



Themen in dieser Ausgabe:

- Besuchstag
- Menus
- Der richtige Mann zur richtigen Zeit am richtigen Ort
- Sektion Winterthur
- Steve von Bergen: «Der Armeedienst liegt mir am Herzen»
- Bilder
- Rettungssanitäter
- Rätsel / Humor / Region



Menus für Donnerstag, 09. Oktober 2014

Morgenessen /
Mittagessen

Brunch



Abendessen

Heisser Schinken
Saucenkartoffeln oder Geschwellti
Salat

Der richtige Mann zur richtigen Zeit am richtigen Ort

15.09.2014 | Letizia Paladino, Kommunikation Heer



Maurizio Frigerio: Der richtige Mann zur richtigen Zeit am richtigen Ort.

Als er an diesem Montagmorgen aufsteht, ahnt Adjutant-Unteroffizier Maurizio Frigerio noch nichts von der Herausforderung, die auf ihn zukommen wird. Auf der Fahrt in die Kaserne trifft er auf eine Gruppe von Menschen, von denen einer am Boden liegt. Die Erste-Hilfe-Massnahmen von Maurizio Frigerio werden diesem Mann das Leben retten.

«Es war zehn Uhr morgens. Ich fuhr gerade in Richtung Kaserne, als ich auf eine Gruppe Velofahrer traf, die am Strassenrand bei einem Mann standen, der am Boden lag.

Ich hielt an und fragte, ob sie Hilfe bräuchten, und merkte gleich, dass sie unter Schock standen», berichtet Adjutant-Unteroffizier Maurizio Frigerio, Instruktor bei den Sanitätstruppen von Airolo. Nachdem er die Vitalzeichen des Mannes kontrolliert hat, ruft er bei den Rettungskräften an und erklärt ihnen die Lage. «Genau in diesem Moment hörte er auf zu atmen. Da ich seinen Puls nicht mehr spüren konnte, habe ich direkt eine Herzmassage vorgenommen.»

Nach einer Viertelstunde, während der Frigerio ununterbrochen das Herz des Mannes massiert, trifft der Krankenwagen ein, und die Rettungskräfte kümmern sich um den immer noch notleidenden Patienten. Sie versuchen sofort, den Patienten mit Hilfe von Defibrillator und Medikamenten wiederzubeleben, bis sie ihn schliesslich intubieren. «Gegen 10:30 Uhr traf ein Helikopter ein. Der Patient konnte zu diesem Zeitpunkt bereits wieder selbstständig atmen. Er wurde dann in die Herzklinik von Lugano gebracht», erzählt Maurizio Frigerio. «Ich konnte ihn zwei Tage später anrufen und nach seinem Befinden fragen. Ich habe ihn dann auch im Krankenhaus besucht.» Der Mann war sehr glücklich, noch am Leben zu sein, und bedankte sich noch einmal bei seinem Retter. Nach einer Herzoperation und einigen Tagen in der Klinik konnte er wieder nach Hause gehen.

Die Sektion Winterthur stellt sich vor

Der Militär-Sanitäts-Verein Winterthur, gegründet 1901, ist ein Sanitätsverein mit sehr guter Infrastruktur und bestens ausgebildeten Mitgliedern.

Vereinsleben

Der MSV Winterthur hat ein sehr aktives Vereinsleben. Dazu gehören pro Jahr zehn fachtechnische Übungen. Schon seit Jahren dürfen wir für Übungen und Kurse die Räumlichkeiten im Kantonsspital Winterthur benutzen. Dieser ist zentral gelegen und auch per ÖV gut für Mitglieder und Kursteilnehmer zu erreichen. Die «elfte Übung» im Jahr findet im November statt. Da rückt die Pflege der Kameradschaft in den Vordergrund. Letztes Jahr zum Beispiel gingen wir kegeln. Das, was man in den Übungen lernt und immer wieder repetiert, kann an mehreren Sanitätsdiensten angewendet werden. Wir haben sehr interessante Anlässe wie zum Beispiel das Veltheimer Dorffest, das Junioren-Fussballturnier oder die Unterlandstafette, an denen wir Postendienst leisten. Der grösste Event ist jeweils der Winterthurer Marathon. Da sind wir auf Hilfe von anderen Sektionen angewiesen. Wenn dann noch das Dorffest am gleichen Wochenende wie der Marathon stattfindet, ist das Organisationstalent unserer Chefin San Dienste, Maja Lüthi, gefragt.

