



Schweizer Alpen-Club SAC
Club Alpin Suisse
Club Alpino Svizzero
Club Alpin Svizzer



Notfallkonzept

vom 1. Januar 2013

Von der Herbstversammlung zur Kenntnis genommen am 22. Oktober 2012.
Adressänderungen vom 12. März 2024

Inhaltsverzeichnis

1	Ziel und Zweck	3
1.1	Einleitung	3
1.2	Ziel	3
2	Verhalten nach einem Unfall.....	3
2.1	Benachrichtigung.....	3
2.2	Krisenstab	3
2.3	Teilnehmerliste.....	4
2.4	Kommunikation	4
2.5	Kenntnis.....	4
3	Anhang	5
3.1	Krisenstab	5
3.2	Checkliste Unfall.....	6
3.3	Grundsätze zur Medieninformation.....	12
3.4	Grundsätze zur psychologischen Hilfe nach Unfällen.....	13
3.5	CareLink / Merkblatt für Betroffene und Angehörige nach belastenden Ereignissen	13

1 Ziel und Zweck

1.1 Einleitung

Wie bei allen Tätigkeiten, die von menschlichem Verhalten geprägt sind, müssen auch beim Bergsport stets gewisse Restrisiken in Kauf genommen werden. Bergsport umfasst Tätigkeiten mit erhöhtem Risiko, ist jedoch keine Risikosportart.

Die Tourenleiter sind sich diesem Restrisiko bewusst und handeln vor und während der Tour nach bestem Wissen und Gewissen und dem dazu nötigen Verantwortungsbewusstsein. Während ihrer Ausbildung zum Tourenleiter wurden sie hervorragend auf ihre Aufgabe vorbereitet.

Trotz aller Umsicht kann es zu Unfällen kommen. Mit der Leistung der 1. Hilfe und der Rettung und allenfalls nötigen Weiterbehandlung der verunfallten Person durch medizinische Fachpersonen ist das Geschehene unmittelbar abgeschlossen; nun beginnt jedoch die Nachbearbeitung und diese Nachbearbeitung soll mit dem Notfallkonzept des SAC von allen Sektionen einheitlich behandelt werden.

1.2 Ziel

Das vorliegende Notfallkonzept legt fest:

- wer von der Sektion nach einem Unfall sofort zu benachrichtigen ist;
- wie setzt sich der Krisenstab zusammen mit den entsprechenden Telefonnummern;
- wo die aktuelle Teilnehmerliste hinterlegt ist;
- wer kommuniziert (Medien) nach aussen;
- wer das Notfallkonzept kennen muss.

2 Verhalten nach einem Unfall

2.1 Benachrichtigung

Unmittelbar nach dem Unfall ist eine Person des Krisenstabes zu benachrichtigen, diese Person ist während der Tour erreichbar und informiert die übrigen Mitglieder des Krisenstabs.

2.2 Krisenstab

Der Krisenstab setzt sich zusammen aus:

- Sektionspräsident;
- Tourenchef;
- Tourenverantwortlicher Winter (Unfall im Winter);
- Tourenverantwortlicher Sommer (Unfall im Sommer);
- JO-Chef (Unfall mit Jugend).

2.3 Teilnehmerliste

Die Teilnehmerliste ist auf der Homepage hinterlegt. Zugriff auf die Teilnehmerliste haben der Tourenleiter und die Mitglieder des Krisenstabs. Der Tourenleiter ist für eine aktuelle Version der Teilnehmerliste besorgt: Stichzeit ist um 22:00 Uhr am Vortag der Tour.

2.4 Kommunikation

Den Medien wird durch direkt oder indirekt Beteiligte keine Auskunft erteilt, dies liegt allein in der Kompetenz des Sektionspräsidenten oder eine durch den Sektionspräsidenten autorisierte Person. Auf dem Unfallplatz macht der Tourenleiter die Teilnehmer auf diese Bestimmung aufmerksam.

2.5 Kenntnis

Das vorliegende Notfallkonzept richtet sich primär an alle Tourenleiter der Sektion und an die Mitglieder des Krisenstabs. Bei Unfällen handeln die Tourenleiter und Mitglieder des Krisenstabs gemäss dem Notfallkonzept, zusätzlich wird es vom Tourenleiter auf die Tour mitgenommen.

