhört, tröstet und die betroffene Person beruhigt.» Die psychologische Erste Hilfe liegt Erwin Zollet auch deshalb am Herzen, weil er beruflich im Militär vor Jahren in Bosnien im Einsatz war. Dort gibt es bis

heute viele Menschen mit Kriegstraumata, die keine Betreuung finden. «Ich habe damals gesehen, was mit Menschen passiert, denen nicht geholfen wird, und begriffen, wie wichtig es ist, dass ein Mensch über ein gutes soziales Fundament verfügt, um mit Krisen umgehen zu können.»

Er bitte deshalb seine Patienten stets darum, ihm doch «erst einmal ihre Geschichte zu erzählen». Nur schon durch ein gutes Gespräch könne man den Stress einer Situation oder einen extrem hohen Blutdruck reduzieren und damit dem Patienten nicht nur seelisch, sondern auch körperlich helfen. «Wird die Person dann später weiterversorgt, haben wir bereits ein gutes Fundament für eine Heilung gelegt.»

Oft seien die Auswirkungen einer Intervention nicht immer greifbar, erzählt Erwin Zollet weiter. Die Geschichte einer Frau, die er und sein Team

vom Suizid auf einer Autobahn abhalten konnten, veranschaulicht dies eindrücklich. «Wir haben nicht nur verhindert, dass sich diese Frau das Leben nimmt, sondern auch, dass durch ihre Handlung das Leben eines anderen Autofahrers Schaden nimmt.»

## Hemmschwellen kennen und bewusst überwinden

«Erste Hilfe leisten» sowie «spontan helfen wollen mit Überzeugung und Herz», wie es Astrid Müller formuliert, ist für viele Samariterinnen und Samariter eine Selbstverständlichkeit. Dennoch gehört es zu ihrem Alltag, bei Einsätzen oder in ihren Kursen gegen weitverbreitete Hemmschwellen ankämpfen zu müssen.

Dies bestätigt auch Carmen Segessenmann vom Bereich Erste Hilfe der Zentralorganisation beim Schweizerischen Samariterbund. «Ob und wie eine Person Erste Hilfe leistet, ist immer davon abhängig, was diese Person weiss, welche Erfahrungen sie gemacht hat oder wie sie die Dinge, die geschehen, einordnet.» Die meisten Menschen wissen, dass Helfen eine nützliche Sache ist. Dennoch würden sich viele nicht trauen, Erste Hilfe zu leisten. Die Gründe dafür sind vielfältig und hängen teilweise damit zusammen, dass in der modernen Informationsgesellschaft

zwar viel,



aber auch viel widersprüchliches Wissen vorhanden sei und dies die Menschen verunsichere.

Aus diesem Grund ist die Auseinandersetzung mit den sogenannten Hemmschwellen ein wichtiger Punkt bei Erste-Hilfe-Kursen wie auch bei der Samariterausbildung, denn «Notfälle treffen meist überraschend ein, und einer spontanen Hilfeleistung stehen natürliche Hemmschwellen entgegen». In der Regel sind es fünf Hemmschwellen, die eine Person in mehreren Schritten bewusst überwinden muss, bevor sie mit einer Hilfeleistung beginnt:

- Man muss erkennen, dass überhaupt etwas geschehen ist.
- Man muss die Situation als Notfall erkennen.
- Man muss Verantwortung für die Hilfe übernehmen.
- Man muss entscheiden, wie zu helfen ist.
- Man leistet Hilfe.

Je nach Erfahrung, Veranlagung und Situation empfindet jede Helferin und jeder Helfer diese Schwellen mehr oder weniger stark. Wird am Ende keine Hilfe geleistet, so ist dies Folge davon, dass eine der Hemmschwellen nicht überwunden werden konnte.

## «Nur nichts tun ist falsch.»

Sich mit seinen eigenen Hemmschwellen auseinandersetzen und gesunden Menschenverstand anwenden sind also wichtige Themen in der Ersten Hilfe. Dabei geht es aber nicht nur um das Bewusstwerden einer Situation, sondern oft auch um Unsicherheiten im Umgang mit anderen Kulturen. Astrid Müller bringt es diesbezüglich auf den Punkt. Immer wieder werde sie in ihren Kursen und Übungen gefragt, wie man sich denn verhalten solle, wenn etwa eine Frau, die ein Kopftuch trägt, Hilfe brauche. «Meine Antwort ist dann stets: Wenn möglich die Person nicht sterben lassen.»



# Advent in Ljubljana

Erleben Sie die unbekannte Schönheit in Slowenien mit internationalem Flair

**4 Reisetage  
ab Fr. 675.-**

Weitere  
Adventsreisen in  
Prag, Krakau, Riga,  
Kopenhagen, Stock-  
holm und Paris  
buchbar.



Reiseleitung

© Dean Dubokovic

Ljubljana

## Das ist alles inbegriffen

- ✓ Linienflüge mit Adria Airways in Economy-Klasse
- ✓ Alle Flugnebenkosten
- ✓ Transfers bei An- und Abreise
- ✓ 3 Nächte im 4-Sterne Hotel Central
- ✓ Täglich Frühstück und 1x Mittagessen
- ✓ Besichtigungen gemäss Programm
- ✓ Beste Betreuung durch Deutsch sprechende Reiseleitung vor Ort während den Transfers und Ausflügen
- ✓ Reiseunterlagen inklusive Reiseführer

## ➔ Weihnachtsmarkt in Ljubljana

In der Adventszeit wird der Weihnachtsmarkt mit seiner herrlichen Atmosphäre zum Mittelpunkt von Ljubljana.

### 1. Tag: Zürich – Ljubljana

Morgens Flug mit Adria Airways von Zürich nach Ljubljana. Nach Ankunft gehen Sie direkt in einem lokalen Restaurant essen und können erstmals slowenische Spezialitäten geniessen. Anschliessend Transfer zum Hotel. Am Nachmittag entdecken Sie während dem Stadtrundgang (zu Fuss, ca. 2 Stunden) die historische Altstadt. Dazu gehören unter anderem der Hauptplatz Preseren-Platz, der Markt, das Rathaus, der Kongressplatz und der barocke Teil der Stadt. Am Abend haben Sie freie Zeit zur Verfügung zum Geniessen der herrlichen Atmosphäre.

### 2. Tag: Ljubljana

Am heutigen Tag können Sie individuell Sehenswürdigkeiten, wie die Burg von Ljubljana, besichtigen. Dabei handelt es sich um eine mächtige mittelalterliche Festung, Symbol der slowenischen Hauptstadt. Dieser interessante Aussichtspunkt ist nur wenige Minuten vom lebhaften Stadtzentrum entfernt. Wenn Sie möchten, können Sie auch mit der

gebührenpflichtigen Standseilbahn hinauffahren. Auch eine Schifffahrt auf dem Fluss Ljubljanica bietet sich an, um die Stadt vom Wasser aus zu betrachten.

### 3. Tag: Ljubljana oder fakultativer Tagesausflug Maribor und Ormoz

Den heutigen Tag gestalten Sie nach Belieben oder Sie können an unserem fakultativen Ausflug nach Maribor und die Weinregion Ormoz teilnehmen. In Maribor, der zweitgrössten Stadt Sloweniens, machen Sie einen Spaziergang und sehen zahlreiche Sehenswürdigkeiten. Weiterfahrt nach Ormoz. Lassen Sie sich bei einer Weindegustation von der Qualität bekannter, sloweni-

## ➔ Historische Altstadt

scher Weine überzeugen (bis 5 Wochen vor Abreise buchbar).

### 4. Tag: Ljubljana – Zürich

Nachdem Sie am Morgen noch einmal Zeit zur freien Verfügung haben, z. B. für die Besorgung letzter Souvenirs, werden Sie nach dem Mittag zum Flughafen gebracht. Flug mit Adria Airways nonstop nach Zürich.



© Dunja Wedam



© Matej Vranic

## UNSERE TOP-PREISE

Pro Person im Doppelzimmer in Fr.  
Sofort-Preis gültig für mindestens 50% der verfügbaren Plätze, danach Katalog-Preis.

Ihre Reisedaten	Katalog-Preis	Sofort-Preis
01.12.18–04.12.18	705.–	<b>675.–</b>
08.12.18–11.12.18	705.–	<b>675.–</b>
15.12.18–18.12.18	705.–	<b>675.–</b>

### Nicht inbegriffen

- Einzelzimmer 120.–
- Tagesausflug Maribor und Ormoz 90.– (Mindestteilnehmerzahl 20 Personen)
- Versicherung auf Anfrage
- Kleingruppenzuschlag unter 20 Personen möglich

Internet-Buchungscode: **vrljublj**



© Matej Vranic

Jetzt buchen: 0800 835 800  
oder [www.voegele-reisen.ch](http://www.voegele-reisen.ch)

 **Vögele Reisen**

 **reka** 100% REKA-Zahlung möglich

 REISEGARANTIE

Vögele Reisen AG, 8048 Zürich, [info@voegele-reisen.ch](mailto:info@voegele-reisen.ch)

# GUT GERÜSTET INS AMT

**Der erste Einführungskurs für neue Vorstandsmitglieder wurde im Juni mit Erfolg durchgeführt. Neben der Vermittlung von Informationen geht es dabei auch stark um den Erfahrungsaustausch.**

**TEXT: Sonja Wenger BILD: Shutterstock**

Neue Vorstandsmitglieder sind mit vielen Fragen konfrontiert: Welche Dienstleistungen kann mein Verein beanspruchen und wie? Über welche Struktur verfügt der Schweizerische Samariterbund? Wer sind meine Ansprechpersonen für alle Fragen rund um die Tätigkeit im Verein respektive im Verband? Oder wo finde ich die Unterlagen zu allen Anforderungsprofilen, Werkzeuge zur Vereinsarbeit und Informationen zur Mitgliederbetreuung?

Der seit Frühling 2018 angebotene Einführungskurs für neue Vorstandsmitglieder beantwortet diese Fragen – und bietet zudem Gelegenheit, in der Geschäftsstelle in Olten Kontakte zu knüpfen. Der Kurs ist kostenlos und dauert einen halben Tag. Die Einführung wendet sich in erster Linie an Personen, die neu ein Amt in einem Samariterverein oder -verband übernommen haben. Er steht aber auch Vorstandsmitgliedern offen, die bereits seit Längerem dabei sind, die sich für einen Austausch interessieren oder die ihr Wissen aktualisieren möchten.

## Erfahrungsaustausch zum Wissenserhalt

«Die Erfahrung zeigt, dass auch Samariterinnen und Samariter, die seit Längerem in einem Verein

oder Verband tätig sind, nicht immer über alle Informationen verfügen, die sie für ihre Tätigkeit benötigen», sagt Roger Hayoz von der Geschäftsstelle Olten. Er ist im neu geschaffenen Bereich Erste Hilfe für die Beratung zu den Themen Organisationsentwicklung sowie Vereins- und Verbandsführung zuständig und leitet den Einführungskurs.

«Umso wichtiger ist der Erfahrungsaustausch, wie er im Einführungskurs ermöglicht und gefördert wird», sagt Hayoz. Dass dies geschätzt wird, zeigen die durchs Band positiven Rückmeldungen der Teilnehmenden des ersten Einführungskurses im Juni. Zu sehen, wer in der Geschäftsstelle wofür zuständig ist, diese Personen ungezwungen kennenzulernen und auch drängende Anliegen direkt vor Ort klären zu können, habe viel dazu beigetragen, Hemmschwellen zu senken und zu realisieren, dass die Samariterinnen und Samariter auf allen Ebenen am selben Strick ziehen.

## Dienstleistungen und Mitgliederbetreuung

Der Aufbau des Einführungskurses ist abhängig von der Gruppengrösse. Inhaltlich bietet er in einem ersten Teil einen Überblick über die Verbandsstrukturen des Schweizerischen Samariterbunds und dessen Geschichte sowie über die diversen Dienstleistungen der Geschäftsstelle. In einem zweiten Teil erhalten die Teilnehmenden Informationen über die Freiwilligenarbeit und darüber, wie dieses Wissen in der Mitgliederwerbung und -betreuung eingesetzt werden kann.

Der zweite Einführungskurs findet am 29. September 2018 statt und ist auf MyLearning (Katalog > Bildungskatalog > Funktionen & Aufgabenbereiche > Vorstandsmitglieder) ausgeschrieben. Kurssprache ist Deutsch. Die Unterlagen stehen zudem in französischer Sprache zur Verfügung. Weitere Kurse in den Landessprachen sind in Planung.

Schritt um Schritt zum ganzen Bild.

# GÖNNERVEREINIGUNG DES SCHWEIZERISCHEN SAMARITERBUNDS

club  
S+2013



Teilnehmende der diesjährigen Generalversammlung Anfang Juni.

Fünf Jahre nach seiner Gründung im Jubiläumsjahr 2013 kann der Club 2013 eine beachtliche Bilanz vorweisen. Die Gönnervereinigung des Schweizerischen Samariterbunds zählt rund 50 Mitglieder und unterstützt jedes Jahr Projekte der Organisation mit substanziellen Beiträgen von mehreren Tausend Franken.

Mit seiner Arbeit fördert der Club 2013 gezielt das ehrenamtliche Engagement der Vereins- und Verbandsmitglieder in der Schweiz sowie des Schweizerischen Samariterbunds – mit einem speziellen Fokus auf die Jugendarbeit. So hat der Clubvorstand an der diesjährigen Generalversammlung Anfang Juni zum dritten Mal in Folge einen Beitrag für die Durchführung des Jugendkongresses des Schweizerischen Samariterbunds im September 2018 gesprochen. Damit wird der Kongress gesamthaft mit 29 000 Franken unterstützt.

Mitglied werden können alle interessierten Personen. Ein Grossteil der Gönnerinnen und Gönner hat sich bereits früher innerhalb der Samariterorganisation engagiert. Bei Fragen stehen Ihnen gerne Clubpräsident Kurt Sutter oder Gery Meier unter der E-Mail-Adresse [club2013@samariter.ch](mailto:club2013@samariter.ch) zur Verfügung.

Weiterführende Informationen zum Club 2013 finden Sie auf unserer Website unter «[Ihr Engagement](#)» > [Spenden](#) > [Club 2013](#).



## Rotkreuzpreis

des Schweizerischen Roten Kreuzes

Sie kennen eine Person oder Organisation, die sich auf ganz aussergewöhnliche Art für andere Menschen einsetzt. Ihre Leistung ist beispielhaft, herausragend und nachhaltig. Deshalb soll sie als Vorbild ausgezeichnet werden.

Schlagen Sie diese Person oder Organisation für den **Rotkreuzpreis des SRK für besondere humanitäre Leistungen** vor!

Weitere Informationen und ein Vorschlagsformular auf [www.redcross.ch/rotkreuzpreis](http://www.redcross.ch/rotkreuzpreis)

Schicken Sie Ihren Vorschlag vor dem 31. Dezember 2018 an:

SRK, Kommunikation, Postfach, 3001 Bern oder: [info@redcross.ch](mailto:info@redcross.ch)



# «UND AUF EINMAL STÜRZTE ICH KOPF- VORAN VOM VELO.»



Hören Sie die Rega-Geschichte  
von Matteo Pio-Loce, 18, auf Mallorca.  
[meinerettung.ch/matteo](http://meinerettung.ch/matteo)



Jetzt Gönner werden.

**rega**



# Neue Rettungshelikopter für die Rega

**Die Schweizerische Rettungsflugwacht Rega nahm am 21. Juni 2018 in Donauwörth (D) die ersten zwei von insgesamt sechs neuen Rettungshelikoptern vom Typ H145 des deutsch-französischen Herstellers Airbus Helicopters entgegen. Die Rettungshelikopter der neuesten Generation wurden 2016 bestellt, und die ersten beiden nehmen diesen Herbst auf den Mittel-landbasen Bern und Basel ihren Dienst auf. Bis Mitte 2019 ersetzt die Rega ihre gesamte Mittellandflotte, bestehend aus sechs Rettungshelikoptern vom Typ Airbus Helicopters EC 145, mit dem Nachfolgemodell H145.**

**TEXT UND BILD: Rega**

Im Rahmen einer kleinen Zeremonie wurden die beiden neuen Rega-Helikopter vom Typ H145 im Airbus-Werk im deutschen Donauwörth am 21. Juni kurz vor Mittag einer Rega-Delegation, darunter Stiftungsratspräsident Ulrich Graf und CEO Ernst Kohler, übergeben. Bevor sie zu ihren ersten Rettungseinsätzen starten können, stehen in der Schweiz noch Arbeiten am medizinischen Innenausbau sowie die entsprechenden Zertifizierungen durch die Europäische Agentur für Flugsicherheit (EASA) an. Voraussichtlich im Oktober wird der erste H145-Helikopter auf der Einsatzbasis Bern seinen Dienst aufnehmen. Wenig später folgt die Übergabe des zweiten Helikopters an die Basis Basel, und bis Mitte 2019 werden auch die Crews der Basen Zürich und Lausanne ihre Einsätze mit dem neuen Rettungshelikopter fliegen.

## **Ersatzbeschaffung nach 15 Jahren und 60000 Patienten**

Die Rega beschafft insgesamt sechs H145 als Ersatz für die aktuelle Mittellandflotte des Typs Airbus Helicopters EC 145, welche seit 2003 auf den Mittel-landbasen Bern, Basel, Zürich

und Lausanne im Einsatz steht. Die sechs EC 145 bewähren sich seit 15 Jahren als zuverlässige und vielseitige Rettungshelikopter und haben bis heute rund 60000 Patienten die dringend benötigte medizinische Hilfe aus der Luft gebracht. Unter anderem aufgrund der ausgezeichneten Erfahrungen setzt die Rega nun auf den H145, das Nachfolgemodell des EC 145. Rega-CEO Ernst Kohler: «Mit dem H145 führen wir eine Erfolgsgeschichte fort und stellen sicher, dass wir unseren Patientinnen und Patienten auch in den nächsten Jahren zuverlässig und professionell zu Hilfe kommen können.» Für die sechs Helikopter inklusive medizinischer Ausrüstung investiert die Rega rund 52 Millionen Franken.