Unsere Mitglieder sind eine bunte Truppe, wenn man das mal so salopp formulieren darf. Es sind verschiedene Berufssparten vertreten. Sowohl Leute aus medizinischen Berufen wie auch solche, die sich rein hobbymässig mit Erster Hilfe und allem Drumherum beschäftigen, machen bei uns im Verein mit. Jede und jeder profitiert auf eine Weise vom Wissen und Können der anderen.

Präsidentin:

Jeannine Hauri
Breitenstrasse 1
8542 Wiesendangen

e-Mail: winterthur@smsv.ch
Website: www.msv.ch



Steve von Bergen: «Der Armeedienst liegt mir am Herzen»

Die deutsche Nationalmannschaft ist mit dem Weltmeistertitel nach Hause zurückgekehrt, der Spitzensportler der Armee Steve von Bergen mit einem gebrochenen Augenhöhlenboden und einer Gehirnerschütterung. Nach einigen Wochen wohlverdienten Urlaubs konnten wir ihm zwischen zwei Trainingseinheiten ein paar Fragen stellen.
25.08.2014 | Letizia Paladino, Kommunikation Heer

Wer die Weltmeisterschaft verfolgt hat, konnte Sie das letzte Mal sehen, wie Sie mit blutüberströmtem Gesicht vom Platz gingen, nachdem Sie einen Fusstritt ins Gesicht erhalten hatten. Wie geht es Ihnen heute?

Ich hatte Glück. Man hat mich operiert und Naht und Stiche liegen innen. In ästhetischer Hinsicht haben sie das perfekt hinbekommen. Die eigentliche Verletzung ist sehr gut verheilt. Der gebrochene Knochen, der Augenhöhlenboden, bereitet mir deutlich weniger Probleme, aber aufgrund des Fusstritts ist meine linke Gesichtshälfte zu 90 % gefühllos. Die Ärzte sagen, dass es sechs Monate bis ein Jahr dauern kann, bis das Gefühl zurückkehrt. Ich konnte bereits gegen Ende Juli – genauer gesagt am 21. Juli – mein Training mit leichten Laufeinheiten wieder aufnehmen.

Nach Ihrer Rückkehr haben Sie sich nur zwei Spiele angesehen, bevor Sie eine Pause vom Fussball genommen haben. War diese Auszeit wichtig?

Ich habe Ferien gemacht, das war notwendig für den Kopf. Ich war einen Monat lang von meiner Familie getrennt, und es war mir wichtig, wieder bei meinen Angehörigen zu sein. Das Spiel gegen Argentinien war das einzige Spiel, das ich mir angesehen habe, aber das war normal. Anschliessend habe ich mich nur über die Ergebnisse auf dem Laufenden gehalten. Die Schweiz hat sich wirklich kämpferisch, angriffslustig und ohne Komplexe präsentiert. Wir haben alle unsere Trümpfe ausgespielt. Gegen Argentinien hat die Schweiz vor den Augen der ganzen Welt gute Werbung für sich gemacht. Wir sind gegen den Finalisten der Weltmeisterschaft zwei Minuten vor dem Elfmeterschiessen ausgeschieden.



Sie haben in Deutschland und in Italien gespielt. Welche Erfahrungen konnten Sie im Ausland sammeln?

