

Verhalten bei einem Unfall

Kontaktieren Sie bei einem Unfall die Notfallnummern 112 oder 117 und geben Sie Ihrer persönlichen Daten, die Nummer des Mobiltelefons, die Ort wo Sie sich befinden (noch besser die Koordinaten mit allen möglichen Referenzen), die Entwicklung der Situation und lassen Sie die Telefonleitung frei. Das Rega-App kann in Stresssituationen sehr nützlich sein, bedenken Sie aber, dass die Mobilfunkabdeckung in den Alpen nicht immer gewährleistet ist.



Passen Sie ihre Ausrüstung den Bedingungen an

Auch bei besten Wetterbedingungen sollten eine wasserdichte Jacke, eine Batterie, Handschuhe, ein Hut und die notwendige Ausrüstung für die Erste Hilfe im Rucksack nicht fehlen. Bei Routen mit steilen oder eisigen Abschnitten sind Steigeisen unerlässlich. Statten Sie sich mit dem Selbstrettungs-Set (ARTVA, Schaufel und Sonde) aus und üben Sie deren Anwendung vor der Tour. Im Ernstfall ist die korrekte und rasche Anwendung dieser Hilfsmittel sehr wichtig.

Gruppentouren entsprechend verwalten

Wenn Sie sich auf einer Tour in einer Gruppe befinden, sollten Sie die Rollen sofort klären. Der Teilnehmer mit der grössten Erfahrung und besten Ausbildung sollte als Tourenleiter bestimmt werden. Die Entscheidung muss klar sein und von allen Beteiligten akzeptiert werden. Unklare Kommunikation, unterschiedliche Erwartungen der Teilnehmenden, die Euphorie des Gipfels oder Pulverschnee können zu einer gefährlichen Gruppendynamik sowie irrationalen und risikoreichem Verhalten führen.



im Winter sicher
in den
Bergen
unterwegs

Repubblica e Cantone Ticino

Dipartimento delle istituzioni
Montagne sicure

www.ti.ch/montagnesicure
di-montagne.sicure@ti.ch



Konsultieren Sie das Lawinenbulletin

Es ist sehr wichtig, das Lawinenbulletin zu studieren, bevor man im Winter eine Tour in den Bergen machen will. Es gibt 5 verschiedene Gefahrenstufen: 1 schwach, 2 mässig, 3 markiert, 4 stark, 5 sehr stark. Bei einem hohen Gefahrengrad sind gute Erfahrungen zur Beurteilung der Situation erforderlich. Bei starker Gefährdung ist es nicht empfehlenswert, Ausflüge oder Abfahrten außerhalb der Piste zu unternehmen.

Kehren Sie zurück, wenn Sie sich nicht sicher sind, auf welcher Route Sie sich befinden, wenn Ihnen Ihre Tour zu anspruchsvoll scheint oder die Bedingungen nicht sicher sind. Im Winter sind die Tage kürzer. Darum müssen Sie früher mit Ihrer Tour beginnen, um zu vermeiden, dass Sie nicht während den wärmsten Stunden des Tages die steilsten Anstiege und die exponiertesten Hänge passieren müssen, wenn die Lawinengefahr am höchsten ist. Fragen Sie nach den neuesten Informationen vor Ort, denn die Bergführer und die Betreiber der Hütten sind ausgezeichnete Kontakte und Kenner des Gebietes.

Achten Sie auf die Schnee- verhältnisse

Während einer Tour können die Schneeverhältnisse mehrmals variieren. Es ist daher unerlässlich, die Ansammlung von "gebundenen" Schneeverwehungen sowie die steilsten und schattigsten Hänge zu vermeiden. Wenn Sie sich in einer Gruppe bewegen, dann halten Sie einen Sicherheitsabstand, um die Überlastung der Schneedecke zu reduzieren und so Stürze zu vermeiden. Der erste Tag bei gutem Wetter nach einem Schneefall ist immer der gefährlichste: Eine sorgfältige Planung und Analyse mehrerer Varianten ermöglicht es Ihnen, die sicherste Route zu wählen.

Tour vorbereiten, um Verletzungen zu vermeiden

Vermeiden Sie dank richtiger Planung, gute körperliche Vorbereitung und ein gutes Notfallmanagement gefährliche Situationen in den Bergen. Wählen Sie eine geeignete Route und vermeiden Sie individuelle Touren, da in der Höhe bereits kleine Rückschläge zu gefährlichen Situationen führen können. Mit der Website whiterisk.ch können Sie Ihre Tour planen und optimal dafür trainieren sowie die damit verbundenen Risiken einschätzen. Wenn Sie sich nicht sicher fühlen, können Sie sich den Bergsteigern oder Bergsteigeresellschaften anvertrauen, die spezielle Kurse und Schulungen anbieten.