## **H145 – ein Rettungshelikopter der neuesten Generation**

Der H145 ist im Vergleich zu seinem Vorgängermodell EC 145 deutlich leistungsstärker, was die Sicherheit im Einsatz zusätzlich erhöht. Im Bereich der Avionik und Navigation ist der zweimotorige H145 auf dem neuesten Stand der Technik, verfügt über einen 4-Achsen-Autopilot und kann dank modernster Avionik auch satellitengestützte Anflugverfahren äusserst präzise fliegen. Mit seiner geräumigen Kabine ist er prädestiniert für intensivmedizinische Spezialtransporte, wie zum Beispiel mit einer Herz-Lungen-Maschine oder einem Transportinkubator für Frühgeborene.



# «Wir müssen das Samariterwesen nicht neu erfinden»

Das Antrittsinterview mit Ingrid Oehen, der neuen Zentralpräsidentin des Schweizerischen Samariterbunds, findet Anfang Juli statt, drei Wochen nach ihrer Wahl an der diesjährigen Abgeordnetenversammlung. Ihre Amtsübernahme zieht einen Schlußstrich unter ein turbulentes Samariterjahr mit mehreren Wechseln an der Führungsspitze unserer Organisation. Die Wahl bedeutet aber auch einen Neuanfang, denn mit Ingrid Oehen übernimmt seit Langem wieder eine Person die Leitung unserer Organisation, die nicht explizit über einen politischen Hintergrund verfügt, sondern direkt von der Basis kommt. Seit drei Jahrzehnten ist Ingrid Oehen in verschiedenen Funktionen und auf diversen Ebenen als Samariterin aktiv und war bis im Frühling 2018 Präsidentin des Kantonalverbands der Luzerner Samaritervereine. Sie weiss, wo die Samariterinnen und Samariter «der Schuh drückt» und spricht ihre Sprache. Bewusst publizieren wir dieses Interview deshalb auch in der Du-Form, denn alles andere «wäre seltsam», wie Sie gleich zu Beginn des Gesprächs in der Geschäftsstelle Olten betont.

INTERVIEW: SSB

FOTO: Patrick Lüthy

**Samariter: Ingrid, in deiner Antrittsrede hast du angekündigt, den Samariterinnen und Samaritern künftig «aktiv zuhören zu wollen, die Zusammenarbeit zu fördern und verlorenes Vertrauen wiederaufzubauen». Wie wirst du dies angehen?**

Ingrid Oehen: Indem wir von der Zentralorganisation künftig ehrlich, unverkrampft und transparent kommunizieren und gleichzeitig in einen echten Dialog mit der Basis treten. Das bedeutet, dass man sein Gegenüber mit seinen Anliegen ernst nimmt, ihm zuhört und auf das Gehörte innert nützlicher Frist antwortet. Um den Dialog aufzubauen, werden wir deshalb stark mit den Präsidentinnen und Präsidenten der Kantonalverbände zusammenarbeiten und sie auch in verschiedene Arbeitsgruppen einbeziehen. Dies ist beispielsweise bei der neuen Arbeitsgruppe Finanzen bereits der Fall, an der Vertreterinnen und Vertreter aller Sprachregionen teilnehmen. Gemeinsam

werden wir ausserdem die Vision, die Mission und die daraus abgeleiteten Strategieziele formulieren und in den nächsten zwei Jahren intensiv daran arbeiten. Wichtig ist, dass wir uns alle bewusst sind, dass wir den Schweizerischen Samariterbund gemeinsam ausmachen. Dieses Bewusstsein ging in den letzten Jahren etwas verloren.

**Es geht aber nicht nur um den Dialog mit der Basis, sondern auch um die Zusammenarbeit mit anderen Rettungsorganisationen respektive um politisches Lobbying.**

Es ist mir bewusst, dass das Anforderungsprofil an die Präsidentschaft an sich einen politischen Hintergrund und ein entsprechendes Netzwerk vorsieht. Doch aufgrund der seit Längerem anhaltenden strukturellen Krise unserer Organisation war in den letzten Jahren vermehrt der Wunsch zu hören, dass jemand «von der Basis», also jemand mit Erfahrung im Samariterwesen, die Präsident-

schaft des SSB übernimmt. Dank meiner langen Erfahrung als Samariterin weiss ich genau, was die dringendsten Bedürfnisse unserer Basis sind. Ausserdem verfüge ich über ein sehr gutes Netzwerk bei unseren Partnerorganisationen wie dem Schweizerischen Militär-Sanitäts-Verband (SMSV) oder der Schweizerischen Lebensrettungsgesellschaft (SLRG), denn ich arbeite seit Jahren mit ihnen zusammen. Wir kennen uns, begegnen uns auf Augenhöhe und sprechen die gleiche Sprache.

Aus diesem Grund sind Vertreter dieser Organisationen auch schon kurz nach meiner Wahl aktiv auf mich zugekommen und haben mir deutlich signalisiert, dass ihnen das Überleben des SSB ein wichtiges Anliegen ist.

Sie sind auch bereit, aktiv mitzuhelfen, etwa beim Nutzen von bestehenden Synergien im Kurswesen oder in der Bildung. Inhaltlich wäre dies machbar, denn wir nutzen alle die IVR-Plattform und verfügen über dieselben Qualitätslabels. Natürlich ist so etwas nicht von heute auf morgen umsetzbar, aber es besteht bereits ein Austausch. Ausserdem werden sich die Rettungsorganisationen bemühen, eine gemeinsame Strategie bezüglich der Zusammenarbeit und dem Austausch mit dem Schweizerischen Roten Kreuz (SRK) zu formulieren.

### **Worum geht es bei einer solchen gemeinsamen Strategie?**

Eine Möglichkeit ist, dass das SRK uns alle mit seinem hervorragenden politischen Netzwerk

unterstützt, damit sich die Rettungsorganisationen vermehrt auf ihre Kernaufgaben wie Leben retten, Erste Hilfe leisten und Unterrichten fokussieren können. Das SRK hat uns – nicht zuletzt an der Abgeordnetenversammlung – seine Unterstützung zugesichert. Das kommt nicht von ungefähr. Der SSB ist innerhalb der Rettungsorganisationen bessergestellt, als wir es uns selber bewusst sind.

### **In welcher Form?**

Wir sind in der Bevölkerung breit abgestützt. Man kennt die Samaritervereine nicht nur durch die Erste-Hilfe-Kurse, sondern auch dank ihrer Präsenz im Sanitätsdienst an unzähligen Anlässen.

Dadurch sind sie in den Gemeinden und Kommunen stark verankert. Gerade hier liegt viel Potenzial, das wir nutzen müssen und sollen.

•  
«Der SSB ist innerhalb der  
Rettungsorganisationen besser-  
gestellt, als wir es uns bewusst sind.»  
•

### **Dennoch herrscht in den Vereinen und Verbänden eine grosse Verunsicherung, wie es mit dem Samariterwesen weitergehen wird. Was sind hier die Ursachen?**

Ich denke, diese Verunsicherung ist Folge einer sehr langen Phase von ständigem Wechsel und

#### **Ingrid Oehen**

Ingrid Oehen engagiert sich seit drei Jahrzehnten auf allen Ebenen des Samariterwesens, zuletzt als Kantonalpräsidentin der Luzerner Samaritervereine. Sie ist dipl. Pflegefachfrau sowie Chefexpertin Zentralschweiz im Beruf Fachfrau/Fachmann Gesundheit und leitet seit 2008 die Abteilung Ausbildung des Luzerner Kantonsospitals. Aus ihrer beruflichen Tätigkeit am Luzerner Kantonsspital verfügt sie über fundierte Erfahrung im Changemanagement und so mit sich stetig verändernden Rahmenbedingungen und Anforderungen an die 700 Lernenden, Studierenden und Mitarbeitenden aus 24 Berufsfeldern.



steten Strukturveränderungen. Dabei spreche ich nicht von der Digitalisierung, die in den letzten zwei Jahren Einzug gehalten hat. Kaum jemand hat etwas gegen eine Digitalisierung. Wir alle lieben schliesslich unsere smarten Geräte. Aber die Art und Weise, wie über diese Veränderungen in den letzten Jahren informiert worden war, veränderte sich. Bis vor etwa fünf Jahren wurde man auf Änderungen sukzessive eingefuchst und hatte klare Informationen, was wann und wie neu kommt. Doch dann änderte sich das, und die Informationen drangen nicht mehr oder nur noch teilweise bis

zur Basis durch. Dies hatte wiederum zur Folge, dass vieles missverstanden worden war oder die Wissenslücken mit falschen

Annahmen gefüllt wurden. Je mehr die Basis dieses Vorgehen kritisierte, desto mehr wurde informiert, und die Informationskanäle wurden teilweise so stark überflutet, dass es den Vereinsmitgliedern zu viel wurde. Hinzu kommt, dass die Basis bei neuen Projekten immer weniger in die Entscheidungen involviert oder teils gar nicht mehr gehört wurde.

**Wie konnte es in einer basisdemokratisch aufgebauten Organisation wie dem SSB so weit kommen?**

Die Art und Weise, wie gerade über Projekte informiert wurde, machte es schwierig, einen echten Einblick zu erhalten oder den Überblick nicht zu verlieren. Dies war auch zum Beispiel bei den Jahresrechnungen der Fall. Man musste hier schon sehr viel über Finanzen wissen, um die Einzelheiten zu verstehen.

**Du hast mehrfach gesagt, dass es nun gilt, einen Schlusstrich unter die Vergangenheit zu ziehen und sich auf das Heute und Morgen zu konzentrieren. Wie planst du, hier vorzugehen?**

In erster Linie braucht es eine fundierte Analyse der Situation. Ich habe in den letzten Wochen bereits Einzelgespräche mit den Mitgliedern des Zentralvorstands geführt, um zu erfahren, wie der Stand bei ihren Dossiers ist und welche Themen in den ihnen zugeteilten Verbänden zuoberst auf der Prioritätenliste stehen. Nun sind wir daran, die

nächsten Schritte zu planen, unsere gemeinsame Weg-Ziel-Formulierung zu finden und die ausserordentliche Präsidentenkonferenz vom 25. August gemeinsam mit der Geschäftsstelle vorzubereiten.

**Was ist das Hauptziel dieser ausserordentlichen Präsidentenkonferenz?**

Ich vermute, dass an diesem Tag tatsächlich Samaritergeschichte geschrieben wird. Grundsätzlich sind zwei Szenarien möglich: Wenn sich die Basis mit unseren Lösungsvorschlägen solidarisch erklärt, wird die Konferenz ein offizieller «Kick-off» für die Zukunft des SSB, bei dem wir alle gemeinsam die Verantwortung übernehmen. Wenn sich die Basis dagegen entscheidet, werden wir

hingegen den Betrieb der Zentralorganisation geregelt herunterfahren und tatsächlich die Lichter löschen müssen.

**Was wären die Folgen, wenn die Dachorganisation wegfällt?**

Jeder Verband wäre dann in allen Bereichen auf sich selbst gestellt. Und vermutlich gäbe es eine Art Wildwuchs beim Dienstleistungsangebot der Samaritervereine und Verbände.

**Und wie geht es weiter, wenn sich die Basis für den Fortbestand ausspricht?**

Dann gehen wir alle gemeinsam auf eine «grüne Wiese» und behandeln verschiedene Themen Schritt für Schritt mit einer klaren Zeitlinie. Dabei werden wir definieren, wie die neue Vision, die neue Mission und eine neue Strategie umgesetzt werden können. Es wird dabei nicht alles auf den Kopf gestellt respektive wir werden die Tätigkeiten der Samariterinnen und Samariter nicht neu erfinden. Aber es gibt doch einiges, das überdacht und an die Situation und die aktuellen Begebenheiten angepasst werden muss und kann.

**Dies dann unter Einbezug der Basis?**

Absolut. Die Basis hat einen grossen Respekt vor den Veränderungen, die nun auf uns alle zukommen. Gerade deshalb ist es jetzt wichtig, dass alle gehört werden, die sich engagieren wollen. Wenn sie den Entstehungsprozess mitprägen und mitgestalten können, werden die gefassten Entscheide

•  
**«Der Stopp bei den Aus- und Weiterbildungen bedeutet nicht, dass das Angebot abgeschafft werden soll.»**  
 •

danach auch breiter gestützt und mitgetragen. Für diesen Prozess ist es hilfreich, dass bereits heute Vereine, Verbände wie auch die Geschäftsstelle verstärkt interdisziplinär zusammenarbeiten. Wichtig ist, dass künftig nicht neue Projekte lanciert oder Produkte auf den Markt gebracht werden, für die es kein Bedürfnis gibt, bei denen das Zielpublikum nicht evaluiert wurde oder für die der Zeitpunkt schlicht falsch ist. Und was sich die Basis besonders wünscht, ist ein Wechsel der Sprache: Es soll nicht länger von oben herab entschieden werden.

### **Welche Themen sollen auf der «grünen Wiese» behandelt werden?**

Ein grosses Thema ist die Frage, was Freiwilligenarbeit genau umfasst und wie wir Freiwilligkeit definieren. Es ist erstaunlich, aber wir haben uns als Organisation bisher nie den Raum und die Zeit genommen, darüber zu diskutieren und mit unserer Realität zu vergleichen.

Vieles von dem, was im Samariterwesen heute unter Freiwilligenarbeit verstanden wird, ist eigentlich Business. Hier ist eine Differenzierung notwendig. Wir müssen uns fragen, in welcher Form wir freiwillig handeln und in welcher Form wir Business tätigen wollen respektive wie das Ganze mit einem Vereinsleben in Einklang zu bringen ist. Bisher waren diese verschiedenen Felder stark vermischt, auch weil die meisten Vereine schon lange alles machen. Aus diesem Grund hat auch alles Platz.

### **Könnte ein weiteres Thema die viel zitierte und kritisierte «Professionalisierung» des Samariterwesens sein?**

Allerdings. Auch hier bedarf es einer intensiven Auseinandersetzung, denn das Wort Professionalisierung wurde meines Erachtens öfters als Druckmittel eingesetzt statt als Synonym für professionelles Handeln. Aber alle Samariterinnen und Samariter sind sich professionelles Handeln gewohnt, sei es beim Sanitätsdienst oder wenn sie einen Kurs erteilen oder eine Vereinsübung organisieren. Nun müssen wir versuchen, das Wort anders einzubetten und nicht im Kontext mit der IVR-Anerkennung oder einer Zertifizierung zu benutzen.

### **Etwas, das derzeit viele Vereinsmitglieder beschäftigt, ist die Frage, wie es mit den Aus- und Weiterbildungsangeboten weitergeht.**

Es sind leider bereits Gerüchte im Umlauf, dass das Aus- und Weiterbildungsangebot vollständig abgeschafft werden solle. Hier ist etwas falsch verstanden worden. Fakt ist: Der Zentralvorstand hat im Frühling aufgrund der finanziellen Situation der Zentralorganisation den Entscheid getroffen, dass diese im Moment keine Aus- und Weiterbildung mehr anbieten kann. Zudem haben die Kantonalverbände 2017 dem Zentralvorstand einen klaren und weitreichenden Sparauftrag erteilt, jedoch ohne diesen zu präzisieren. Mit dieser Ausgangslage ist der Zentralvorstand zum Schluss gekommen, dass mit einem Stopp bei den Bildungsangeboten am schnellsten viel eingespart

und so kurzfristig ein Beitrag an eine bessere Liquidität geleistet werden kann. Das bedeutet aber nicht, dass das Bildungsangebot

grundsätzlich abgeschafft wird. Wenn die Dachorganisation weiter bestehen bleibt, werden wir hier eine Lösung finden, genauso wie für die Finanzierung der Zentralorganisation.

### **Es steht dir also keine leichte Aufgabe bevor. Was treibt dich für dein Engagement als Zentralpräsidentin an?**

Ein oft gehörtes und gelesenes Zitat, in dem es heisst: Das Wort Krise setzt sich in der chinesischen Sprache aus den zwei Schriftzeichen für Gefahr und Gelegenheit zusammen. Tatsächlich ist nichts so beständig wie der Wandel. Doch ein Wandel ist nur zielführend, wenn auch die daran beteiligten Menschen mit einbezogen werden. Sie alleine sind der Garant für eine erfolgreiche Umsetzung. Dies zu ermöglichen und gemeinsam mit den Samariterinnen und Samaritern eine Zukunft für den SSB zu gestalten, hier sehe ich meine Aufgabe als Zentralpräsidentin.

•  
«Samariterinnen und Samariter  
sind sich professionelles  
Handeln gewohnt.»  
•

## ÜBER 1,28 MIO. FRANKEN FÜR DIE SAMARITER

TEXAID hat das vergangene Geschäftsjahr erfolgreich abgeschlossen. Erfreulich sind die Höhe der ausbezahlten Gelder für karitative Organisationen, insbesondere für die Samariter, die weitere CO<sub>2</sub>-Reduktion sowie das verstärkte Engagement in Forschungsprojekten und Verbänden.

TEXAID und ihre Tochtergesellschaft CONTEX haben im vergangenen Jahr rund 36 000 Tonnen ausgediente Kleider, Schuhe und Haushaltstextilien in der ganzen Schweiz eingesammelt. Das entspricht zirka 140 Mio. Kleidungsstücken, welche die Bevölkerung via Container, Strassen- und Inshop-Sammlung abgegeben hat. TEXAID sorgt für eine ökologische Weiterverwertung der Textilien.