Ich wurde in Neuenburg geboren, also war es schon eine erhebliche Umstellung im Hinblick auf die Sprache und die Kultur. Im Ausland hat Fussball einen anderen Stellenwert, der Fussballer auch. Damit muss man erst einmal umzugehen lernen. Ich bin niemand, der sich gerne in den Vordergrund drängt, und dort steht man dann von einem Tag auf den anderen mitten im Rampenlicht. Alles wird um ein Vielfaches verstärkt, es ist nicht mehr das richtige Leben, und man muss lernen, damit zurechtzukommen. Wenn du ins Restaurant gehst, wirst du von allen erkannt, alle wollen mit dir reden oder Fotos machen. Man muss lernen, damit umzugehen. Wenn das 40. Foto des Abends erreicht ist und du eigentlich mit deiner Frau zum Essen ins Restaurant gegangen bist, ist das nicht gerade der schönste aller Momente. Was den Fussball anbelangt, ist so ein Aufenthalt eine kulturelle Bereicherung; als Mensch bin ich daran gewachsen. In Italien muss man lernen, dass Regeln gebeugt werden können. Dort sagt man dir „Wird sofort erledigt!“, und das bedeutet vielleicht in zwei bis drei Tagen. Ich bin ein bisschen offener geworden und sehe die Welt mit anderen Augen. Wenn ich jetzt in der Schweiz Ausländern begegne, dann kann ich mir vorstellen, wie sie sich fühlen.

Sie sind Spitzensportler der Armee. Wo haben Sie Ihre Rekrutenschule absolviert?

Das war in Colombier bei der Infanterie. Nach den ersten drei bis vier Wochen der militärischen Ausbildung hatte ich das Glück, die Rekrutenschule absolvieren und dabei nachmittags drei Stunden abwesend sein zu dürfen, um zu trainieren, ohne bei den Spitzensportlern in Magglingen eingegliedert gewesen zu sein. Ich hatte es versäumt, mich dort um einen Platz zu kümmern. Anschliessend habe ich an zwei oder drei Wiederholungskursen teilgenommen, bevor ich ins Ausland gegangen bin. Ich hatte das Recht, mich zu entfernen, um zu trainieren, aber letztendlich habe ich zusätzliche Tage absolviert, um meine Abwesenheitszeiten auszugleichen.

Sie sind also nach mehreren Jahren, in denen Sie nicht im Dienst waren, in die Ränge zurückgekehrt?

Bei meiner Rückkehr in die Schweiz bin ich wieder eingegliedert worden. Mein Material hatte ich zurückgegeben, da ich sechs Jahre im Ausland war. Mit 30 Jahren bin ich in die Schweiz zurückgekommen, habe wieder meine Papiere eingereicht und ein Gesuch für Magglingen gestellt. Mein Rang ist nicht der eines Spitzensportlers oder Soldaten, sondern ich gehöre zum Fachpersonal. Das ist das erste Mal, dass ich «Fachpersonal» bin (lacht).

**Was macht ein Fussballer im Wiederholungskurs?**

Ich habe das Glück, von einem Konditionstrainer unterstützt zu werden, Übungen zu haben und mich in meinem Spezialgebiet weiter perfektionieren zu können, und das alles, während ich meinen Armeedienst leiste. Wir sind mehrere Fussballer, die von diesem Angebot profitieren. Man trifft Spieler, die im Verein normalerweise Gegner sind, und hier kommt man zusammen, um zu trainieren. Es ist auch mal angenehm, wenn Vereinsgegner zu Mitspielern werden. Aber von Zeit zu Zeit ist auch Büroarbeit zu erledigen. Wichtig ist, in den drei Wochen nicht unsere Kondition zu verlieren. In Magglingen kann ich bei den Wiederholungskursen meinen Rhythmus beibehalten und gleichzeitig meine bürgerliche Pflicht erfüllen. Ich glaube, ich werde das noch etwa drei oder vier Jahre machen, aber das müsste ich nachrechnen. Ich habe mit 18 Jahren angefangen, weil ich musste, aber es ist eine Erfahrung, die mir gefällt, und es liegt mir am Herzen, den Armeedienst bis zum Ende zu absolvieren.

Sie sagen, den Armeedienst abzuschliessen, liegt Ihnen am Herzen. Was sagen Sie all den Jugendlichen, denen es besonders schwerfällt, sich dafür zu begeistern?

Ich habe viel gesehen, auch Länder, in denen alle Wehrdienst leisten müssen, selbst die Frauen. In der Schweiz ist der Armeedienst Teil unserer Kultur. Ich denke, dass der Armeedienst für jeden Jugendlichen eine gute Sache ist und dass man dabei viele Erfahrungen fürs Leben sammeln kann. Man lernt Disziplin und Eigenverantwortung, aber auch vieles über unser Land. Und es kann niemals schaden, Disziplin und Eigenverantwortung zu lernen.











