

# TAGESZEITUNG

## AULA SMSV



Ausbildungs- und Ferienlager AULA

Mittwoch, 11. Oktober 2017

Die Klasse 3 unternahm heute bei schönstem Wetter einen Ausflug mit dem Zug von S-chanf nach Pontresina. Von Pontresina aus wanderten sie vergnügt weiter nach St. Moritz.

Aber Achtung: Am St. Moritzersee trafen sie an ein Unfallszenario. Es galt somit Ernst, denn die Teilnehmenden mussten ihr Gelerntes umsetzen. Sie mussten die Aufgabenstellung der Unfallsituation lösen.

Sowohl die Militärpolizei (MP) wie die Kantonspolizei (KP) waren vor Ort und zeigten den Teilnehmenden in den Gruppen an verschiedenen Präsentationsplätzen ihre Tätigkeit an Hand von Fallbeispielen auf.

Die MP und die KP erläuterten den Teilnehmenden bei einem Unfallhergang das weitere Vorgehen von der Unfallabsicherung und über das zur Verfügung stehende Material, wie Kamera, Spray, Kreide, Triopan, Leuchtkegel und Atemalkoholtests, etc.

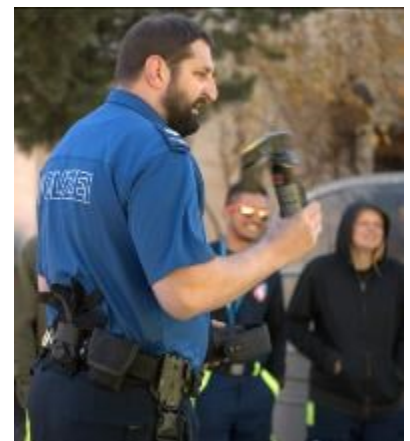
Die Polizei sprach aber auch über die Erwartungen von Dritten, da die Arbeit der Polizei primär reaktiver Natur ist. Sie zeigten den Teilnehmenden auf, dass sie auf die Zusammenarbeit mit der Öffentlichkeit angewiesen sind, um effizient und effektiv funktionieren zu können. Die Einstellung gegenüber der Polizei spielt eine wichtige Rolle.

LEHRREICH

INTERESSANT

SINNVOLL

SPANNEND



### Inhalt dieser Ausgabe

- Unfall am St. Moritzersee
- Portrait
- Aus dem Engadin
- Zum Schmunzeln
- Berufe Gesundheitswesen
- Aus der Armee
- Kulinarisches
- Impressionen Klasse 1
- Impressionen Klasse 2
- Impressionen Klasse 3
- Impressionen Klasse 4
- Leiter

Ausflug Klasse 3

## AULA - Portrait — Anja Gautschi



Stv. Klassenverantwortliche Anja Gautschi

### Merkmale:

- zuverlässig
- pünktlich
- direkt
- zielstrebig
- humorvoll
- engagiert
- kreativ
- sportlich
- treue AULA'nerin

LEHRREICH

INTERESSANT

SINNVOLL

SPANNEND

### Zur Person

Anja hat als 14-Jährige erstmals am AULA teil genommen. Sie hat die Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit mit eidg. Fähigkeitszeugnis mit Berufsmatura abgeschlossen und war vier Jahren in diesem Beruf tätig. Ausserdem schloss sie 2017 auch die Ausbildung als diplomierte Pflegefachfrau HF ab. Seit 2011 ist sie als Ausbilderin im SMSV tätig und nimmt seit 2012 die Funktion als technischer Leiter SMSV wahr. Sie ist zudem Chef Technik MSV aargauSüd. Ihre Passionen sind: reisen, fotografieren und lesen. Zudem ist sie Aktivmitglied der Feuerwehr und macht sehr gerne Jiu-Jitsu. Dies ist eine von den japanischen Samurai stammende Kampfkunst der waffenlosen Selbstverteidigung. Jiu Jitsu soll ein breites Spektrum von Möglichkeiten zur Selbstverteidigung und – unter anderem durch Stärkung des Charakters und Selbstbewusstseins – auch zur friedlichen Lösung von Konflikten bieten.