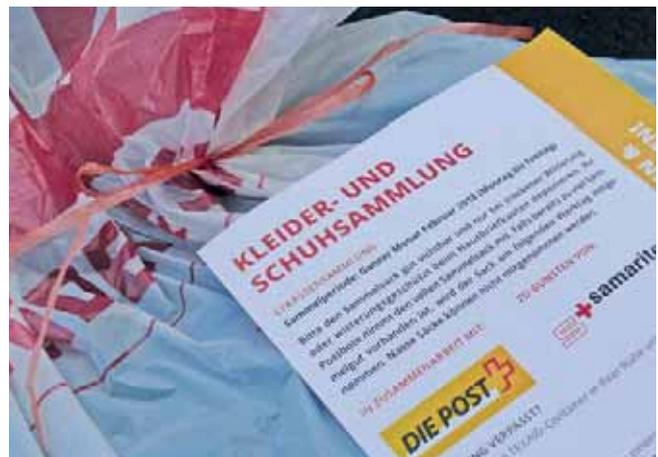
### 1,16 Mio. Franken Erlös für die Samariter aus der Altkleidersammlung

Auch im Jahr 2017 hat TEXAID durch den Verkauf der tragbaren Textilien finanzielle Mittel für karitative Organisationen, insbesondere für die Samariter, erwirtschaftet. Rund 1,16 Mio. Franken gehen an regionale Samaritervereine und kantonale Samariterverbände. Die regionalen Vereine erhalten die Vergütungen aus den Containersammlungen und die kantonalen Verbände aus den Strassensammlungen. Bei beiden Sammelarten ist das Samariter-Logo präsent, ob auf den Containern oder auf den Flyern für die Strassensammlungen. Die Gelder nutzen die Samariter für verschiedene Zwecke, wie Materialanschaffungen oder die Finanzierung von Kursen.

### 128 000 Franken in Form von Sponsoring-Beiträgen

Neben den direkten Vergütungen aus der Kleidersammlung unterstützt TEXAID die Samariter auch mit Sponsoring-Beiträgen. Zum einen den Samariterbund und zum anderen die Samariter-Jugend. In diesem Jahr unterstützt TEXAID zusätzlich den Jugendkongress der Samariter mit rund 25 000 Franken. Damit will TEXAID in die Zukunft der Samariter investieren und mithelfen, das Fortbestehen und die Weiterentwicklung der Samariter zu bestärken.

TEXAID freut sich, die Samariter bei Ihrer äusserst wertvollen Arbeit in den Gemeinden unterstützen zu können und ist stolz Partner dieser wichtigen Organisation zu sein.





© Post CH AG

### 35 Prozent Treibhausgas-Reduktion

Auch über unser Engagement für die Reduktion des Ressourcenverbrauchs möchten wir an dieser Stelle berichten. TEXAID hat sich zum Ziel gesetzt, die selbstverursachten CO<sub>2</sub>-Emissionen zu reduzieren. Durch diverse Massnahmen konnten im Rahmen der Swiss Climate-Zertifizierung im vergangenen Jahr rund 35 Prozent CO<sub>2</sub> pro Tonne eingesammelter Altkleider eingespart werden (im Vergleich zum Basis-Erhebungsjahr 2013). Das ist TEXAID unter anderem durch die erfolgreiche Zusammenarbeit bei den Strassensammlungen mit der Schweizerischen Post gelungen. Der Pöstler nimmt die Altkleider bei seiner täglichen Tour mit, sodass die Synergien optimal genutzt und Leerfahrten vermieden werden. Von dieser Sammlung profitieren die kantonalen Samaritervereine.

### Engagement in Forschungsprojekten und Verbänden

Angesichts der Herausforderungen durch Fast Fashion gewinnt die professionelle Sammlung, hochwertige Sortierung sowie nachhaltige Weiterverwertung und Verarbeitung von aussortierten Textilien eine zunehmend grössere Bedeutung. Das Textilrecycling kann mit Lösungsansätzen dazu beitragen, den textilen Kreislauf im Sinne eines Closed-Loop zu schliessen. Um diese Vision zu verwirklichen, agiert TEXAID entlang der gesamten textilen Wertschöpfungskette und engagiert sich in verschiedenen Organisationen und Forschungsprojekten. Weitere Informationen dazu finden Sie auch auf unserer Website.



© blend Re:wind

# IDEEN AUS DER WELT DER SAMARITER JUGENDGRUPPEN



Über 240 Samariterinnen und Samariter kamen zur Rebsteiner Olympiade.

## GRATULATION DEN «AARE-HÜPFERN»

«Jetzt oder nie», sagten sich 2008 die Verantwortlichen des Samaritervereins Aarwangen und gründeten die «Aare-Hüpfer». Seither absolvieren 25 bis 30 Kinder und Jugendliche jährlich zwölf Übungen. Zu den Aktivitäten gehören zudem Übernachtungen auf einem Bauernhof, Besuche bei der Rega, Treffen mit den Rettungsschwimmern, Schlauchbootrennen sowie die Teilnahme an Wettkämpfen. Besondere Leckerbissen sind die grossen Übungen, die alle drei Jahre stattfinden und bei denen aufwendig etwa ein Busunglück oder – im Bild – sogar ein Flugzeugabsturz inszeniert wird. (Text: Monika Sommer, Bild: Bruno Marti)



Mit einer «Help-Air» fliegt man sicherer.

## GROSSANDRANG BEI SAMARITEROLYMPIADE

Zum wiederholten Male hat der St. Galler Samariterverein Rebstein eine Help- und Samariterolympiade durchgeführt und ein Samariterfest daraus gemacht. Anfang Juni zog es rund 240 Samariterinnen und Samariter aller Altersgruppen aus der Ostschweiz nach Rebstein. Mit viel Elan machte sich Gross und Klein an die Bewältigung von drei fachtechnischen Posten sowie vielen Spassübungen. Grossartige Unterstützung erhielt der Rebsteiner Samariterverein vom Dorfgewerbe, sodass sich alle Teilnehmende am Gabentisch einen Preis aussuchen durften. Die Rangersten erhielten ausserdem eine essbare Medaille, gebacken vom Dorfbäcker. (Text und Bild: Elvira Frey)

## KANTONALER SAMARITER JUGENDGRUPPEN-TAG IN CHUR

Anfang Juni trafen sich vierzig Mitglieder der Samariter Jugendgruppen Chur, Tschierschen-Praden und Falknis Landquart in Chur zum kantonalen Jugendtag. An fünf Posten wurden ausgiebig Verbände geübt, der Einsatz eines Spine Board erlernt, ein Wissenstest über die «Knochen im Körper» absolviert sowie Informationen aus dem Lehrprogramm «Chili» des Schweizerischen Roten Kreuzes zur Konfliktbewältigung vermittelt. Nicht zuletzt stand auf dem Programm ein gemeinsamer Einsatz mit einem Team von REDOG (Schweizerischer Verein für Such- und Rettungshunde). Hierbei durften die Hunde zeigen, was sie alles mit ihren Nasen orten und finden können. (Text und Bild: Ernst Geiger)



Gemeinsame Übung mit REDOG.

## INSPIRIEREN SIE ANDERE

Gerne publizieren wir auf diesen Seiten Berichte aus den Samaritervereinen oder Kantonalverbänden. Einzige Bedingung: Die Geschichten sollen für Samariterinnen und Samariter in der ganzen Schweiz von Interesse sein und/oder andere Vereine inspirieren. Kontakt: [redaktion@samariter.ch](mailto:redaktion@samariter.ch)

# DIE ÜBERLEBENSCHANCEN VERBESSERN

In diesem Jahr feiert der Samariterverein Vernier (GE) sein 50-jähriges Bestehen. Mit einer ganzen Reihe von Veranstaltungen zur Förderung lebensrettender Massnahmen wird dieses Jubiläum würdig gefeiert.

**TEXT: Chantal Lienert**

Den Auftakt bildete eine Konferenz mit dem Titel «Bürger beteiligen sich an Rettungsmassnahmen – ein unverzichtbares Bindeglied» mit Referaten von Pierre Maudet, Genfer Regierungsrat und ehemaliger Präsident der Genfer Samariter, Dr. Robert Larribau, dem fachtechnischen Leiter der Notrufzentrale 144, Sébastien Martin-Achard, Rettungssanitäter und Direktor der Swiss Emergency Responders Association, sowie Leutnant Alexander Genolet, Sanitätsoffizier bei der Feuerwehr. Die prominenten Redner stellten die Rolle der Laienhelfer in der Rettungskette in den Vordergrund. Darüber hinaus informierten sie über laufende Projekte im Kanton Genf zur Verbesserung der Überlebenschancen bei einem Herzstillstand ausserhalb eines Krankenhauses.

## **Sofort alarmieren**

Der Schlüssel zum Erfolg liegt beim Anrufenden, der die Nummer 144 wählt, sobald er Zeuge eines Herz-Kreislauf-Stillstands wird. Gemäss Dr. Larribau ist er das wichtigste Bindeglied in der Rettungskette, da jeglicher Zeitgewinn die Überlebenschance für den Patienten erhöht. Im Kanton am unteren Ende des Genfer Sees muss man mit zehn Minuten rechnen, bis die Ambulanz eintrifft, und diese Zeitspanne kann man heutzutage beim besten Willen nicht verkürzen. Darum ist es äusserst wichtig, dass die Herzmassage schon vorher beginnt. Dies ändert auch die Arbeit der Notrufzentrale, die die Ersthelfer vor Ort bei ihrem Einsatz begleiten und unterstützen soll. Im Rahmen des Projekts «Save a Life» (Rette ein Leben), beschäftigt sich Sébastien Martin-Achard unter anderem mit dem Auflisten der

öffentlich zugänglichen Defibrillatoren in der Region Genf und dem Entwickeln einer App, um das Netzwerk von First Respondern zu koordinieren, das Ende des Jahres einsatzbereit sein sollte. Ähnliche Projekte gibt es bereits in anderen Kantonen, beispielsweise im Tessin (siehe Seite 24).

## **Zum Handeln ermutigen**

Alexander Genolet, der das Samariterwesen aus seiner langjährigen Erfahrung als Kursleiter bestens kennt, beleuchtete die Entwicklung in der Ersthelferausbildung. Das wichtigste Element sei es, die Menschen zu ermutigen, im Notfall aktiv zu werden – wichtiger als das gewissenhafte Einhalten von Handlungsabläufen. «Eines wissen wir sicher: Wenn wir es gar nicht erst versuchen, scheitern wir auf jeden Fall», sagte er. Darüber hinaus betonte Genolet die drei wichtigs-

## **Bergen, Blutung stillen und Reanimieren – drei Massnahmen, die aus Laienhelfern Lebens- retter machen.**

ten Massnahmen, die aus Laienhelfern Lebensretter machen können: Bergen, Blutung stillen und Herz-Lungen-Reanimation.

Als er die Bemühungen auf Kantonsebene, die Reaktionsgeschwindigkeit bei medizinischen Notfällen zu erhöhen, unterstrich, hatte Regierungsrat Pierre Maudet im Hinblick auf das Projekt «Save a Life» auf ein Paradox hingewiesen: Eine zunehmend individualistische Gesellschaft setze vermehrt auf Solidarität. Die Verbreitung von Grundkenntnissen in der Ersten Hilfe ist heute notwendiger denn je, und die Samariter sind an vorderster Front, um bei dieser Herausforderung dabei zu sein.

# TICINO CUORE: JEDES ELEMENT DER RETTUNGSKETTE ZÄHLT

**Wenn Ersthelfende die Überlebenschancen eines Patienten mit Herzstillstand erhöhen.**

**TEXT: Mara Zanetti Maestrani FOTO: Stiftung Ticino Cuore**

Eine der Hauptaufgaben der Stiftung Ticino Cuore ist die spezifische Förderung von Erste-Hilfe-Aktivitäten im Bereich der Herz-Lungen-Wiederbelebungsmaßnahmen, um so die Überlebenschancen einer Person zu erhöhen, die von einem plötzlichen Herzstillstand betroffen ist. Die Stiftung wurde 2005 auf Initiative des kantonalen Verbands der Tessiner Ambulanzdienste (FCTSA) sowie des Herzzentrums Ticino in Lugano ins Leben gerufen. Sie ist im ganzen Kanton Tessin und im Bezirk Moesa (den italienischsprachigen Regionen der Schweiz) aktiv.

«Wir sehen unsere Rolle darin, als Katalysator für alle Organisationen und Dienste zu wirken, die bei einem Herz-Lungen-Stillstand zum Einsatz kommen», erklärt Claudio Benvenuti, Direktor der Stiftung Ticino Cuore. «Wir sind Teil der Rettungskette – die wir selbst bevorzugt als Überlebenskette bezeichnen – und haben zum Ziel, angemessene organisatorische Bedingungen zu schaffen, damit den Helfenden bereits vor dem Eintritt eines Ereignisses die bestmöglichen Voraussetzungen zur Verfügung stehen, um zum Wohl eines Patienten zu handeln. Jedes Element der Rettungskette muss optimal funktionieren, damit auch das nachfolgende erfolgreich ist.»

## **Das erste Glied der Rettungskette im Fokus**

Entsprechend kümmert sich Ticino Cuore auch stark um die «vorangehenden» und entscheidenden ersten Elemente der Rettungskette, da es sich bei Ersthelferinnen und Ersthelfern häufig um Personen ohne beruflichen Hintergrund

im Rettungswesen handelt. Im Besonderen geht es hierbei um äussere Bedingungen wie Reaktionsgeschwindigkeit oder Koordination, denn wenn die Erste Hilfe nicht schnell genug erfolgt beziehungsweise die Hilfsmassnahmen nicht auf korrekte Art und Weise angewandt werden,



Claudio Benvenuti, Direktor der Stiftung Ticino Cuore

kann keine medizinische Struktur die verlorene Zeit wieder aufholen. «Damit diese wichtigen ersten Glieder der Rettungskette funktionieren, benötigen die Laienhelfer eine fundierte Ausbildung, sollten den Helfenden so viele Defibrillatoren wie möglich zur Verfügung stehen, und muss das Netzwerk der First Responder stetig ausgebaut werden», fährt Benvenuti fort. Dank der Bemühungen der Stiftung stehen im ganzen Kanton heute zirka 1200 Defibrillatoren zur Verfügung – 400 davon mit einem öffentlichen Zugang. Sie werden verwaltet und koordiniert von Ticino Cuore, die über die Notrufnummer 144 alarmiert werden kann.

### 3300 First Responder in der italienischsprachigen Schweiz

Rund 3300 First Responder sind derzeit im Tessin und in Moesa aktiv. Sie sind ausgebildet in der Anwendung eines automatisierten externen Defibrillators (AED) sowie in le-

bensrettenden Notmassnahmen (BLS) wie Herzdruckmassage und Beatmung. Viele dieser First Responder – darunter Mitglieder der Feuerwehr, Polizei oder

•  
«Wir sind Teil der Rettungskette – die wir selbst bevorzugt als Überlebenskette bezeichnen.»  
•

Grenzwoche, aber auch Zivilpersonen – sind in einem Samariterverein aktiv oder haben dort ihre BLS-AED-Ausbildung absolviert.

---

## DIE ITALIENISCHSPRACHIGE SCHWEIZ ALS VORBILD

---

Die Stiftung Ticino Cuore ist vornehmlich im Kanton Tessin und im Bezirk Moesa im Einsatz.

Im Tessin sind jährlich zwischen 250 und 300 Personen von einem plötzlichen Herzstillstand betroffen. Mit jeder Minute, in der keine Massnahmen zur Reanimation getroffen werden, sinken die Überlebenschancen des Patienten um 7 bis 10 %. Je früher ein Ersthelfer vor Ort Massnahmen wie Herzdruckmassage und Beatmung anwendet sowie ein automatisierter externer Defibrillator (AED) zum Einsatz kommt, desto besser sind die Chancen, dass der Patient überlebt und keine medizinischen Folgeschäden erleidet.

Die Überlebensrate bei einem Herzstillstand beträgt im Tessin heute 14 %, beim Einsatz eines AED im Falle von Herzkammerflimmern ist sie sogar auf 55 % gestiegen. Hierbei handelt es sich um ein bemerkenswertes Resultat, mit dem der Kanton Tessin auch im internationalen Vergleich eine Spitzenposition einnimmt. Dies wurde ermöglicht durch die gezielte Sensibilisierung der Bevölkerung und eine grosse, grenzübergreifende Solidarität in den Gemeinden.

«Entsprechend sind die Samariter für uns sehr wichtig», sagt Direktor Benvenuti. «Sie sind in den Gemeinden präsent, und ihre Tätigkeiten bei der Ausbildung und Sensibilisierung der Bevölkerung können nicht genug geschätzt werden. Genau genommen gibt es im Tessin – anders als in anderen Kantonen – keine Ausbildungspflicht in diesem Bereich; um also den Menschen Erste Hilfe und das heikle Thema der Reanimation bei einem Herzstillstand näherzubringen, braucht es einen neuen kulturellen Zugang und ein Umdenken, um Tabus zu überwinden und Hemmschwellen abzubauen.» Die Samaritervereine würden noch eine weitere wichtige Rolle spielen, fährt Benvenuti fort. «Sie motivieren interessierte Personen, die im Verein eine Ausbildung abgeschlossen haben, zum weiterführenden Engagement bei den First Respondern.» Tatsächlich hat Ticino Cuore festgestellt, dass nach jedem Kurs die Anmeldungen für neue First Responder zunehmen.

Mehr Informationen zur Stiftung finden Sie auf Italienisch und Englisch unter: [www.ticinocuore.ch](http://www.ticinocuore.ch).

# Die ersten zehn Minuten

**Bei einem Notfall zählt jede Sekunde. Bis zum Eintreffen der Rettungskräfte liegt es an den jeweiligen Ersthelferinnen und Ersthelfern, lebensrettende und gesundheitserhaltende Massnahmen zu ergreifen. Schnelles und entschlossenes Handeln kann in solchen Fällen über Leben und Tod entscheiden.**

**TEXT: Christoph Zehnder**

Ein Verkehrsunfall, ein Herzinfarkt oder ein Arbeitsunfall – passieren kann es jederzeit und überall. Ersthelferinnen und Ersthelfer sind in solchen Situationen besonders gefordert, denn die ersten Minuten sind oft entscheidend für den Erfolg einer Rettung. Dem ersten Glied in der Rettungskette kommt darum eine besondere Bedeutung zu. In einem Notfall bedeutet das: schnell und entschlossen handeln. Aber nicht unüberlegt. Es gilt, die Ruhe und den Überblick zu bewahren. Zehn Sekunden in strukturiertes Denken investiert, ermöglicht klares Handeln in den nächsten zehn Minuten.