Rettungssanitäter - Mein Traumberuf

Warum ich diesen Job mache. Bericht von Fritz Ramseier

Schon mit 16 Jahren bin ich einem Samariterverein beigetreten. Ich wollte wie meine Eltern, an Veranstaltungen Menschen helfen können. Dabei bewunderte ich immer die Sanitäter, die dann gerufen wurden, um Patienten abzuholen und in den Spital zu bringen. Leider konnte man diesen Beruf nicht direkt nach der Schule erlernen. Damals gab es den Beruf Rettungssanitäter noch nicht.

Also habe ich mich entschlossen, eine Lehre als Konstruktionsschlosser zu machen. Diese Lehre dauerte 4 Jahre.

3 Jahre danach bekam ich die Möglichkeit, als Ambulanzfahrer und zugleich im Technischen Dienst in einem Spital zu arbeiten. Mein Traum ging in Erfüllung.

Wiederum 3 1/2 Jahre später öffnete sich für mich eine Türe und ich hatte die Möglichkeit, die Ausbildung als Rettungssanitäter zu machen. Diese Lehre als Rettungssanitäter konnte ich mir, berufsbegleitend in 3 Jahre ermöglichen.



Im Jahre 1993 hatte ich mein Ziel erreicht, den Titel Rettungssanitäter tragen zu dürfen. Seither bin ich als Dipl. Rettungssanitäter auf den Strassen des Kantons Zürich und jetzt Kanton Aargau unterwegs. In dieser Zeit gab es schöne, aber auch nicht so schöne Erlebnisse.

Als Beispiel:

In einer Samstagnacht, in der man nach dem 5. oder 6. betrunkenen Patienten einfach findet: **jetzt reicht es!**



Oder bei einen Verkehrsunfall, bei dem es Tote gegeben hat. Oder in der Nacht der Streetparade.



Der Dienst beginnt um 11.00 Uhr. Nach 10 Einsätzen schaut man auf die Uhr. Es ist erst einmal 20.00 Uhr. Und der Feierabend? Der ist dann erst um Mitternacht oder noch später.

Nach solchen Bildern kommt schon auch ab und an mal die Frage auf: Wieso mache ich diesen Beruf überhaupt?

Aber zum Glück überwiegen ja die Einsätze, die man freudiger in Erinnerung hält.

Beispielsweise: Eine Geburt!

Als Rettungssanitäter Hebamme sein und ein Kind auf die Welt begleiten, das durfte ich mehr als nur einmal. Und anschliessend Mutter, Vater und Kind gesund und glücklich beieinander zu sehen.

Oder aber Patienten Zuhause oder auf der Strasse zu holen und ihnen eine gute Betreuung zukommen zu lassen. Ihnen die Schmerzen zu nehmen um Sie dann im Spital in die Hände der Notfallstation zu bringen. Dann im Spital ein Dankeschön und ein Lächeln zu erhalten. Das ist auch für mich, ein einmaliges Gefühl.

Wenn ich auf diese Zeit zurückschaue, kann ich nur sagen, dass meine Entscheidung, diesen Beruf zu erlernen, um den Menschen helfen zu können, einzig und alleine richtig war. Und diese Entscheidung bereue ich bis heute nicht.

Fritz Ramseier,
Klassenverantwortlicher
Klasse I



Rätsel



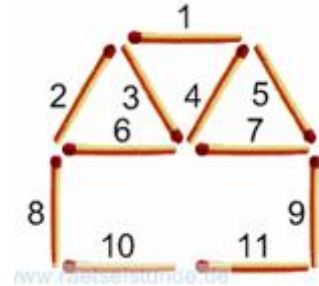
Welches Tier fährt auch über Strassen?



Anagramme zum Thema Fahrrad
SACHTNNGAGLUG, CHIPSEE,
KERLORTEF, GINKELL, ZICKEFLUG,
MANDOY

Was passiert mit einem Engel, wenn er in einen Misthaufen fällt?

Lege ein Streichholz so um, dass ein Dreieck und drei Vierecke entstehen.