### Was bedeutet für Anja das AULA?

Bereits als Teilnehmerin hat sich ihr aufgezeigt, wie cool und gleichzeitig sinnvoll, interessant und lehrreich das AULA ist. Anja ist durch das AULA zum MSV aargauSüd gekommen, wo es ihr den Ärmel ganz rein genommen hat. Nach jedem AULA werden die Daten des nächsten AULA fest im Terminkalender fixiert. Sie freut sich immer wieder aufs Neue mit von der Partie zu sein. Für Anja ist es sehr schön zu sehen, wie die jugendlichen Teilnehmenden mitmachen, Spass haben und gleichzeitig etwas lernen.

### Funktionen im AULA

Anja ist seit 11 Jahren im AULA mit dabei und kennt das AULA somit bestens. Nachdem sie selbst einst Teilnehmerin war, hat sie dann während einem Jahr die Aufgabe als Gruppenleiterin inne gehabt. Seit nun bereits sieben Jahren ist sie Ausbilderin in der Klasse 2. Letztes Jahr hat Anja zudem die Aufgabe als Stellvertretung der klassenverantwortlichen Person übernommen und ist weiterhin in der Ausbildung der Klasse 2 tätig.

## Aus dem Engadin: Einer von acht Männern mit scharfem Blick

**Nicht nur die Natur des Schweizerischen Nationalparks hat sich seit seiner Gründung vor 100 Jahren verändert, sondern auch das Verhalten der Besucher. Alfons à Porta— ein Parkwächter erzählt von seinen Beobachtungen.**

Seit 1987 ist Alfons à Porta Parkwächter im Schweizerischen Nationalpark. À Porta ist seit 28 Jahren dabei. Als 33-Jähriger trat der Ftaner die Stelle an. Damals gab der Nationalpark nur im Sommerhalbjahr Arbeit. Im Winter verdiente der gelernte Schreiner sein Geld im angestammten Beruf sowie vor allem als Bergführer. Seit Mitte der 1990er Jahre werden die Parkwächter ganzjährig beschäftigt. Im Winter kann die Überzeit aus dem Sommer kompensiert werden.



Alfons à Porta, seit 30 Jahren Parkwächter im Schweizerischen Nationalpark, verfügt über ein gutes Auge und Naturkenntnisse. Doch ohne Fernglas oder Fernrohr ist er nie unterwegs. Zu weit sind die meisten Tiere entfernt. Das Val Trupchun kennt der Bündner am besten.  
(Bilder: Adrian Baer / NZZ)



Ende Mai zeigt er Markus Hofman das Val Trupchun, welches berühmt ist für seinen Reichtum an Wild. Im Herbst, während der Brunftzeit, stehen sich im nordwestlichen Teil des Nationalparks nicht nur Hunderte von Hirschen auf den Hufen, sondern ebenso viele Besucher auf den Füßen herum. Die Saison hat noch nicht begonnen. Teilweise sind die Wege gesperrt. Oben im Tal hat sich erst vor ein paar Tagen eine Lawine gelöst. Die meterhohen Schneemassen fuhren über Wege und apere Wiesen, verschütteten Murmeltiere und ihre Bauten. Als kleiner schwarzer Fleck erkennbar: Ein Bartgeier, der grösste Brutvogel der Schweiz, gleitet den Hängen des Val Trupchun entlang auf der Suche nach Kadavern.

À Porta läuft vorneweg. Er deutet auf ein Wiesenbord, an dem oft Kreuzottern zu sehen sind. Heute züngelt keine, denn es ist zu kalt. Immer wieder schlenzt er mit dem Fuss einen Stein aus dem Weg, der weiter unten, klack, klack, am Ufer der Ova da Trupchun aufschlägt. Der Bach zeigt sich von seiner sanften Seite. Ständig verändert er seinen Lauf, reisst Brücken mit sich, nagt Wege an – und gibt à Porta Arbeit. Die Schäden müssen die Parkwächter vor Saisonbeginn beheben.