Erst wenn die eigene Sicherheit gewährleistet ist und die Rettungskräfte alarmiert sind, gilt die ganze Aufmerksamkeit der Person in Not. Anhand von drei Szenarien werfen wir einen Blick auf drei klassische Elemente in der Ersten Hilfe: Bergen, Blutung stillen und Reanimieren.

## **Szenario 1: Bergung aus dem Fahrzeug**

Ein Autofahrer sitzt nach einem Unfall bewusstlos im Fahrzeug und atmet nicht mehr. Um Erste Hilfe leisten zu können, muss die Person aus dem Wagen befreit werden. Auch während der Bergung hat die eigene Sicherheit höchste Priorität. Darum sollte die Handbremse angezogen und gegebenenfalls der Motor abgestellt werden. Wurde der Airbag im Fahrzeug beim Aufprall nicht ausgelöst, muss zu-

dem auf genügend Abstand zu dessen Wirkungsbereich geachtet werden. Denn eine defekte Sprengkapsel kann auch nach einem Unfall noch zünden und die helfende Person ernsthaft verletzen.

Für die Bergung muss der Sicherheitsgurt des Verunfallten gelöst werden, sein Bein dürfen nicht eingeklemmt sein. Das Herausziehen aus dem Fahrzeug gelingt am besten mit dem Bergegriff: Dabei wird



Bergung mit dem Rettungsgriff. Der Oberschenkel des Helfers dient zum Abstützen des Verunfallten. (Foto: Sonja Wenger)

die Person mit beiden Händen von hinten am quer über der Brust liegenden Unterarm umfasst – und zwar mit dem «Affengriff», sodass die Daumen über dem Unterarm liegen. Nun kann der Verletzte aus dem Wagen gezogen werden. Der eigene Oberschenkel dient dabei als Stützfläche. So können auch Personen bewegt werden, die deutlich schwerer sind als der Helfende. Eine Bergung ist übrigens nur angezeigt, wenn sich die in Not geratene Person in unmittelbarer Gefahr befindet, sei dies durch eine Verletzung wie im geschilderten Fall oder durch äussere Risikofaktoren wie etwa Feuer, Wasser oder Elektrizität. Wenn keine weitere Gefahr besteht und die Person ansprechbar ist, sollte sie nicht bewegt werden, um das Risiko weiterer Verletzungen zu minimieren.

## Szenario 2: den Herzkreislauf in Gang halten

Ein Bekannter klagt über Schmerzen in der Brust und sackt plötzlich zusammen. Atmung und Herzschlag setzen aus, die Person verliert das Bewusstsein. Alle Zeichen deuten auf einen Herzinfarkt hin. Auch hier gilt wieder: Ruhe bewahren, alarmieren – aber schnell und entschlossen handeln. Denn bei einem Herzkreislaufstillstand sinken die Überlebenschancen ohne sofort eingeleitete Rettungsmassnahmen rapide ab, hingegen steigt die Gefahr von bleibenden Schäden. Pumpt das Herz kein Blut mehr durch den Körper, erhalten Hirn und andere Organe keinen Sauerstoff mehr und versagen. Mit jeder Minute, die vergeht, sinkt die Überlebenschance um rund 10 Prozent.

Umso wichtiger ist es, umgehend eine Herzdruckmassage vorzunehmen. Dazu muss die zu reanimierende Person in Rückenlage auf einer harten Unterlage liegen, und ihr Oberkörper sollte frei sein. Mit übereinandergelegten Handballen wird nun das Brustbein in kurzen und kräftigen Stössen heruntergedrückt. Die Eindringtiefe bei Erwach-



Die Herzdruckmassage sollte sofort und möglichst ohne Unterbrechung vorgenommen werden. (Foto: Shutterstock)

senen misst fünf bis sechs Zentimeter. Wichtig ist es, den Brustkorb nach jedem Stoss wieder vollständig zu entlasten.

Traditionell folgen nach 30 Kompressionen jeweils zwei Beatmungseinheiten. Allerdings hat die Beatmung in den vergangenen Jahren an Bedeutung verloren. Entscheidender ist eine Herzdruckmassage möglichst ohne Unterbruch mit 100 bis 120 Kompressionen pro Minute.

Für den Helfenden kann dies auf Dauer sehr anstrengend werden. Die richtige Körperhaltung erleichtert die Kompression. Mit den Schultern über dem Druckpunkt und durchgestreckten Armen wird das eigene Körpergewicht eingesetzt. Als Drehpunkt dient das Hüftgelenk. Bei einer richtig durchgeführten Herzdruckmassage kann beim Patient übrigens schon mal eine Rippe brechen. Für eine erfolgreiche Reanimierung ist dies allerdings ein bescheidener Preis.

Im Idealfall steht dem Ersthelfer bei einem Herznotfall ein automatisierter externer Defibrillator (AED) zur Verfügung. Diese Geräte sind auch für die Anwendung durch medizinische Laien gedacht. Man findet sie mittlerweile häufig im öffentlichen Bereich, und auch immer mehr Arbeitsplätze sind damit ausgestattet.

Es gibt eine Vielzahl unterschiedlicher AED. In ihrer Funktion sind sie jedoch alle gleich und in

●  
**«Zehn Sekunden in  
 strukturiertes Denken  
 investiert, ermöglicht klares  
 Handeln in den nächsten  
 zehn Minuten.»**  
 ●

der Regel einfach zu handhaben (siehe «Samariter» Nr. 5/2017). Nach dem Einschalten des Gerätes folgt man den Anweisungen. Die beiden Elektroden werden rechts unterhalb des Schlüsselbeins und links seitlich am Brustkorb angebracht. Die Haut sollte sauber und trocken sein. Der verantwortliche Helfer gibt vor dem Auslösen des Schocks eine Warnung aus. Dadurch wird sichergestellt, dass während der Entladung kein Körperkontakt zum Patienten besteht.

Durch die Stromabgabe des Defibrillators werden alle Herzmuskelzellen gleichzeitig entladen, um anschliessend wieder synchronisiert einen gleichmässigen Herzschlag zu bewirken. Je früher ein flimmerndes Herz defibriert wird, desto grösser sind die Erfolgschancen.

Der AED ist so konstruiert, dass er automatisch bestimmt, ob der Herzrhythmus mit Strom beeinflussbar ist oder nicht. Die Stromabgabe muss aber vom Ersthelfer oder der Ersthelferin aktiv ausgelöst werden.

Der Defibrillator ist allerdings kein Ersatz für die Herzdruckmassage, wie fälschlicherweise oft angenommen wird. Der Einsatz eines AED ist nur dann sinnvoll, wenn gleichzeitig und möglichst ohne Unterbruch eine Herzdruckmassage durchgeführt wird.

### Szenario 3: Blutung stoppen

Ein Arbeitskollege hat sich durch einen scharfen Gegenstand am Bein verletzt. Die Wunde blutet stark und gleichmässig. Es handelt sich um eine venöse Blutung. Bei einer arteriellen Verletzung wäre die Blutung pulsierend oder sogar spritzend.

In diesem Fall wäre besondere Eile geboten. Da bei einer starken Blutung oft der Blutdruck abfällt, kann es zu einem Kreislaufkollaps

kommen. Die verletzte Person sollte sich darum hinlegen, um weitere Verletzungen zu vermeiden. Der betroffene Körperteil sollte dabei hoch – das heisst oberhalb des Herzens – gelagert werden, um den Blutzufluss zu minimieren.

Mit einer Wundauflage (zum Beispiel einer Kompresse) wird direkter Druck auf die blutende Stelle ausgeübt. Ein steriler Wundverband fixiert den Druckpunkt. Ein zusätzliches Druckpolster über der Wundauflage sorgt für Stabilität. Bei einer nicht stillbaren (länger als fünf Minuten) oder einer pulsierenden Blutung sollte die Sanität 144 alarmiert werden. Grundsätzlich sollte jede Blutung, die nicht durch ein Pflaster gestoppt werden kann, von einem Arzt begutachtet werden.

Blutungen sind nicht immer auf den ersten Blick als solche zu erkennen. Nach einer Prellung etwa tritt das Blut nicht an die Oberfläche, da die Haut nicht verletzt wurde. Stattdessen sammelt es sich im darunter liegenden Gewebe. Nach harmlosen Blessuren baut es sich in der Regel allmählich wieder ab. Je nach Phase dieses Prozesses ist es als rötliche, bläuliche, violette oder grünlich gelbe Verfärbung zu sehen. Besteht hingegen ein Verdacht auf innere Blutungen, muss unbedingt ein Arzt beigezogen werden.

#### Quelle:

«Erste Hilfe leisten – sicher handeln», Careum Verlag, 2. Auflage

«Der Defibrillator ist kein Ersatz für die Herzdruckmassage.»



Blutung stoppen nach einem Arbeitsunfall. (Foto: Sonja Wenger)



## Samariterinnen und Samariter aus Berufung



Danke für Ihre Spende  
und Unterstützung.



Mit Ihrer Unterstützung stellen Sie sicher, dass Ihr lokaler Samariterverein weiterhin einen wichtigen Beitrag für unsere Gesellschaft leisten kann: wie etwa Kurse in Erster Hilfe, Sanitäts- und Betreuungsdienste, Blutspendeaktionen, Altkleidersammlungen oder Ersteinsätze bei Katastrophenfällen.  
[samariter.ch](http://samariter.ch)

**S+** **samariter**

# WER ÜBT, IMPROVISIERT BESSER

In der Erste-Hilfe-Ausbildung stehen strukturierte Prozessabläufe klar im Vordergrund. Und doch gibt es viele Situationen, in denen man spontan handeln muss. Ein Plädoyer für die Improvisation.

**TEXT: Sonja Wenger**

Es ist ein Dilemma. In Erste-Hilfe-Kursen und zahlreichen Vereinsübungen lernen Samariterinnen und Samariter detailliert, was im Notfall in welcher Reihenfolge zu tun ist, wie sie sich selbst und andere schützen, wie sie ihr Material nutzbringend einsetzen können – und dann passiert etwas, und doch ist alles anders.

Es liegt in der Natur der Sache, dass ein Notfall in der Regel dann passiert, wenn man ihn nicht erwartet und man deshalb möglicherweise auch keine Ausrüstung mit sich trägt. In einem solchen Fall hilft nur Improvisation. Laut dem Online-Lexikon Wikipedia bedeutet Improvisation, etwas «ohne Vorbereitung dar- oder herzustellen». Weiter führt Wikipedia aus: «Im allgemeinen Sprachgebrauch versteht man unter Improvisation auch den spontanen praktischen Gebrauch von Kreativität zur Lösung auftretender Probleme».

## Extremform der Triage

Anders als in der Musik oder auf einer Theaterbühne ist Improvisation in einer Notfallsituation aber kein Experiment, sondern eine Notwendigkeit. Vieles steht dabei auf dem Spiel, denn die Ersthelfenden sind mit der wohl intensivsten Form der Triage konfrontiert: Entweder, man improvisiert und handelt eventuell nicht regelkonform, oder man muss im schlimmsten Fall den Verlust eines Lebens in Kauf nehmen.

Improvisation hat viele Formen, und meistens geht es darum, Gegenstände anders einzusetzen als es ihr eigentlicher Zweck vorsieht. Die «schönsten» Beispiele hierfür finden sich in der Blutstillung, bei der auch Mal Socken, ein Stein oder ein Stück Holz verwendet werden können, um punktuell Druck auf eine Wunde auszuüben. Kleidungsstücke dienen aber auch dazu, eine Tragbahre herzustellen oder ein gebrochenes Bein zu fixieren. Und wenn gar nichts anderes vorhanden ist, lässt sich eine verbrannte Hautstelle auch mit feuchtem Moos kühlen.



Geht eigentlich gar nicht. Und funktioniert doch bestens. (Foto: Shutterstock)

## Spontanität will gelernt sein

Eines der häufigsten Missverständnisse im Zusammenhang mit Improvisation ist der Glaube, sie funktioniere ohne Strukturen, folge keinen Regeln, könne sich nicht einschränken und werde eingesetzt, ohne dass sich jemand im Vorfeld Gedanken zum Thema gemacht habe.

Tatsächlich ist das Gegenteil der Fall. Improvisation wird erst dann möglich, wenn die Person, die improvisiert, über ein fundiertes Wissen des jeweiligen Themenbereichs verfügt und wenn sie viel Erfahrung in der Ausübung der entsprechenden Tätigkeit hat. Je spontaner also eine gelungene Improvisation nach aussen scheint, desto sicherer ist, dass die ausführende Person in der Materie sehr sattefest ist respektive im Bereich der Ersten Hilfe auf ein profundes Wissen in der Anwendung strukturierter Handlungsabläufe zurückgreifen kann. Nicht umsonst heisst es «Übung macht den Meister».

## Quellen

- [www.criticalimprov.com](http://www.criticalimprov.com)
- Wikipedia

# Erste Hilfe

Für grosse und kleine Abenteurer

## Blood Stop

Blutstillende  
Watte



## Compress M.I.C.

Nicht  
wundverklebend



## Finger Plast

Spezialpflaster  
für Finger



## Sensitive Plast

Pflaster für  
empfindliche Haut



## Nova Quick

Selbsthaftende  
elastische Binde



## Nova Cool

Kühl-  
bandage



Lohmann & Rauscher

[www.flawa-medical.ch](http://www.flawa-medical.ch)

Erhältlich unter [shop.samariter.ch](http://shop.samariter.ch)



# Helfende im Notfall – Arbeiten mit Algorithmen

Akute oder gar lebensbedrohliche Notfallsituationen sind auch nach jahrelanger Tätigkeit in einem Samariterverein für viele Ersthelferinnen und Ersthelfer selten erlebte und damit naturgemäss stressbehaftete Ausnahmeereignisse. Wenn ein Mitmensch plötzlich kaum noch Luft bekommt, zu krampfen beginnt oder einen Herzstillstand erleidet, gilt es aber, unter allen Umständen Ruhe zu bewahren und das Gelernte zielgerichtet anzuwenden.

Um das Handeln in einer Notfallsituation vorzuplanen und zu strukturieren, sind heute sogenannte Algorithmen aus der Arbeit professioneller Rettungsdienste nicht mehr wegzudenken. Mit diesen Algorithmen kann die Patientenversorgung in einem Einsatzbereich wie dem Rettungsdienst, bei der Feuerwehr, in einem Samariterverein wie auch in einer Vielzahl von Betrieben homogenisiert, also vereinheitlicht und in einem präzisen Ablauf festgehalten werden.

---

## SMEDRIX BASIC

---

Die Ersthelferversion «SMEDRIX basic» wurde inhaltlich so auf die Profiversion abgestimmt, dass eine widerspruchsfreie Versorgung vom Einsatzort bis ins Spital ermöglicht wird, da die beiden Versionen kompatibel sind.

### SMEDRIX umfasst folgende Algorithmen:

- AB1 Atemnot/Atemwegsverlegung
- AB2 Allergische Reaktion
- C1 Kreislaufstillstand
- C2 Akuter Brustschmerz
- C3 Starke Blutung
- D1 Bewusstseinsstörung, Krampfanfall, Schlaganfall
- D2 Wirbelsäulen- und Rückenmarktrauma
- E1 Extremitätentrauma
- E2 Verbrennung/Verätzung

### Sowie folgende Checklisten:

- Mindeststandards für praktisches Arbeiten
- CRM-Merksätze
- Übergabe an Rettungsdienst
- Glossar

### Bewährtes adaptiert

Was sich im Rettungsdienst bewährt hat, kann nun auch die Arbeit von organisierten Ersthelferinnen und Ersthelfern unterstützen, seien es Betriebsanleiterinnen und Betriebsanleiter, First Responder oder Samariterinnen und Samariter, die Sanitätsdienste leisten. Bereits heute wird in diesen Einsatzbereichen vereinzelt mit Algorithmen gearbeitet, etwa mit dem «BLS-AED-SRC-Algorithmus» im Reanimationsunterricht oder mit dem «Primary» oder «Secondary Survey» in der Ersthelferstufe 3 IVR.

Vorwissen ist also vorhanden. Neu können viele Algorithmen in einer praktischen App abgerufen werden. Diese basiert auf der Algorithmensammlung «SMEDRIX advanced», die bereits im Sommer 2016 vom Interverband für Rettungswesen (IVR) für Professionals in der Version 3.0 lanciert wurde. Seit Ende 2017 ist sie als App für die Betriebssysteme von Apple und Android erhältlich, aktuell in den Sprachversionen Deutsch und Französisch. Englisch und (später) Italienisch folgen. Seit dem Frühjahr 2018 ist unter dem Namen «SMEDRIX

•  
 «SMEDRIX 3.0» geht nicht von Krankheitsbildern, sondern von Leitsymptomen aus.»  
 •

3.0 basic» nun auch eine Ausgabe für institutionalisierte Ersthelferinnen und Ersthelfer verfügbar, sowohl als App wie als gedruckte Version, die man über den IVR beziehen kann.

### App mit zeitgemässer Technologie

Mitte der 1990er-Jahre haben Schweizer Rettungsdienste damit begonnen, zunehmend mit Algorithmen zu arbeiten. Heute gehört dieses Arbeitsinstrument zur unverzichtbaren Ausrüstung, zumal der IVR in seinen Anerkennungsrichtlinien für Rettungsdienste die Umsetzung von Einsatzalgorithmen als ein Muss beschrieben hat. Wäh-

rend «SMEDRIX 3.0 advanced» zunächst mit 24 Algorithmen sowie 6 Tabellen und Checklisten als Taschenbuch vorlag, ergab sich aus Anwendersicht ein steigendes Bedürfnis nach einer Smartphone-Applikation. Da heute die Verfügbarkeit entsprechender Geräte nahezu flächendeckend ist und es viele nützliche Apps für rettungsdienstlich notfallmedizinische Zwecke gibt, bedurfte es auch für SMEDRIX einer zeitgemässen Technologie.