Lösungen von gestern:

Die Blindschleiche, weil sie eine Eidechse und keine Schlange ist. Die Gans, weil sie kein Wild ist. Die Synapsen, weil sie keine Blutgefäße sind, sondern Kontakte zwischen den Nervenzellen. Nuss. Blasebalg.

Humor



Ein Gast beschwert sich beim Kellner über die Wurst.
Der Kellner rechtfertigt sich: „Was stört Sie denn so an der Wurst?“ Der Gast: „Die Zipfel stören mich.“
Der Kellner: „Aber jede Wurst hat doch zwei davon!“
- „Das schon“, meint der Gast, „aber bei dieser sind sie viel zu nah beisammen!“

Sagt der Angestellte zum Chef: „Sie sollten meinen Lohn erhöhen, schon drei Unternehmen sind hinter mir her.“ Fragt der Chef: „so, welche denn?“ Der Angestellte: „EW, Gasgesellschaft und Swisscom.“



„Als was gehen Sie zum Kostümball?“ -
„Als Känguruh.“ - „Ah, verstehe: leerer Beutel, grosse Sprünge.“

Der Gast: „Herr Ober, ein Ei, bitte, aber nur frisch und von einem frei laufenden Huhn. Dann noch ein Rumpsteak, aber nur von einer schwarzbraunen Kuh!“ Der Ober: „Sehr wohl, der Herr, und wie hätten Sie gerne die Zahnstocher? In Teak oder lieber in Mahagoni?“



Aus der Region

Stand-Up-Paddling: Erhobenen Hauptes übers Wasser gleiten

So schön kann man den See nur mit dem SUP-Board geniessen: Nicole Reinhart unterwegs auf dem Schwarzsee.



Was polynesischen Fischern zur Nahrungssuche diente, mausert sich bei uns zur beliebten Freizeitbetätigung: Stand-Up-Paddling, aufrechtes Paddeln auf einem eigens dafür konzipierten Brett. Der neue Trendsport ist einfach auszuüben, macht Spass und hält fit.

Nicole Reinhart (27) zieht das Paddel durchs Wasser und gleitet aufrecht auf ihrem Board stehend lautlos über das glitzernde Blau. Der See ist spiegelglatt an diesem Abend, und es ist ihr anzusehen, dass sie vom neuen Trendsport, dem Stand-Up-Paddling, kurz SUP genannt, rundum begeistert ist.

AUF STEHENDEN UND FLIESSENDEN GEWÄSSERN

«Man fühlt sich wirklich ein wenig erhaben, wenn man auf dem SUP-Board über die Wasseroberfläche gleitet», sagt Nicole Reinhart. «Und man hat einen tollen Blick auf die Unterwasserwelt und das Ufer.» Oft steigt die Versicherungskauffrau aus Ostermündigen BE abends aufs Brett, gerade so wie andere joggen gehen. Auf das Stehpaddeln stiess sie vor drei Jahren in den Flitterwochen im Surfparadies Maui/Hawaii, wo sich die anderen Surfer damit vergnügten, wenn der Wind ausblieb. Sie hatte auf Anhieb

eine gute Balance und viel Spass auf dem Brett. Kaum zu Hause, kauften sie und ihr Mann sich SUP-Boards. Diese sind nun immer mit dabei, wenn das Paar in den Ferien mit dem Surf-Equipment im VW-Bus von Küste zu Küste oder von See zu See tingelt.

Stand-Up-Paddling ist wie Spazieren auf dem Wasser

«Stand-Up-Paddling ist wie Spazieren auf dem Wasser», umschreibt Instruktor Stefan Haldemann die SUP-Technik. Man muss zwar schwimmen können, aber weder rudern noch surfen. Man stellt sich aufrecht aufs Brett, die Zehen zur Brettspitze gerichtet, fasst das Stechpaddel mit der einen Hand oben am T-Stück, mit der anderen am Schaft, taucht es abwechselnd links und rechts für einen Paddelzug ins Wasser, und schon kommt man mühelos voran. «Ob jung oder alt, trainiert oder untrainiert: Wer gesund ist, kann den Sport ausüben», sagt Stefan Haldemann. «Jeder wählt Tempo, Distanz und Pausen, wie er gerade möchte.»