Der Unterhalt des 80 Kilometer langen Wegnetzes gehört neben der Aufsicht zu den Hauptaufgaben der Parkwächter. Sowie, natürlich, die Erfassung von Pflanzen und Tieren: Die Aufseher gehen den Forschern zur Hand, die in diesem 170,3 Quadratkilometer grossen Gebiet untersuchen, wie sich alpine Talchaften entwickeln, wenn sie von den Menschen in Ruhe gelassen werden.

À Porta sammelt seltene Pflanzen, fängt Tiere ein, rüstet sie mit Sendern aus, nimmt die Bestände auf und protokolliert seine Beobachtungen. Anhand dieser Daten lassen sich die Veränderungen der Natur nachzeichnen – etwa die Tatsache, dass die Alpenschneehühner wegen des Klimawandels immer weiter in die Höhe ziehen.

Auch wenn Parkwächter nicht mehr die Autoritätspersonen von früher sind, so bringt man ihnen noch immer Respekt entgegen. «Die Besucher halten sich im Grossen und Ganzen an die Vorschriften». Das Verlassen der Wege wird mit 250 Franken, das Blumenpflücken 150 Franken gebüsst. Der meistbegangene Verstoss, ist das Mitführen von Hunden, 200 Franken. 18 Übertretungen verzeichnete man 2012. Bei rund 150 000 Besuchern sind das nicht viele.



## Zum Schmunzeln ... Guten Morgen — Kaffee gefällig ?

### GUTEN MORGEN

„Los jetzt !  
Aufstehen !  
Der Tag versaut  
sich nicht  
von selbst !“

„Mein Aufwach-  
verhalten entspricht  
etwa einer dicken Per-  
serkatze. Und ich habe  
morgens die gleiche  
Frisur !“

### GUTEN MORGEN

„Habe direkt nach  
dem Aufstehen ge-  
lächelt. Ich glaube ich  
habe mir das Gesicht  
ausgekugelt !“

### GUTEN MORGEN

### GUTEN MORGEN

„Jeden Morgen bin ich  
hochmotiviert und  
voller Tatendrang bis  
diese Sache mit dem  
Aufwachen passiert !“

### GUTEN MORGEN

„So richtig wach  
werde ich meistens  
erst, wenn ich abends  
wieder ins  
Bett gehe !“

### GUTEN MORGEN

„Der eine Tag, der  
alles im Leben  
verändern kann,  
beginnt jeden Morgen  
neu !“

### GUTEN MORGEN

„Bin gerade erst aufge-  
standen und schon wurde  
ich von meiner Wage belo-  
gen, von meinem Spiegel  
gemobbt, aber mein  
Kaffee, der liebt mich !“

### GUTEN MORGEN

„Mein Bett und ich  
lieben uns über alles,  
aber mein Wecker will  
das einfach  
nicht akzeptieren !“



**Rettungsanitäterinnen und Rettungsanitäter leisten verunfallten oder erkrankten Menschen ausserhalb des Spitals professionelle erste Hilfe. Sie untersuchen und betreuen Patienten und entscheiden mit fundiertem Fachwissen über die weiteren medizinischpflegerischen und bergungstechnischen Massnahmen.**

Wenn nötig legen sie Infusionen und verabreichen Medikamente. Sobald der Patient versorgt ist, transportieren sie ihn mit der Ambulanz ins geeignete Zielspital. Sie arbeiten in unabhängigen oder spitalgebundenen Rettungsdiensten.