Bei der zur Verfügung stehenden Version der App ist der grafische Aufbau übersichtlich und die Handhabung intuitiv. Neben der Möglichkeit, die Algorithmen schrittweise durchzugehen, stehen auch Übersichten zur Verfügung. Einige Felder sind mit spezifischen Zusatzinfos hinterlegt. Funktionalität und Leistungsangebot werden zudem sukzessive ausgebaut.

### Ausgehend von Leitsymptomen

Beiden Versionen von «SMEDRIX 3.0» – die «basic» wie auch die «advanced» – gehen nicht von Krankheitsbildern, sondern von Leitsymptomen aus. So kann sichergestellt werden, dass die Hel-



**Beachte:**

- An betroffener Extremität Rötze etc. entfernen
- Keine Repositionsversuche bei Fehlstellung
- Amputat (trocken, gekühlt und in geeignetem Transportmaterial) beim Patienten lassen

Algorithmen helfen, den Ablauf einer Notfallversorgung für alle Beteiligten gleich zu gestalten. (Bild: IVR)

fenden dem tatsächlichen Ablauf einer Notfallversorgung gerecht werden, da sich die präzise Situation – wenn überhaupt – erst im Verlauf der Versorgung zeigt.

Grundsätzlich setzt die Arbeit mit dieser App voraus, dass die betreffende Person die beschriebene Informationssammlung kennt und die erforderlichen Handlungen beherrscht. Das Anwendungsniveau erfordert deshalb mindestens eine Ausbildung auf der Stufe 2 IVR.

### Autoren

- Helge Regener, Geschäftsführer Schweizer Institut für Rettungsmedizin (SIRMED), Nottwil, und Projektleiter der AG SMEDRIX des Interverbandes für Rettungswesen
- Christoph Meier, Leiter Erste Hilfe und Lehrmittel Schweizerischer Samariterbund

### Bezugsquellen

- Die Printversion kann über den IVR bezogen werden ([www.ivr-ias.ch](http://www.ivr-ias.ch)).
- Die App ist im Appstore bzw. Android Market verfügbar.

Ein Algorithmus ist eine eindeutige Handlungs-vorschrift zur Lösung eines Problems oder einer Klasse von Problemen. (Bild: IVR)

# Die Zeit des Wundermittels ist vorbei

**Weltweit nehmen Erkrankungen mit antibiotikaresistenten Bakterien zu. Die Weltgesundheitsorganisation publiziert dazu seit Jahren beunruhigende Hochrechnungen. Dennoch gibt es vieles, was man im Alltag tun kann, um die Entstehung von Resistenzen zu bekämpfen.**

**TEXT: Sonja Wenger**

Stellen Sie sich vor, ein Kind leidet an einer Harnwegsinfektion. Im Spital stellt man fest, dass es sich beim Erreger dieser an sich unproblematischen Erkrankung jedoch um ein multiresistentes Bakterium handelt, gegen das kein derzeit bekanntes Antibiotika mehr wirkt. Ob das Kind überlebt, hängt nun nur noch davon ab, ob sein Immunsystem selbst die Infektion zu bekämpfen vermag – oder ob rechtzeitig eine alternative Behandlungsförm gefunden werden kann.

Eine Horrorvision nicht nur für Eltern. Die weltweite Zunahme von Krankheiten mit antibiotikaresistenten Bakterien stellt alle Menschen vor Herausforderungen, die den meisten noch gar nicht bewusst sind. So könnten viele Eingriffe, die heute als Routine gelten wie eine Blinddarmoperation plötzlich wieder zu einem grossen Risiko werden. Und nicht nur Organtransplantationen wären massiv erschwert.

## Unentbehrliches Arzneimittel

Die Herausforderungen, denen sich die Bevölkerung gegenüberstellt, beginnen laut Dr. Isabel Hunger-Glaser, Geschäftsführerin der Eidgenössischen Fachkommission für Biologische Sicherheit (EFBS), schon beim Verständnis darüber, was der Unterschied zwischen einem Bakterium und einem Virus ist. Viren sind infektiöse Partikel, die über ein Programm zur Vermehrung und Ausbreitung verfügen, von der Wissenschaft in der Regel aber nicht als Lebewesen betrachtet werden. Bakterien sind hingegen mikroskopisch kleine, meist einzellige Organismen. Sie vermehren sich durch Zellteilung

und sind enorm anpassungsfähig. Viele kennen den Unterschied nicht, sagt Hunger-Glaser im Interview mit dem «Samariter». Und selbst Profis verlangen bei einer Erkältung vom Arzt oft ein Antibiotikum – dies obwohl eine Erkältung in neun von zehn Fällen durch Viren verursacht wird.

Antibiotika sind aus Pilzen oder Bakterien hergestellte Stoffwechselprodukte, die das Wachstum anderer Mikroorganismen hemmen oder diese abtöten. Sie haben nach der Entwicklung des Penicillins in den 1930er-Jahren weltweite Verbreitung gefunden. Heute sind sie unentbehrliche Arzneimittel bei der Bekämpfung bakterieller Infektionen, die allerdings bei einer Infektion durch Viren keine Wirkung haben. «Dennoch sehen viele Menschen Antibiotika als Wundermittel gegen alles», sagt Hunger-Glaser. «Werden sie jedoch für alles verschrieben, werden die Bakterien zunehmend resistent gegen die Arzneimittel.»

Dr. Isabel Hunger-Glaser,  
Geschäftsführerin der  
Eidgenössischen Fachkommission für Biologische  
Sicherheit (EFBS)



In der Folge gibt es auch in unserem Land immer mehr Erkrankungen mit antibiotikaresistenten Bakterien. Jährlich sterben deshalb um die 200 Personen, Tendenz zunehmend. Diese Entwicklung werde noch verstärkt, wenn sich Menschen aufgrund ihrer Reisen oder durch den Trend von Operationen im Ausland mit resistenten Bakterien infizieren. «Es ist deshalb wichtig, dass man seinen Arzt über eine Auslandsreise informiert, sollte man nach der Rückkehr plötzlich krank werden.»

### Mit Prävention gegen Resistenzen

Vor über fünf Jahren kam die Weltgesundheitsorganisation (WHO) zum Schluss, dass bei der weltweiten Bekämpfung von Antibiotikaresistenzen rasches und koordiniertes Handeln angesagt sei. Seither machen immer wieder Berichte die Runde, in denen von beinahe apokalyptischen Szenarien die Rede ist, von schätzungsweise 50 Millionen Todesfällen bis ins Jahr 2050 und volkswirtschaftlichen Kosten von 100 Billionen Franken.

Auch die EFBS bezeichnete 2014 die «Verbreitung von Antibiotikaresistenzen als die derzeit grösste biologische Bedrohung für die Gesundheit der Bevölkerung in der Schweiz». Dennoch sei Panik nicht angebracht, sagt Isabel Hunger-Glaser. Sie kennt die Szenarien der WHO. «Sie sind beängstigend. Allerdings handelt es sich hier um extreme Hochrechnungen.» Im Alltag könne jede Person etwas tun, um aktiv Resistenzbildungen zu bekämpfen. Wichtige Stichworte hier sind Hygiene und Krankheitsprävention. «Wer in seinem Alltag auf eine vernünftige Hygiene achtet, trägt bereits viel dazu bei, Infektionen zu verhindern.» Dies gelte umso stärker für Menschen, die etwa im medizinischen oder pflegenden Bereich oder in der Ersten Hilfe tätig seien.



So viel, wie es braucht, doch so wenig wie möglich.

Information und Sensibilisierung der Bevölkerung sind denn auch wichtiger Teil der Tätigkeit der EFBS. Eine Aufgabe, bei der es allerdings Hürden zu überwinden gilt. «Wir müssen zum einen verhindern, dass die Thematik von der Bevölkerung als eine reine Expertendiskussion wahrgenommen wird», sagt Hunger-Glaser, denn treffen könne es jede und jeden von uns. Zum anderen gebe es durchaus Widerstand gegen eine stärkere gesetzliche Kontrolle oder gegen das Erfassen von Daten in der Humanmedizin dazu, wie viel Antibiotika tatsächlich abgegeben werden.

### Verwendung einschränken

«Heute gibt es in der Schweiz praktisch keine Einschränkungen für das Verschreiben von Antibiotika. Diese Freiheit wollen sich viele Ärzte verständlicherweise nicht nehmen lassen.» Ein Blick auf die nordeuropäischen Staaten zeige jedoch, dass eine gesetzliche Einschränkung der Antibiotikaverschreibung die Entwicklung von Resistenzen eindämmen könne, sagt Hunger-Glaser. Zudem hätten Studien gezeigt, dass Resistenzen auch wieder zurückgehen könnten, wenn zeitweise auf den Einsatz eines Antibiotikums verzichtet werde. Und nicht zuletzt gebe es verschiedene Ansätze und Forschungsprojekte, die nach Alternativen zum Einsatz von Antibiotika forschen würden.

Entsprechend ist Isabel Hunger-Glaser vorsichtig optimistisch. Noch gebe es in der Schweiz eher wenig multiresistente Bakterien, und noch gebe es ausreichend Reserveantibiotika. «Aber wir dürfen keine Zeit mehr verlieren.» Wenn die Resistenzen zunähmen, werde eine Behandlung immer aufwendiger. Man bleibe länger im Spital und leide an den teilweise starken Nebenwirkungen der Reserveantibiotika, und nicht zuletzt würden dadurch die Gesundheitskosten steigen. «Die Zeit der Wunderheilmittel Antibiotika ist definitiv vorbei.»

---

## ANTIBIOTIKA AWARENESS WOCHE 2018

---

Vom 12. bis 18. November 2018 findet in der Schweiz zum zweiten Mal die sogenannte Antibiotika Awareness Woche statt, in der die breite Bevölkerung über die Gefahren von Antibiotikaresistenzen und über die Möglichkeiten, sie zu bekämpfen, informiert wird.

Details finden Sie unter <http://www.efbs.admin.ch>.



## DRAUSSEN UNTERWEGS

# Samariter Outdoor-Apotheke

39-teilig, mit ausklappbaren Fächern, mit praktischen Schlaufen zum Anbringen am Rucksack oder Gürtel

Sie enthält unter anderem:

- Samariter-Zeckenkarte
- Kühlbinde
- Körperwärmer
- Rettungsdecke
- Schere und Pinzette
- Sicherheitsnadeln
- Diverse Pflaster und Verbandsmaterialien

Grösse 28 x 15 x 9 cm

Art. 3350

**CHF 79.- inkl. MwSt.**

Aktion gültig bis 31.12.2018

## RABATT

# Sam Splint Universal-Schiene

- Besonders vielseitige Universal-Fixationsschiene
- Gewicht nur 130 g
- Deshalb besonders geeignet für die Erste Hilfe
- Die Sam Splint-Schiene ist bedingt wiederverwendbar

Grösse 11 x 91 cm

Art. 3229

~~CHF 24.90~~ **CHF 20.- inkl. MwSt.**

Aktion gültig bis 31.12.2018



# SAM SPLINT – DIE FLEXIBLE SCHIENE FÜR HÖCHSTE ANSPRÜCHE

**TEXT: Tinovamed**

**FOTO: SAM Medical**

Die Original-SAM-Splint ist international im Notfall- und Rettungswesen, im Militär, im Sport und sogar ausserhalb der Erde in den NASA-Spaceshuttles unverzichtbar. Die Erfolgsgeschichte der SAM Splint basiert auf einem alten Prinzip: Krümmungen machen stabil!

Herkömmliche Schienen erreichen die Stabilität vor allem auf der Basis eines robusten Materials: Metall, Holz, Gips usw. Leider heisst robust meist auch schwer, sperrig, unhandlich und schlecht formbar für die jeweiligen Anforderungen. Anders die

SAM Splint: Diese Schiene ist hergestellt aus einem dünnen Aluminiumkern, umgeben von einem speziellen engmaschigen Hightech-Schaumstoff. Sofort nach dem erstmaligen Ausrollen ist die Schiene extrem flexibel, ohne die Stabilität zu verlieren. In allen drei Dimensionen wird die Schiene extrem stabil und kann beinahe sämtliche Knochenbrüche inklusive Nacken stabilisieren.

Der Erfolg der Original-SAM-Splint liegt also zum einen in ihrer leicht formbaren und weichen Konstruktion, die sich auch

einfach mit einer Haushaltsschere zurechtschneiden lässt. Zum anderen wird durch die einfache korrekte Anwendung eine hohe Immobilisation erreicht, die es erlaubt, die SAM Splint in vielen möglichen und unmöglichen Situationen hilfreich einzusetzen. Es verwundert deshalb nicht, dass die SAM Splint weltweit im Notfall eingesetzt wird.

**Jetzt erhältlich im Samaritershop.**



Muss die Schiene über eine längere Zeit (mehrere Stunden) angewendet werden, sollte ein absorbierendes Material (z.B. Baumwoll-Watte, Gaze-Pads etc.) zwischen SAM Splint und Haut platziert werden um Hautirritationen oder Geruch zu verringern. Ebenfalls um unangenehme Druckpunkte bei längerem Lagern zu vermeiden, sollten die gefährdeten Stellen mit weichen Gaze-Pads ausgelegt werden. Die Soft Shell™ Splint ist beim längeren Tragen einer Schiene eine gute Alternative.

Beim Zuschneiden der Schiene sollten gezackte Scheren vermieden werden, damit keine «scharfen» Ecken entstehen. Nach dem Zuschneiden sollten die neuen Enden gefaltet oder mit Tapematerial verbunden werden, um kleinere Verletzungen an den evtl. scharfen Kanten zu vermeiden. Die SAM Splint ist nicht-steril! Zur Wiederverwendung vorher sorgfältig waschen und mit Desinfektionsmittel reinigen.



Die SAM Splint ist in der Ersten Hilfe vielseitig einsetzbar.

# Homöopathie im Samariter- alltag – Tageskurse für Kursleiterinnen und Kursleiter

Inzwischen ist die Partnerschaft zwischen dem Schweizerischen Samariterbund und Similasan AG auch an die Öffentlichkeit gedrungen. Drei Tagesseminare für leitende Samariterinnen und Samariter sind bereits über die Bühne gegangen, zweimal in der Firma Similasan in Jonen, einmal im Hotel Olten in Olten. Am ersten Tag hat uns unser Caterer leider um eine gute Stunde mit dem Mittagessen versetzt. Dank der hohen Flexibilität und den wohlwollenden Teilnehmerinnen und Teilnehmern (herzlichen Dank!) konnten wir dann doch gut genährt in den Nachmittag starten. Ebenso war der vorgesehene «Unterrichtsstoff» zum Start noch etwas zu umfangreich, aber mit entsprechenden Anpassungen auf die Wünsche und Bedürfnisse der Anwesenden und unter Einbezug der Teilnehmerfeedbacks hat ab Tag zwei dann alles geklappt, sodass beide beteiligten Seiten ihren Nutzen aus dem Tagesseminar ziehen konnten.

Was sich in verschiedenen Bereichen des Alltags zeigt: Immer mehr Leute wünschen sich komplementäre Lösungen für ihre Beschwerden. So auch bei Verletzungen. Nicht immer ist es möglich, nur

mit Homöopathie zu arbeiten, aber in vielen Fällen kann zumindest mit homöopathischen Lösungen unterstützt werden. Im Seminar lernen Sie die Grundzüge der Homöopathie kennen sowie auch wichtige Faktoren, die es zu berücksichtigen gilt, wenn homöopathisch therapiert werden soll. Ausserdem erfahren Sie etwas über die Herstellung homöopathischer Arzneimittel. Im Fokus steht aber nicht, aus Ihnen Homöopathinnen und Ho-

möopathen zu machen – was für einen einzigen Kurstag selbstverständlich etwas hochgegriffen wäre –, sondern wir möchten Ihnen aufzeigen, wie Sie

in akuten Fällen die homöopathischen Produkte einfach, aber gewinnbringend einsetzen können. Sie lernen verschiedene Möglichkeiten kennen, wie Sie Ihre Klientel zusätzlich zu Ihrem Dasein in Ihrer wichtigen Funktion als Samariterin/Samariter unterstützen können, sei es nun bei Verletzungen, bei Insektenstichen, bei Nervosität oder bei Durchfall.

Wichtig erscheinen mir persönlich auch der gegenseitige Austausch und das Einbringen der Erfahrungswerte der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

«Immer mehr Leute wünschen sich komplementäre Lösungen für ihre Beschwerden.»



Angeregte Diskussionen in der Pause.



Similasan-Sortiment vor historischem Hintergrund.

Davon können alle profitieren! Und es entstehen daraus immer wieder spannende Diskussionen.

Ebenfalls im Fokus stehen natürlich Ihre Fragen. Unklarheiten in Bezug auf die Homöopathie sollen nach Besuch des Tageskurses beseitigt sein. Aber auch, wenn später noch Fragen auftreten, stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne zur Verfügung.

Für das zweite Halbjahr 2018 stehen weitere solche Kurstage auf dem Programm. Mindestens dreimal haben Sie die Option, in Olten einen Kurs zu besuchen. Tagen werden wir wiederum im Hotel Olten, die Daten sind:

- Freitag, 31. August 2018
- Freitag, 16. November 2018
- Freitag, 14. Dezember 2018

Weitere Daten (samstags) sind ebenfalls geplant, inzwischen in Müllheim (TG), in Landquart, St. Moritz (2019), in der Romandie und auch im Tessin. Die entsprechenden Termine entnehmen Sie bitte Ihrer Plattform MyLearning. Dort können Sie sich auch direkt anmelden. Alle Einzelanmeldungen für konkrete Kurstage laufen über den Samariterbund. Die Kurskosten trägt Similasan. Sie erhalten nebst der Verpflegung auch schriftliche Kursunterlagen und das Buch «Homöopathie» von Carlo Odermatt und Armin Späni. Der Kurs dauert jeweils von 9 Uhr bis 16 Uhr.

Wenn Sie von Ihrem Verein aus einen solchen Tag anbieten möchten, können Sie gerne direkt mit uns Kontakt aufnehmen. Von Ihrer Seite gilt es, einen Seminarraum für 20–30 Personen zu organisieren und Möglichkeiten für die Mittagsverpflegung anzugeben. Ausserdem informieren Sie Ihre Kursleiterinnen und Kursleiter und motivieren diese zu einer Teilnahme. Alles Weitere erledigen dann wir, auch zusätzliche Kosten entstehen für Sie keine. Verpflegungskosten usw. werden von Similasan übernommen.

## Samaritervereine

Vermehrt tritt die Frage auf, wie denn der ganze Verein, also nicht nur die Kursleiterinnen und Kursleiter, von der Zusammenarbeit zwischen Samariterbund und Similasan profitieren können.

Auch dafür ist gesorgt: Gerne bieten wir an, in Ihrem Verein einen Erlebnisabend zu organisieren. Ziel ist es, die Zusammenarbeit zwischen Ihrem Verein, einem örtlichen Fachgeschäft (Apotheke oder Drogerie) und Similasan zu fördern. Jede Seite soll die Möglichkeit haben, sich an einem solchen Abend einzubringen.

Sie als Samariterverein können beispielsweise die Chance nutzen, ihre Tätigkeiten der Öffentlichkeit vorzustellen und allenfalls neue Mitglieder zu gewinnen. Vonseiten Similasan zeigen wir auf, welche homöopathischen Optionen in kleinen Notfällen zu Hilfe genommen werden können. Auch hier

haben wir bereits einen interessanten Erlebnisabend gemeinsam realisiert. Nochmals herzlichen Dank an dieser Stelle an den Samariterverein Beromünster! In Kirchberg (BE) ist für

Ende Oktober 2018 ein solcher Kurs vorgesehen, und weitere sind in Planung. Bitte wenden Sie sich direkt an uns für die Organisation eines Erlebnisabends, der dann für alle Interessierten offen ist.

Nun erwarten wir gespannt Ihre Anfragen und Anmeldungen! Ich freue mich, Sie persönlich kennenzulernen.

Herzlich,



FABIENNE GIGANDET  
Dipl. Homöopathin und  
Leiterin Ausbildung Similasan AG



Schulungssequenz bei Similasan AG, Jönen.

•  
«Gerne bieten wir an, in Ihrem  
Verein einen Erlebnisabend  
zu organisieren.»  
•

# GEMEINSAM FÜR MEHR WASSERSICHERHEIT

**Der Unfallversicherer Visana und die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG haben sich zusammengetan und setzen sich für eine Reduktion der Bade- und Ertrinkungsunfälle in der Schweiz ein.**

**TEXT: SLRG**

**FOTO: Shutterstock**

Jährlich ertrinken rund 45 Personen in Schweizer Gewässern. 90 Prozent der Unfälle geschehen in offenen Gewässern wie Flüssen oder Seen. Meist handelt es sich um Unfälle, die mit dem notwendigen Wissen über den korrekten Umgang mit Wasser vermieden werden könnten.

## Baderegeln als Herzstück

Die Schweizerische Lebensrettungs-Gesellschaft SLRG als Kompetenzzentrum für Wasserrettung und Wasserunfallprävention und Visana als Unfallversicherer haben ein vitales Interesse daran, einzugreifen, bevor ein Unglück passiert. Grundlage der Partnerschaft bilden die sechs lebensrettenden Baderegeln der SLRG.

Seit 2016 unterstützt Visana die SLRG dabei, die Baderegeln bekannter zu machen. So wurden in gemeinsamen Aktionen schweizweit rund 650 Baderegeltafeln an Flüssen und Seen oder in Badis aufgestellt.

## Gemeinsam Verantwortung tragen

Tatsächlich gehen die beiden Partner 2018 einen Schritt weiter. Eine gemeinsame Präventionskampagne mit Plakaten und der Website [www.ich-trage-verantwortung.ch](http://www.ich-trage-verantwortung.ch) im Zentrum hat zum Ziel, die Baderegeln in der Bevölkerung noch bekannter zu machen. Sie zeigt Familien, Bötclern und Badebegeisterten, wie sie möglichst viel Spass am Wasser haben und sich gleichzeitig wirkungsvoll vor Unfällen schützen. Der Fokus liegt dabei auf zwei Baderegeln, die insbesondere für Eltern mit kleinen Kindern sowie für Bötcler jeden Alters und Geschlechts wichtig sind:

- Kinder nur begleitet ans Wasser lassen – kleine Kinder in Griffnähe beaufsichtigen
- Nie alkoholisiert oder unter Drogen ins Wasser – nie mit vollem oder ganz leerem Magen schwimmen



Mit den wichtigsten Grundregeln lassen sich Badeunfälle vermeiden. Einer lautet: Nie alkoholisiert oder unter Drogen ins Wasser.

# SRK VEREINFACHT FÜHRUNGSSTRUKTUR

Die Rotkreuzversammlung des Schweizerischen Roten Kreuzes erweiterte am Samstag, 30. Juni 2018, in Schaffhausen den Rotkreuzrat (Vorstand) des SRK. Zu neuen Mitgliedern des Rotkreuzrates gewählt wurden Annalise Eggimann, Präsidentin des SRK Kanton Bern, alt Nationalrätin Barbara Schmid-Federer, Präsidentin des SRK Kanton Zürich, und Ursula Forrer, Präsidentin des Samariterverbandes St. Gallen/Fürstentum Liechtenstein.

Mit der neuen Zusammensetzung des Rotkreuzrates wird die Führungsstruktur des SRK vereinfacht und optimiert. Der Geschäftsführende Ausschuss als strategisches Führungsorgan der Rotkreuz-Kantonalverbände wurde per 1. Juli 2018 in den Rotkreuzrat integriert. Im Rotkreuzrat nimmt zudem ein weiteres Mitglied aus dem Kreis der Rotkreuz-Rettungsorganisationen Einsitz. Der

Rotkreuzrat wird so gemäss der im Vorjahr beschlossenen Statutenrevision von neun auf zwölf Mitglieder vergrössert.

Die Delegierten befassten sich am Freitag, 29. Juni 2018, mit der Frage, welchen Beitrag das SRK in einem Not- oder Katastrophenfall zum Schutz der Bevölkerung leisten kann. Aufgrund des besonderen Verhältnisses zwischen SRK und Staat unterstützen die Rotkreuzorganisationen in der Schweiz die Behörden auf kommunaler, kantonaler und nationaler Ebene bei der Bewältigung humanitärer Aufgaben. Das SRK will deshalb bereit sein, seine humanitäre Verantwortung vermehrt auch in einem Not- oder Katastrophenfall und in der Vorsorgeplanung wahrzunehmen.

**Quelle:**  
SRK

## ANZEIGE

### GEMACHT ZUM WANDERN: DIE NEUE WANDERKARTE FÜR DIE SCHWEIZ

Rechtzeitig auf die neue Wandersaison haben das Bundesamt für Landestopografie swisstopo und die Schweizer Wanderwege die ersten 16 Blätter der neuen offiziellen Wanderkarte der Schweiz veröffentlicht.

#### Auf Bedürfnisse der Nutzerinnen und Nutzer abgestimmt

Ausschlaggebend für die jetzt vorliegende Variante war eine beim Publikum durchgeführte Onlineumfrage. Die auf der Karte dargestellten Wanderwege sind nun je nach Schwierigkeitsgrad in den Farben Gelb, Rot oder Blau dargestellt, analog den im Gelände beschilderten drei Wegkategorien Wanderweg, Bergwanderweg und Alpinwanderweg.

#### Handlicher und informativer

Nebst der intuitiveren Darstellung erleichtern neu auch die beschrifteten öV-Haltestellen und Piktogramme zu Sehenswürdigkeiten oder abgelegenen Gasthöfen die Orientierung auf der Karte und im Gelände. Gekennzeichnet sind ebenso die nationalen und regionalen Wanderland-Routen von SchweizMobil. Mit einer Grösse von 11 x 22 cm ist die gefaltete Karte etwas schmaler und damit auch handlicher als das bisherige Format. Das strapazierfähige Papier ist wasser- und reissfest und gewährleistet eine lange Lebensdauer.



[www.swisstopo.ch/wandern](http://www.swisstopo.ch/wandern)

# Auf den Spuren der ersten Ersthelfer

**Zu allen Zeiten haben die Menschen nach Möglichkeiten gesucht, im Notfall schnelle medizinische Massnahmen zu ergreifen.**

**TEXT: Christoph Zehnder**

**FOTO: Wikimedia**

Schon unsere frühesten Vorfahren kannten wohl Methoden, um eine Wunde zu versorgen oder eine Blutung zu stillen. Das legen auch Beobachtungen von Naturvölkern nahe. Antike Hochkulturen hielten dieses Wissen erstmals schriftlich fest. Die alten Ägypter hatten nicht zuletzt durch die Tradition des Einbalsamierens vertiefte Kenntnis über den Umgang mit Verbandsmaterial. Aber auch Techniken zur Wiederbelebung kennt man seit dem Altertum. So wird im Alten Testament im 2. Buch der Könige erstmals eine Mund-zu-Mund-Beatmung beschrieben.

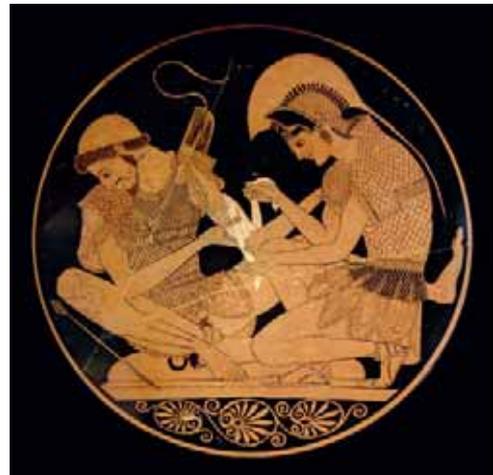
## Erstversorgung von Kriegsverwundeten

Die Geschichte der Ersten Hilfe ist vor allem militärisch geprägt. Heerführer machten sich zu allen Zeiten Gedanken über lebensrettende Sofortmassnahmen auf dem Schlachtfeld. Auf griechischen Keramiken sind Soldaten beim Anlegen eines Wundverbands zu sehen. In der römischen Legion kümmerte sich der Capsarius um kleinere Verletzungen und brachte die Verwundeten ins Lazarett. Oft führte er auch eine kleine Notfallapotheke mit sich.

Napoleons Leibarzt Dominique Jean Larrey brachte den Sanitätsdienst mit seinen «fliegenden Lazaretten» ab 1793 näher an die Soldaten und revolutionierte so die Erstversorgung der französischen Truppen. Nicht zuletzt waren es die schrecklichen Eindrücke aus der Schlacht von Solferino, die Henry Dunant veranlassten, 1863 das Rote Kreuz zu gründen.

## Zivilisten lernen Leben retten

Auch im zivilen Bereich gab es früh Bestrebungen, Bürgerinnen und Bürger für die medizinische Erstversorgung auszubilden. Der arabische Gelehrte Muhammad ibn al-Akfani verfasste im 14. Jahrhundert eines der ersten Bücher zum Thema. Sein Titel lautet übersetzt: «Zuflucht des Klugen bei Abwesenheit des Arztes».



Achilles bandagiert seinen Freund Patroklos nach einer Schlacht.

In London und Amsterdam wurden im 18. Jahrhundert Wasserrettungsorganisationen ins Leben gerufen, da es in Kanälen und Flüssen immer wieder zu tödlichen Unfällen kam. Der britische Arzt William Hawes propagierte die künstliche Beatmung (sowie das heute vergessene Tabakklistier) zur Wiederbelebung von Ertrinkungsopfern. Er bezahlte sogar eine Prämie für jeden Ertrunkenen, der aus der Themse gefischt wurde, egal ob dieser wiederbelebt werden konnte oder nicht.

Der britische Ritterorden Saint John gründete in den 1860er-Jahren den ersten Ambulanzdienst. Das inspirierte den deutschen Feldarzt Friedrich Esmarch – den Erfinder von Dreiecktuch, Eisbeutel und Tourniquet zum Abbinden schwerer Blutungen – zur Gründung des ersten deutschen Samaritervereins. Sein 1882 veröffentlichtes Buch «Die erste Hülfe bei plötzlichen Unglücksfällen – ein Leitfaden für Samariter-Schulen» wurde in Dutzende Sprachen übersetzt und fand nach der Gründung des Schweizerischen Samariterbundes 1888 auch bei der Ausbildung der Mitglieder Verwendung.



# Arnica

## Für alle Fälle

Praktisch ...

- für unterwegs
- auf Wanderungen
- beim Sport
- auch für Tiere geeignet
- einfache Dosierung mit Dosierhilfe



Omida AG, Küssnacht am Rigi



## Grundbotschaft

«Wir Samariterinnen und Samariter helfen den Opfern von Katastrophen und unterstützen in ausserordentlichen Lagen die Rettungsdienste und andere Einsatzkräfte. Wo viele Menschen zusammenkommen, sorgen wir für den Sanitätsdienst.»

Sämtliche Grundbotschaften finden Sie unter [www.samariter.ch](http://www.samariter.ch) > Downloads > Werbe- und PR-Texte > Grundbotschaften

### Badewannentüren VARIODOOR

Einbau in jede bestehende Badewanne  
3 Verschiedene Modelle



Mit der neuen Badewannentüre von Magicbad Schenker steigen Sie bequem in Ihre Wanne.

- Top Qualität und modernes Design
- Lieferung und Montage ganze Schweiz
- Antirutschbeschichtungen
- Badehilfen
- Kostenlose Beratung vor Ort
- Preis inkl. Montage ab Fr. 2'950.00 exkl. MwSt.
- 5 Jahre Garantie

Magicbad Schenker GmbH Luzern  
Tel. 079 642 86 72  
[www.magicbad-schenker.ch](http://www.magicbad-schenker.ch)



# «Elisabeth Stierli, 91, Samariterin seit 1944»



**Dank ihren Erfahrungen als Samariterin fand Elisabeth Stierli eine Ausbildungsstelle als Gemeindepflegerin. Das war in den späten 1940er-Jahren. Seither ist sie dem Verein und dem Samariterwesen treu geblieben.**

**TEXT UND FOTO: Sonja Wenger**

**Elisabeth Stierli**  
Seit 74 Jahren  
unermüdlich für  
das Samariter-  
wesen im  
Einsatz.

Elisabeth Stierli ist zufrieden. Täglich läuft sie eine grosse Runde von ihrer gemütlichen Wohnung im zürcherischen Urdorf zum Bauernhof ihres Bruders und wieder zurück. Auf ihrem Schreibtisch zu Hause stapeln sich Dinge, die es zu lesen gilt. Und für den Trubel der modernen Welt hat sie stets ein verständnisvolles Lächeln übrig. Man mag es kaum glauben, dass Elisabeth Stierli dieses Jahr 91 Jahre alt geworden ist. Als sie 1927 geboren wurde, war die Schweiz noch ein anderes Land, landwirtschaftlich geprägt und mit viel Armut. Sucht man einen gemeinsamen Nenner für Elisabeth Stierlis Leben, so war und ist es die Arbeit: Arbeit auf dem elterlichen Bauernhof, denn es fehlte das Geld, sie auf eine höhere Schule zu schicken; Arbeit bei der Betreuung kranker Familienmitglieder; Arbeit als Gemeindepflegerin; und nicht zuletzt Arbeit als Samariterin in jeder denkbaren Funktion, die der SSB einem engagierten Menschen zu bieten hat.

«Anderen zu helfen war für mich nie belastend» sagt sie im Gespräch mit dem «Samariter». «Im Gegenteil: Ich durfte bei der Pflege kranker Menschen so viele intensive und schöne Momente erleben, dass ich es nicht missen möchte.» Das Bedürfnis, nicht nur zu helfen, sondern auch ihr Wissen über Pflege und Erste Hilfe zu erweitern,

führte sie als junge Frau in den Samariterverein Urdorf. «Ich war etwa siebzehn Jahre alt», sagt Elisabeth Stierli, ganz genau wisse sie es leider nicht mehr, denn das Gedächtnis mache nicht immer so mit, wie sie es möchte.

Dennoch kommen im Gespräch immer mehr Erinnerungen und Geschichten zutage. Sie hat vieles erlebt in über sieben Jahrzehnten im Verband. Davon zeugen zahlreiche Fotoalben, die Elisabeth Stierli als Samariterlehrerin und Instruktorin bei Übungen, Kursen und Einsätzen bis in die 1990er-Jahre zeigen. Von 1967 bis 1979 war sie gar Mitglied des Zentralvorstands und ist noch

●  
«Ich durfte bei meiner  
Arbeit viele intensive Momente  
erleben.»  
●

heute als Ehrenmitglied des SSB an jeder Abordnetenversammlung dabei. «Immer war die Arbeit mit den Samaritern spannend», sagt sie voller Begeisterung. Und das Vereinsleben war für sie ein schöner Ausgleich zur nie endenden Arbeit auf dem Familienbauernhof, wo sie bis vor zehn Jahren noch gelebt hat.

Von Kürzertreten also keine Spur. Nur bei den Vereinsübungen mache sie inzwischen nicht mehr mit. Und den Betreuungsdienst im Altersheim hat sie vor einem Jahr ebenfalls abgegeben. «Ich bin denen wohl inzwischen zu alt geworden», sagt sie mit Bedauern, denn ein Leben ohne Helfen ist für Elisabeth Stierli undenkbar.