### Voraussetzungen

- ▶ Abgeschlossene Berufslehre mit eidg. Fähigkeitszeugnis, Fachmittelschulabschluss oder gymnasiale Matur
- ▶ Grundkenntnisse in Physik, Chemie und Biologie
- ▶ Freude am Umgang mit Menschen
- ▶ Körperliche und psychische Belastbarkeit
- ▶ Verantwortungsbewusstsein und Konzentrationsfähigkeit
- ▶ Geistige Flexibilität und die Bereitschaft, sich auf rasch wechselnde und komplexe Situationen einzustellen
- ▶ Interesse an naturwissenschaftlichen und technischen Zusammenhängen
- ▶ Sehr gute Sprachkenntnisse, Führerausweis Kat. B
- ▶ Erfolgreich absolviertes Aufnahmeverfahren

### Ausbildung

Die Ausbildung setzt sich aus drei Jahren Ausbildung an der höheren Fachschule medi, Zentrum für medizinische Bildung sowie zwei Jahre an der Höheren Fachschule medi, Zentrum für medizinische Bildung für Pflegefachpersonen mit einem vom SRK anerkannten Diplom zusammen. Die Ausbildung besteht aus Schulunterricht, Einsatz im Ausbildungsbetrieb und Spezialpraktika. Man zahlt Semestergebühren und erhält einen Studierendenlohn während der gesamten Ausbildung.



### Aus dem Alltag

Täglich wird man mit den verschiedensten Situationen konfrontiert. Oft muss man die eigenen Emotionen zurückstellen, wenn man mit besonders tragischen und belastenden Situationen konfrontiert wird. Besonders traurig sind Unfälle, bei denen Kinder involviert sind. Darüber spricht man nach dem Einsatz im Team. Es besteht



Im AULA Leiterteam findest du diverse Personen, die im Gesundheitswesen eine Ausbildung oder Weiterbildung absolviert haben. Bei ihnen kannst du weitere Infos aus dem Berufsalltag und/oder der Ausbildung erfragen.

Wäre dies ein Beruf für dich?

Weitere Infos findest du z.B. unter [www.oda-gesundheit.ch](http://www.oda-gesundheit.ch)

auch die Möglichkeit, bei Bedarf mit psychologisch geschulten Fachpersonen die Einsätze zu besprechen und so zu verarbeiten. Angst davor, Fehler zu machen, darf man nicht haben, aber Respekt vor der Aufgabe.

Man arbeitet immer als Team und trifft Entscheidungen gemeinsam. Der Beruf ist wunderschön, so seltsam das tönen mag. Man arbeitet aber für Menschen, die sich in einer Notsituation befinden.

**Titel:** Dipl. Rettungsanitäterin/Rettungsanitäter HF

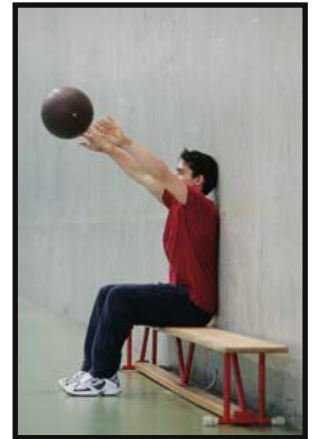
## Armee: Fitnessstest bei der Rekrutierung

Die fünf Disziplinen des Fitnessstests erlauben es, nach einfachen, aber modernsten Methoden die wesentlichen Faktoren der körperlichen Leistungsfähigkeit zu messen.

Es handelt sich dabei um folgende Disziplinen, auf die Sie sich im Vorfeld der Rekrutierung gezielt vorbereiten können:

### 1. Medizinballstossen (Schnellkraft der Arme)

2-kg-Medizinballstoss aus dem Sitzen: Gemessen wird die Distanz von der Wand hinter der Langbank bis zum Landepunkt des Balls (3 Versuche).



### 2. Standweitsprung (Schnellkraft der Beine)

Standweitsprung mit Absprung auf dem Hallenboden und Landung auf der Matte: Gemessen wird die Distanz von der Absprunglinie bis zum hintersten Berührungspunkt des Körpers bei der Landung (3 Versuche).

### 3. Globaler Rumpfkrafttest (Kraft der globalen Rumpfmuskulatur)

In der vorgegebenen Position (Unterarmstütz) werden im Sekundentakt abwechselnd der linke und rechte Fuss vom Boden um eine halbe Fusslänge angehoben. Gemessen wird die Zeit bis zum Übungsabbruch (1 Versuch).