# «Lukas Müller, 15, Samariter seit 2010»

**Als Samariter in der dritten Generation seiner Familie kennt Lukas Müller die Grundlagen der Erste Hilfe aus dem Effeff. Zudem verfügt er bereits über die Ersthelfer-Stufe 3 IVR. Nicht ganz überraschend ist deshalb seine Berufswahl.**

**TEXT UND FOTO: Sonja Wenger**

Am Anfang stand eine Kurzmeldung im Pendlerblatt «20 Minuten» mit dem Titel «Jungsamariter unterrichtet Lehrpersonen». Der Neuntklässler Lukas Müller aus Baar hatte als Projektarbeit einen veritablen Individualkurs in der Länge von 3,5 Stunden zum Thema Erste Hilfe erstellt und für einmal mit seinen Lehrerinnen und Lehrern die Rollen getauscht. Nun sitzen wir in einem Café in Baar zum Interview und der ganze «Rummel» um seine Abschlussarbeit ist ihm beinahe etwas unheimlich.

Lukas Müller ist zusammen mit seinem älteren Bruder seit 2010 Mitglied der Samariter Jugendgruppe Zug, die damals von seiner Mutter gegründet wurde. «Ich bin eigentlich Samariter in der dritten Generation», erwähnt er ein bisschen stolz, denn auch seine Grossmutter sei immer noch im Verein aktiv. Er selbst hat kürzlich das Modul 2 des Lehrgangs zum Jugendleiter SSB absolviert. Noch wisse er aber nicht, ob er die Ausbildung

•  
«Es ist einfach cool, bei Sanitätsdiensten mithelfen zu dürfen.»  
•

fortsetzen werde, denn dank seiner Teilnahme an den Ausbildungslagern (Aula) des Schweizerischen Militär-Sanitäts-Verbands verfüge er bereits über die Ersthelfer-Stufe 3 IVR.

Eine eindrückliche Bilanz für jemanden, der dieses Jahr 16 Jahre alt wird. Wenig verwundert deshalb auch die Berufswahl von Lukas Müller: Im Som-

Lukas Müller  
Kam mit acht zur Samariter Jugendgruppe und bleibt dabei, so lange es geht.



mer beginnt er eine Lehre zum Fachmann Gesundheit im Kantonsspital Luzern. «Ich arbeite gerne mit Menschen», begründet er seine Wahl. Durch sein Engagement als Jugendleiter habe er ausserdem schon bei vielen Sanitätsdiensten des Trägervereins Zug mitmachen können. «Es ist einfach cool, da mithelfen zu dürfen.» Der Samariterverein Zug bietet den Jungsamariterinnen und Jungsamaritern die Möglichkeit, ab einem gewissen Alter parallel Vereinsmitglied und so auch bei Sanitätsdiensten mitzuhelfen.

Wann immer wir über seine Tätigkeit in der Samariter Jugendgruppe sprechen, ist bei Lukas Müller Begeisterung und Selbstbewusstsein spürbar. «Wir versuchen, in unseren Übungen verschiedenste Themen zu bringen, und sind immer auf der Suche nach neuen Ideen.» Er möchte in seiner «Help» so lange bleiben, wie es seine neue Ausbildung und der Beruf ermöglichen, auch weil sie gerade einen regelrechten Boom erleben würden. «Dank einer Flyeraktion in allen Schulen der Stadt Zug konnten wir auf einen Schlag neun neue Mitglieder gewinnen.»

# Globale Solidarität: weltweit vernetzt, um Leben zu retten

**Der Erfolg der Blutstammzellspende beruht auf internationaler Zusammenarbeit. So stammten 2017 die Transplantate für Schweizer Patienten aus 13 verschiedenen Ländern. Strenge Standards sorgen für Qualität und Sicherheit.**

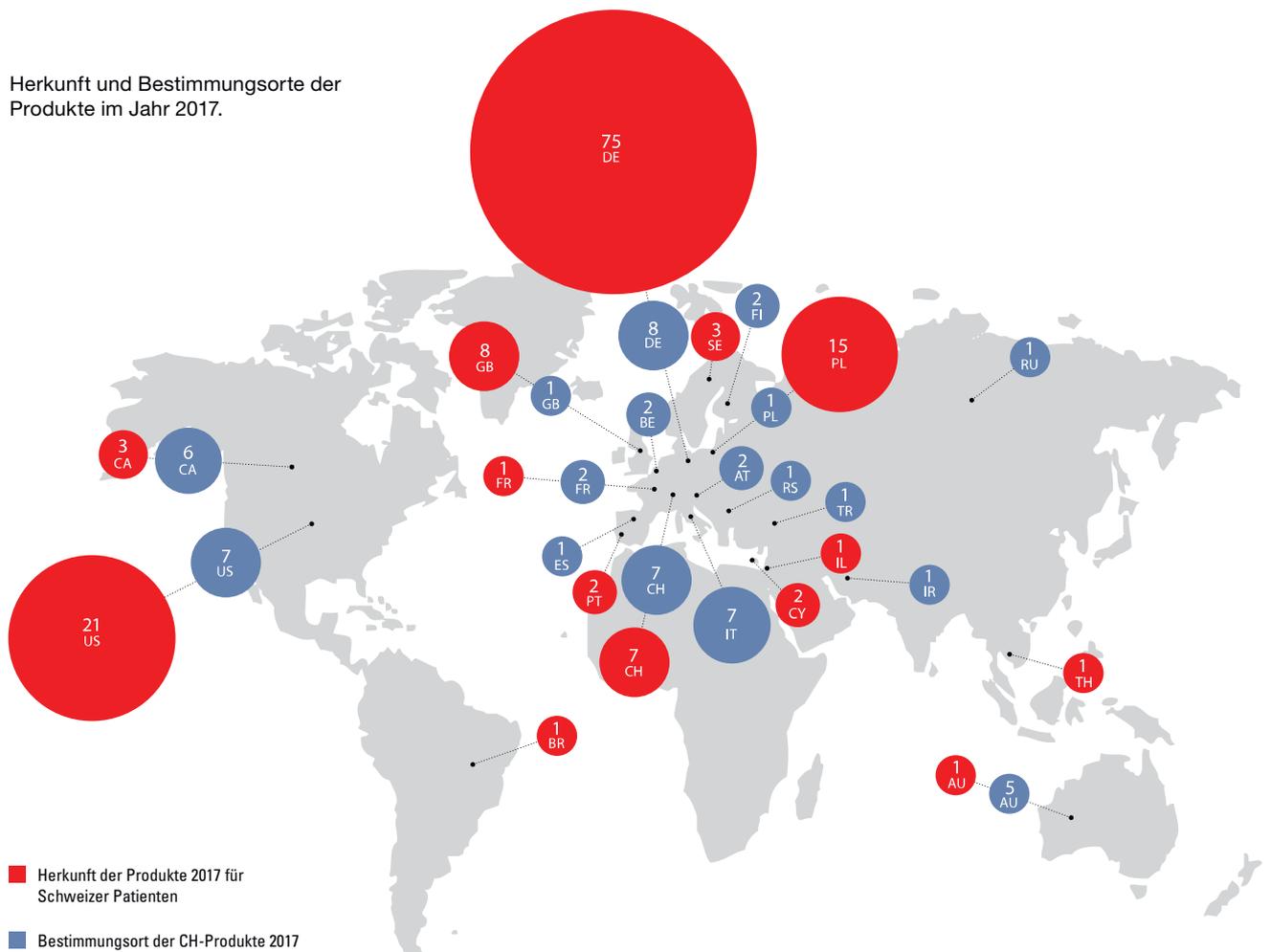
Seit Ende 2017 sind weltweit über 33 Millionen Menschen als Blutstammzellspender registriert. Die Blutstammzellregister der einzelnen Länder arbeiten eng zusammen. So haben auch in der Schweiz Patientinnen und Patienten, die an Leukämie oder an einer anderen lebensbedrohlichen Blutkrankheit leiden, dank dieser internationalen Zusammenarbeit gute Chancen, einen passenden Spender zu finden.

## Spenden aus 13 verschiedenen Ländern

Dies ist für die Schweiz besonders wichtig: Das Land ist klein, und die Bevölkerung zeichnet sich durch eine hohe Diversität der Gewebemerkmale aus. So stammten 2017 von den 138 Transplantaten nur 7 aus der Schweiz selbst. Insgesamt kamen die Spenden aus 13 verschiedenen Ländern, die meisten aus Deutschland (75), gefolgt von den USA (21) und Polen (15), eine sogar aus Thailand.

Blutspende SRK Schweiz ist dafür verantwortlich, die Transplantate aus dem Ausland für Patienten in der Schweiz bereitzustellen wie auch die Transplantate von Schweizer Spenden für ausländische Patienten. Sie sorgt dafür, dass ein Transplantat

Herkunft und Bestimmungsorte der Produkte im Jahr 2017.





Oliver Kürsteiner,  
Abteilungsleiter  
bei Swiss Blood  
Stem Cells  
(SBSC).

zum richtigen Zeitpunkt sowie innerhalb von 48 bis allerhöchstens 72 Stunden im Transplantationszentrum eintrifft.

## Internationale Standards und strenge Kontrollen

Grundlage der grenzüberschreitenden Zusammenarbeit sind internationale Standards, um die Sicherheit von Spendern und Patienten zu gewährleisten. Seit März 2018 ist Blutspende SRK Schweiz akkreditiertes Mitglied der World Marrow Donor Association (WMDA), deren strenge Auflagen sie nun lückenlos erfüllt. «Wir haben schon vorher als sogenanntes «qualifiziertes Register» viele Vorgaben eingehalten. Neu ist, dass wir lückenlos sämtliche strengen Standards im gesamten Prozess von der Spenderregistrierung über die Spendenentnahme bis zur Transplantation einhalten, und dies wird auch regelmässig kontrolliert», bestätigt Dr. Oliver Kürsteiner, Abteilungsleiter bei Swiss Blood Stem Cells (SBSC), einem Bereich von Blutspende SRK Schweiz.

Zurzeit verfügen nur 19 Register weltweit (von insgesamt rund 75 Registern) über eine Akkreditierung und damit den höchsten Qualitätsstandard. «Dies ist für uns ein Meilenstein», so Dr. Oliver Kürsteiner. «Wir sind zahlenmässig betrachtet ein mittleres Register. Was Engagement und Entwicklung angeht, sind wir jedoch bei der Weltspitze dabei. Da es sich generell um einen sehr sensitiven Bereich handelt, sind wir froh, höchsten internationalen Standards zu entsprechen, die auch laufend neuen Erkenntnissen angepasst werden.»

---

## «TAG DER TAT» - MACHEN SIE MIT!

---



Am 15. September machen Freiwillige auf die Blutstammzellspende aufmerksam. Machen auch Sie mit Ihrem Samariterverein mit.

Für Patienten mit lebensbedrohlichen Blutkrankheiten wie Leukämie ist eine Blutstammzellspende oft die einzige Chance auf Heilung. Das sollen möglichst viele Menschen wissen. Darum findet am 15. September bereits zum fünften Mal der «Tag der Tat» statt. Je mehr Menschen mitmachen, desto grösser ist der Erfolg. Jedes einzelne Engagement zählt!

Eine Möglichkeit ist das Mitmachen bei der grossen WhatsApp-Status-Aktion. Und das geht so:

1. Speichern Sie die Nummer 079 949 62 29 als neuen Kontakt unter dem Namen «SBSC» in Ihrem Smartphone.
2. Senden Sie eine WhatsApp-Nachricht mit «Vorname + Name» und dem Text «Start Tag der Tat» an die genannte Nummer, um die Anmeldung abzuschliessen.

Am Tag der Tat erhalten Sie von uns per WhatsApp ein kurzes Video. Fügen Sie das Video anschliessend Ihrem WhatsApp-Status hinzu, um so Ihre Freunde dazu zu bewegen, sich Gedanken über eine Registrierung als Blutstammzellspender zu machen.

Sie können auch Informationsmaterial bestellen und mit Vereinskollegen oder Freundinnen an einem frei wählbaren Ort auf die Blutstammzellspende aufmerksam machen. Zwei bis drei Stunden Einsatz genügen.

Weitere Informationen zu Mitmachmöglichkeiten am «Tag der Tat» inkl. Bestellmöglichkeit für ein Aktionskit gibt es hier: [www.gemeinsam-gegen-leukaemie.ch/tag-der-tat/](http://www.gemeinsam-gegen-leukaemie.ch/tag-der-tat/)

Vielen Dank für Ihre wertvolle Mithilfe!

# SCHWEDENRÄTSEL

Briefbeginn	↖	afrikan. Rund-siedlung	↖	Kind	↖	Männerkurzname	geistesgestört, konfus	schweiz. Kabarettist † (Cés)	↖	Fragewort	↖	Sketch-Partnerin v. Lorient †	Apostel	↖	hellhaarige Frau	↖	Prüfung	
Betäubungsmittel Mz.	→		↻1							Arzneiröhrchen	→			↻5				
Herausgeberin von Büchern		Herrschaftsgebiete		soziale Aufgabe ohne Entgelt	→			↻2				Be-deutung			engl.: Ochse	→		
↙										Gespräche mit Gott		Heissluftbad	↘					
nicht ein			Palästina-organisation	→			Vorort von Bern		kristalliner Schiefer	→					spötteln, scherzen			
↙				karge Landschaft			Geburtschmerzen	→				verschiedener Meinung		Frage-wort	→			
zerstreut, nervös	schweiz. Kanton		belgi-scher Maler † 1949	→					Treibstoff-zusatz		Albernheiten	→						
↙						Opfer-tisch		Figur von Rowan Atkinson: Mr. ...					Mutter der Nibelungen-könige	→	↻4		diese dort	
↙			grosse Maria-neninsel		durch-scheuern	→							parlam. Untersu-chungs-komm.		engl.: lügen			
Vorn. v. Schauspielerin West †		Treffer beim Fussball (engl.)	↻7				unbest. frz. Artikel	→			Geliebte des Zeus		eh. brasil. Fussballstar	→				
erprobt, routiniert	→					↻3	altes Mass der Motoren-leistung	↘	Autokz. Argenti-nien		Blut-zucker-hormon	→					↻6	
↙					neben-bei bemerkt	→							engl.: Knie	→				
Einheit der elek-trischen Kapazität		mineral. Gewürz	→									1	2	3	4	5	6	7

# SUDOKU

Mittel

		1	4					
	7		8			4		
	5				9	7	2	1
1					8			
9		8				6		2
			1					8
5	6	3	9				7	
		9			5		3	
					3	9		

©raetsel.ch 58696

Schwer

				1	5			
	6	9			4		8	
8							4	
1	4						6	
9				8				3
	5						9	7
	1							5
	9		4			8	3	
			6	2				

©raetsel.ch 18034

Auflösungen auf Seite 51

# 13. BERNER SAMARITERPREIS

**TEXT: «Bärnerbär»**

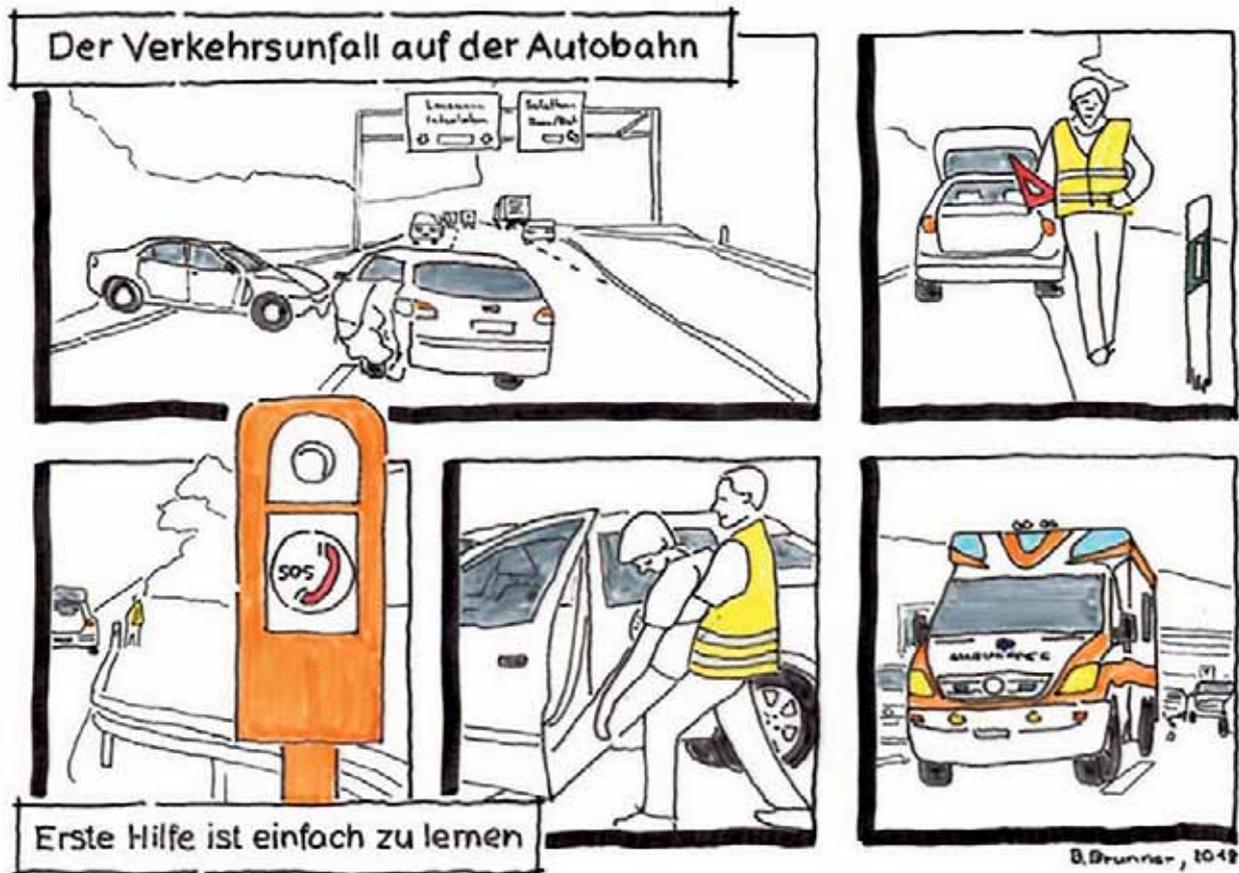
**FOTO: Alexandra Schürch**

«Beim Berner Samariterpreis geht es darum, unbekanntem Volkshelden eine Plattform zu geben und sie für ihre herausragenden Leistungen zu ehren», sagt Thomas Fuchs, Präsident der Samaritervereinigung Stadt Bern und Umgebung. In diesem Jahr wurden Hanni und Paul Stettler für ihr Projekt «El Rafa» ausgezeichnet, mit dem seit 30 Jahren Menschen mit Suchtproblemen geholfen wird. Ebenfalls ausgezeichnet wurden das Büro Schweiz, welches täglich allgemeine Fragen im Zusammenhang mit der Schweizer Armee beantwortet, sowie Viktor Haag, der im Alter von 100 Jahren noch immer Computerkurse für Senioren anbietet. Der erste Preis wurde an Firstresponder.be verliehen. Laut Beat Baumgartner, Leiter von Firstresponder.be, handelt es sich hierbei um ein Netzwerk von Samariterinnen und Samaritern, die mittels einer Mobile-App mit der Notrufzentrale 144 verbunden sind. Jedes Mal, wenn ein Not-



V.l.: Thomas Fuchs (Präsident SV der Stadt Bern) mit den Preisträgern Hanni und Paul Stettler (El Rafa), Hans Ulrich Kauer (Leiter Büro Schweiz), Fritz Affolter (Chef Feldpost der Armee), Viktor Haag (Computerkurse für Senioren) und dem First-Responder-Team Marco Harder, Stefan Gurtner, Stefanie Nyffenegger und Beat Baumgartner sowie der Künstler Housi Knecht, der die Skulpturen für die Geehrten gestaltete sowie Gönner Hermann Alexander Beyeler.

ruf eingeht, stehen die Mitglieder in Bereitschaft, um eine Person in ihrer direkten Umgebung zu reanimieren und so ihre Überlebenschancen zu steigern. Der Service deckt heute den ganzen Kanton Bern ab, und es sind 1500 ausgebildete Samariterinnen und Samariter auf Abruf bereit, Leben zu retten.



# LESERBRIEFE



## SSB, wohin gehst Du?

Beim Durchlesen der letzten Samariterzeitung, Ausgabe 2/2018, sind mir zwei Begriffe aufgefallen: **Samariter** und **Ersthelfer 2**.

Dies hat mich zweigeteilt: Auf der einen Seite engagiere ich mich in unserem Verein sehr aktiv, vor allem im sozialen Bereich. Auch im Vorstand habe ich (noch) meine Ämtli, die ich gerne erfülle. Dies aus reiner Freiwilligkeit, ich werde zu nichts gezwungen, fühle mich also voll und ganz als Samariterin.

Andererseits leiste ich gerne Sanitätsdienst. Denn hier kann ich all das anwenden, was uns die Samariterlehrer in den Monatsübungen beibringen.

Doch habe ich jetzt ein Problem: Ich darf das nicht mehr aus freiem Willen tun, sondern werde vom IVR gezwungen, mich auszuweisen. Ich brauche also ein Zertifikat und bin nicht mehr freie Samariterin, sondern erzwungene Ersthelferin 2. Es

geht in Richtung Professionalität.

Dazu kommt, dass ich sehr Mühe damit habe, dass der SSB sehr teures Geld bezahlt hat, um sich beim IVR einzukaufen, und alle zwei Jahre teures Geld zahlen muss, um gewisse Monopole behalten zu können. Jetzt müssen wir uns vorschreiben lassen, was wir zu tun haben!

Da frage ich mich schon: SSB, wohin gehst Du, und wo bleiben die Grundsätze von Henry Dunant?

Wen wundert, dass ein solches Defizit auszuweisen ist! Doch jetzt wird bei den Mitarbeitern gespart, und sie sollen ausfressen, was die Obrigkeit verschlampt hat.

**ERIKA SCHNEIDER**  
Samariterverein Düdingen



## Im Alter zu Hause leben

Heimelig Betten möchte, dass Sie sich zuhause fühlen. Wir beraten Sie gerne und umfassend und übernehmen die erforderlichen administrativen Aufgaben mit den Kostenträgern. Heimelig Betten liefert schnell und zuverlässig, damit Sie Ihren Alltag zuhause weiterhin genießen können.

8280 Kreuzlingen  
Tel. ★ 071 672 70 80

Telefon 365 Tage persönlich besetzt



[www.heimelig.ch](http://www.heimelig.ch) Vermietung und Verkauf von Pflegebetten



## Warum immer jammern?

Die Nr. 2/2018 ist eine schöne Ausgabe und sehr lesenswert. Ich denke, sie eignet sich auch gut als Werbung für Neumitglieder.

Was ich allerdings nicht verstehe: Warum werden Leserbriefe mit negativen Inhalten unkommentiert abgedruckt? Die Feedbacks zur Zeitung kann ich ja verstehen, aber dieses «Gemotze»? Im Moment liest man viel Negatives aus der Organisation, und alle «Offiziellen» jammern. Doch ich denke, dass viele Entwicklungen positive Folgen haben für die Teilnehmenden von Kursen und die Auftraggeber von Sanitätsdiensten. Vielleicht sollte darüber auch mal berichtet werden, dass die Vereine nämlich nur dank den Vorleistungen des Verbandes überhaupt in der Lage sind, so positiv und stark aufzutreten, wie dies ja an vielen Orten geschieht. Aus meiner Sicht gibt es kein Zurück, der «IVR» beginnt sich als Standard zu etablieren, mit dem Lehrmittel lässt sich arbeiten, und es ist ja noch genügend Platz für eigene Ideen.

**BJÖRN KURATLI**  
Samariter Zürich 2



## Auch «heikle Themen» angesprochen

Ich finde die Ausgabe Nr. 2 des «samariters» sehr gelungen. Was ich sehr positiv fand, ist, dass auch «heikle Themen» angeschnitten und verschiedene offene Fragen geklärt wurden. Ich finde es wichtig, dass die Samariterinnen und Samariter durch die Verbandszeitschrift offen informiert werden und dort auch lesen können, was sich beim SSB so alles «tut». Ich kann nachvollziehen, dass es nicht ganz einfach ist, heikle Themen offenzulegen, aber ich bin sicher, dass dies von den Lesenden sehr geschätzt wird.

Weiter so!

**CHRISTINE MADER**  
Samariterverein Eggwil und Kommunikationsbeauftragte Kantonalverband Bernischer Samaritervereine

### Kontakt

Redaktion «samariter»  
Postfach, 4601 Olten  
redaktion@samariter.ch

Je kürzer der Leserbrief, desto grösser die Chance, dass er veröffentlicht wird.

Die Redaktion behält sich vor, Leserbriefe zu kürzen oder nicht zu publizieren. Ihre Leserbriefe senden Sie am besten per E-Mail oder Post an die Adresse der Redaktion.



## WIR SIND GANZ OHR

Ihr Verein oder Verband plant einen grossen Anlass? Lassen Sie es uns wissen. Sie haben eine originelle Idee für eine Übung oder dazu, wie man die Dinge auch noch machen kann? Teilen Sie sie mit uns. Sie planen die Zusammenarbeit mit anderen Organisationen, Institutionen oder Interessengemeinschaften? Wir sind ganz Ohr!

Wir berichten gerne von Ereignissen aus der Samariterwelt oder begleiten Sie etwa in der Medienbetreuung. Einzige Bedingung: Wir müssen davon wissen. Bitte schreiben Sie uns, und helfen Sie mit, die Ereignisse in der Samariterwelt mit allen zu teilen.

## RÄTSEL: LÖSUNGEN VON S. 48

■ A ■ K ■ Z ■ ■ ■ W ■ H ■ ■ J ■ B ■ ■  
■ N A R K O T I K A ■ A M P U L L E  
■ R ■ A ■ E H R E N A M T ■ D ■ O X  
V E R L E G E R I N ■ A ■ S A U N A  
■ D E ■ P L O ■ S ■ G N E I S ■ D M  
K E I N ■ I ■ W E H E N ■ N ■ W I E  
■ C ■ E N S O R ■ B ■ U N S I N N  
F A H R I G ■ R ■ B E A N ■ U T E ■ ■  
M A E ■ N ■ A B W E T Z E N ■ Z ■ J  
■ R ■ G O A L ■ U N E ■ I ■ P E L E  
■ G E U E B T ■ ■ Z ■ I N S U L I N  
F A R A D ■ A P R O P O S ■ K N E E  
■ U ■ M E E R S A L Z

RETTUNG

6	9	1	4	2	7	8	5	3
3	7	2	8	5	1	4	6	9
8	5	4	3	6	9	7	2	1
1	4	6	2	3	8	5	9	7
9	3	8	5	7	4	6	1	2
7	2	5	1	9	6	3	4	8
5	6	3	9	8	2	1	7	4
4	8	9	7	1	5	2	3	6
2	1	7	6	4	3	9	8	5

2	3	4	8	1	5	6	7	9
5	6	9	2	7	4	3	8	1
8	7	1	9	6	3	5	4	2
1	4	3	5	9	7	2	6	8
9	2	7	1	8	6	4	5	3
6	5	8	3	4	2	1	9	7
4	1	6	7	3	8	9	2	5
7	9	2	4	5	1	8	3	6
3	8	5	6	2	9	7	1	4

Lösungswort von Seite 48: **RETTUNG**



Christa Rigozzi  
Botschafterin  
für Excellence  
Flussreisen

- Bus zum Fluss
- Feinste Küche
- Exklusive Landausflüge
- Schweizer Qualität an Bord

## Excellence Royal | Schnupperreise Seine & Advent

5 Tage ab  
inkl. An-/Rückreise und Vollpension an Bord

Fr. **595.-**



### Excellence Royal

Das Flussschiff Excellence Royal zählt zu den luxuriösesten Flussschiffen Europas. Die Kabinen auf Mittel- und Oberdeck sind 16 m<sup>2</sup> gross mit frz. Balkon. Komfortable Kabinen auf dem Hauptdeck (Fenster nicht zu öffnen). Alle Kabinen mit Dusche/WC, Föhn, Klimaanlage, SAT-TV, Minibar, Safe und Telefon.

#### Ihr Reiseprogramm – Route 1

**Tag 1 Schweiz > Paris.** Busanreise (alternativ Anreise mit TGV\*) nach Paris.  
**Tag 2 Paris.** Morgens Stadtrundfahrt (Fr. 35). Am Nachmittag Zeit für eigene Unternehmungen.  
**Tag 3 Paris > Rouen.** Vormittags Zeit für eigene Unternehmungen. Nachmittags Flussreise nach Rouen.  
**Tag 4 Rouen.** Mittags Ankunft in Rouen. Lassen Sie sich von der einmaligen Stimmung verzaubern.  
**Tag 5 Rouen > Schweiz.** Busrückreise zu Ihrem Abreiseort.

#### Route 2 Rouen – Paris

Detailprogramm auf Anfrage.

\* An-/Rückreise Schweiz–Rouen v.v. mit Komfort-Reisebus

#### Reisedaten 2018

**Route 1, Paris–Rouen,** 29.11.–03.12., 07.12.–11.12.  
**Route 2, Rouen–Paris,** 03.12.–07.12.

#### Preise pro Person

Kabinentyp	Katalogpreis	Sofortpreis
2-Bett, Hauptdeck	795.–	595.–
2-Bett, frz. Balkon, Mitteldeck	895.–	695.–
2-Bett, frz. Balkon, Oberdeck	955.–	755.–

**Zuschläge:** Alleinbenützung HD **195.–** • Alleinbenützung MD/OD **255.–** • Königsklasse-Luxusbus **195.–** • TGV An-/Rückreise Schweiz–Paris v.v.\* (oneway) in 1./2. Kl. ab 140.–/90.–

**Unsere Leistungen:** An-/Rückreise im Komfort-Reisebus • Excellence Flussreise mit Vollpension an Bord • Mittelthurgau-Reiseleitung

Internet Buchungscode

[www.mittelthurgau.ch](http://www.mittelthurgau.ch) **eypar4/eyrou3**

## Excellence Melodia | Schnupperreise Donau & Advent

4 Tage ab  
inkl. An-/Rückreise und Vollpension an Bord

Fr. **495.-**



### Excellence Melodia

Ein Flussschiff der neusten Generation mit hohem Komfort, Wellnessbereich und grosszügigen Kabinen. Die luxuriösen Kabinen sind mit WC, getrennter Dusche, individuell regulierbarer Klimaanlage, Föhn, Safe, Sat-TV, Internetzugang und Stromanschluss 220 V ausgestattet.

#### Ihr Reiseprogramm

**Tag 1 Schweiz > München > Passau.** Der beliebte Weihnachtsmarkt mit alpenländischem Flair war in seiner Tradition und ist immer noch ein sogenannter «Warenmarkt».  
**Tag 2 Tulln > Wien.** Im Advent präsentiert sich Wien mit vielen stimmungsvollen Weihnachtsmärkten von seiner romantischen Seite.  
**Tag 3 Wien.** Beim traditionellen Wiener Adventszauber wird der Rathausplatz zu einem leuchtenden Märchenland.  
**Tag 4 Linz > Salzburg > Schweiz.** Wenn es weihnachtet in der Mozartstadt öffnet der Salzburger Christkindlmarkt seine Pforten. Um ca. 13.30 Uhr Busrückreise zu Ihrem Abreiseort.

#### Reisedaten 2018

27.11.–30.11.\*; 30.11.–03.12., 03.12.–06.12., 06.12.–09.12., 09.12.–12.12., 12.12.–15.12. \*Reduktion Fr. 30.– (Weihnachtsmarkt München noch geschlossen)

#### Preise pro Person

Kabinentyp	Katalogpreis	Sofortpreis
Deluxe 2-Bett, Hauptdeck	645.–	495.–
Deluxe 2-Bett, frz. Balkon, Mitteldeck	735.–	585.–
Deluxe 2-Bett, frz. Balkon, Oberdeck	835.–	685.–

**Zuschläge:** Wochenendzuschlag Do–So/Fr–Mo/Sa–Di **45.–** • Alleinbenützung Deluxe Kabinen **275.–** • Königsklasse-Luxusbus **95.–**

**Unsere Leistungen:** An-/Rückreise im Komfort-Reisebus • Excellence Flussreise mit Vollpension an Bord • Mittelthurgau-Reiseleitung

Internet Buchungscode

[www.mittelthurgau.ch](http://www.mittelthurgau.ch) **emmcu1**

## Excellence Allegra | Schnupperreise Rhein & Advent

2 Tage ab  
inkl. An-/Rückreise und Halbpension an Bord

Fr. **195.-**



### Excellence Allegra

Den Rhein in Verbindung mit dem einmaligen Zauber der Adventszeit mal ganz anders erleben – willkommen an Bord der Excellence Allegra. Die farbenfrohen Weihnachtsmärkte von Colmar und Strassburg lassen weihnachtliche Vorfreude aufkommen.

#### Route 1 Colmar – Strassburg

**Tag 1 Schweiz > Colmar > Strassburg.** Busanreise nach Colmar. Erleben Sie den Weihnachtsmarkt mit der historisch geschmückten Kulisse. Romantische Lichterfahrt nach Strassburg.  
**Tag 2 Strassburg > Schweiz.** Der Strassburger Weihnachtsmarkt mit seiner über vier Jahrhunderte alten Tradition bezaubert. Auf der Place de la Cathédrale und der Place Broglie haben Sie die Auswahl von ca. 200 Marktständen mit Kunsthandwerk und Weihnachtssprodukten. Nachmittags erfolgt die Busrückreise in die Schweiz zu Ihrem Abreiseort.

#### Route 2 Strassburg – Colmar

Reise in umgekehrter Richtung. Detailprogramm auf Anfrage.

#### Reisedaten 2018

**Route 1, Colmar – Strassburg,** 03.12.–04.12., 05.12.–06.12.  
**Route 2, Strassburg – Colmar,** 30.11.–01.12., 02.12.–03.12., 04.12.–05.12.

#### Preise pro Person

Kabinentyp	Katalogpreis	Sofortpreis
Deluxe 2-Bett, Hauptdeck	270.–	195.–
Deluxe 2-Bett, frz. Balkon, Mitteldeck	320.–	245.–
Deluxe 2-Bett, frz. Balkon, Oberdeck	360.–	285.–

**Zuschläge:** Wochenendzuschlag Fr–Sa **35.–** • Alleinbenützung Deluxe Kabinen **95.–** • Königsklasse-Luxusbus **30.–**

**Unsere Leistungen:** An-/Rückreise im Komfort-Reisebus • Excellence Flussreise mit Vollpension an Bord • Mittelthurgau-Reiseleitung

Internet Buchungscode

[www.mittelthurgau.ch](http://www.mittelthurgau.ch) **eacol1/eastr1**

Jetzt bestellen: Katalog  
«Winter auf dem Fluss  
2018»!

#### Sofortpreis mit beschränkter Verfügbarkeit!

**Nicht inbegriffen:** Auftragspauschale pro Person CHF 20.– • Persönliche Auslagen und Getränke • Trinkgelder • Ausflüge • Versicherung  
**Abfahrtsorte:** Wil , Burgdorf , Winterthur–Wiesendangen SBB, Zürich-Flughafen , Aarau SBB, Baden-Rüthi , Pratteln Aquabasilea , Basel SBB. Abfahrtszeiten auf Anfrage

Gratis-Buchungstelefon

Online buchen

**0800 86 26 85** · [www.mittelthurgau.ch](http://www.mittelthurgau.ch)

REISEBÜRO  
**MITTELTHURGAU**

Die Schiffsreisemacher