### 4. Einbeinstand (Koordinationsfähigkeit)



Mit den Händen hinter dem Rücken wird beim Start ein Fuss in die Kniekehle gelegt. Nach 10 Sekunden müssen die Augen geschlossen werden. Nach weiteren 10 Sekunden muss der Kopf mit geschlossenen Augen nach hinten in den Nacken gelegt werden. Die Zeit bis zum Verlust des Gleichgewichts wird für das linke und das rechte Bein gemessen. Für das Resultat werden beide Zeiten zusammengezählt (1 Versuch).

### 5. Progressiver Ausdauerstest (Ausdauerleistungsfähigkeit)

Der Ausdauerstest findet entweder auf der Rundbahn im Freien oder in der Halle als 200m Pendellauf statt. Für die beiden Varianten gelten nicht dieselben Wertetabellen. Das Lauftempo wird durch ein akustisches oder optisches Signal vorgegeben. Die Startgeschwindigkeit ist 8,5 km/h. Die Geschwindigkeit steigt immer nach 200m um 0,5 km/h. Gestoppt wird die Zeit, sobald das Tempo nicht mehr mitgelaufen werden kann (1 Versuch).



Im AULA Leiterteam findest du diverse Armeeangehörige, die dir bei weiteren Fragen jederzeit gerne zur Verfügung stehen.

Weitere Informationen findest du unter:

[www.vtg.admin.ch/content/vtg-internet/de/.../92\\_055\\_d\\_Rekrutierung.pdf](http://www.vtg.admin.ch/content/vtg-internet/de/.../92_055_d_Rekrutierung.pdf)

## Etwas Kulinarisches aus der Region

### Bündner Birnbrot



#### Zutaten Birnbrot

- 10 g Hefe
- 1 TL Zucker
- 250 g Weismehl
- 1 Prise Salz
- 25 g Butterflocken
- lauwarme Milch-Füllung
- 250 g Dörrbirnen
- 100 g Feigen
- 100 g Sultaninen
- 25 g Orangeat
- 25 g Zitronat
- 50 g Haselnüsse
- 75 g Baumnüsse
- 10 g Birnbrotwürze
- 1/4 dl Obstbranntwein oder Calvados



Die Weihnachtszeit und Silvester/Neujahr ohne Birnbrot – das kann man sich in Graubünden nicht vorstellen!

#### Zubereitung

1. **Teig:** Hefe und Zucker verrühren. Das Mehl und eine Prise Salz in eine Schüssel geben und Hefe dazugeben.
2. 25 g Butterflocken und lauwarme Milch beifügen und zu einem Teig kneten, zugedeckt und warm 1 Stunde stehen lassen.
3. **Füllung:** Dörrbirnen und Feigen durch den Wolf drehen.
4. Die Sultaninen das Orangeat und Zitronat dazugeben. Mit 1/4 dl Obstbranntwein übergossen und einige Zeit marinieren. Haselnüsse, Baumnüsse und Birnbrotwürze dazugeben.
5. 3/4 des Teiges zur Füllung geben, gut kneten und 1/2 Stunde ruhen lassen.
6. Die Füllung zu einem länglichen Brot formen. Den Rest des Hefeteiges zu einem Rechteck ausrollen.
7. Die Teigenden mit Eigelb bestreichen. Die Füllung in den Teig rollen.
8. Mit Eigelb bestreichen und mit einer Gabel einstechen. 29 Minuten ruhen lassen.
9. **Backzeit:** Im vorgeheizten Ofen bei 200° Grad 30 Minuten backen und bei 180° Grad 1 Stunde fertigbacken lassen.



Rezept



# Impressionen - aus der Klasse 1





# Impressionen - aus der Klasse 2



# Impressionen - aus der Klasse 3



# Impressionen - aus der Klasse 4



Diverse Fotos



**Wöber Zoe**  
**Pfändler Alexander**

**Wir**  
**GRATULIEREN**



**heute 11.10.2017**

**HEUTE IM KIOSK**

**1 CHIPS +**  
**1 ALKOHOLFREIES**  
**BIER**

**CHF 5.00**