3 Anhang

3.1 Krisenstab

Präsident

Thomas Steiner
Juchstrasse 23
8192 Glattfelden
Natel 079 648 14 16
E-Mail praesidium@sac-rinsberg.ch

Tourenchef

Christian Siegle
In der Breite 11
8162 Steinmaur
Natel 079 322 36 24
E-Mail touren@sac-rinsberg.ch

Tourenverantwortlicher Winter

Markus Nägeli
In den Stapfeten 8
8345 Adetswil
Natel 076 535 01 59
E-Mail winter.touren@sac-rinsberg.ch

Tourenverantwortlicher Sommer

Samuel Perret
Rudenzweg 76
8048 Zürich
Natel 079 707 05 66
E-Mail sommer.touren@sac-rinsberg.ch

JO-Chef

Raphael Stottele
Rössligasse 2
8180 Bülach
Natel 079 348 16 21
E-mail jugend@sac-rinsberg.ch

3.2 Checkliste Unfall

Voraussetzungen / Empfehlungen

Notfallkonzept

Die Sektion verfügt über ein minimales Notfallkonzept. Dieses zeigt auf:

- ⇒ wer von der Sektion nach einem Unfall sofort zu benachrichtigen ist;
- ⇒ wo die aktuelle Teilnehmerliste zu hinterlegen ist;
- ⇒ wer im Krisenstab ist und entsprechende Telefonnummern.

Die Tourenleiter sind über das Notfallkonzept informiert und haben diese Angaben auf der Tour dabei.

Krisenstab

Die Sektion definiert einen ständigen Krisenstab. Eine Person aus dem Krisenstab sollte während Touren der Sektion erreichbar sein. Nach einem Unfall wird diese Person informiert. Mit Hilfe der Checkliste kann der Krisenstab aktiv werden.

Im Falle eines Ereignisses ist besonders zu beachten:

- ⇒ **Medien:** Keine Auskunft durch direkt oder indirekt Beteiligte. Nur die für die Medienkontakte bestimmte Person gibt Auskunft!
- ⇒ **Rechtliches:** Niemand äussert sich zur Schuldfrage oder stellt Vermutungen auf, solange die Abklärungen laufen!
- ⇒ **Psychologisches:** Wer ein Ereignis direkt oder indirekt miterlebt hat, muss es auch seelisch verarbeiten; eine Unterstützung für die Gruppe oder für Einzelne kann hilfreich sein.

Aufgabe des Tourenleiters oder eines Teilnehmers

Hilfsmittel: Notfallblatt und Notfallkonzept Sektion

<ul style="list-style-type: none"> ⇒ Gruppe sichern, weitere Unfälle verhindern; ⇒ wenn möglich Rettung und 1. Hilfe leisten; ⇒ professionelle Rettung organisieren und vorbereiten. 	<p>Rega ☎ 1414 (im Kanton Wallis ☎ 144) ohne SIM-Karte ☎ 112</p>
<p>Facts sammeln: für Polizei, Gericht, eigene Verarbeitung:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Fotos, Skizzen, Notizen · Rekapitulation der Tourenplanung / Planungsformular 	<p>Verhältnisse vor Ort, Wetter, Zustand der Teilnehmer etc. möglichst genau dokumentieren.</p>
<p>Gruppe am Unfallplatz betreuen:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Sind die Teilnehmer noch fähig weiterzugehen / abzustiegen? Schockreaktionen? · Situation / Geschehnisse vor Ort wenn möglich rekapitulieren. · Commitment über Informationspolitik, konkreter Vorschlag und Verweis auf Auskunftsperson für die Medien. (Zurückhaltung der Teilnehmenden bei privaten Telefonaten!) 	
<p>Information an den Krisenstab:</p> <ul style="list-style-type: none"> · was ist passiert · betroffene Teilnehmer · stimmt die hinterlegte Teilnehmerliste · Absprache was kommuniziert wird · wem muss noch gemeldet werden · Gruppe bleibt im Gebiet oder reist heim 	
<p>Abstieg:</p> <ul style="list-style-type: none"> · zurück zur Hütte oder Ausgangsort · Entscheid noch bleiben oder Heimreise · Betreuung der Gruppe 	<p>Inputs zur Betreuung der Gruppe z.B.:</p> <ul style="list-style-type: none"> · Individuelle Verarbeitung akzeptieren (Nähe suchen oder Distanz/ Alleinsein; zuhören, Gespräche zulassen, nicht aufzwingen, etc.) · ev. strukturierende Gespräche in der Gruppe (z.B. in der Hütte) · Jeder schreibt für sich das Erlebte auf (wird z.T. auch von der Polizei akzeptiert) · «Abschirmen» von Aussenstehenden · Reaktionen der Gruppenmitglieder beobachten (Appetit, Schlaf, etc.) und evt. weitere Hilfe anbieten (vgl. «Grundsätze Psychologisches»)

Aufgaben Krisenstab nach Eingang einer Unfallmeldung

Die Aufgabe des Krisenstabs ist, den Tourenleiter und die Gruppe bestmöglich bezüglich weiterem Vorgehen, Informationspolitik und psychologischer Unterstützung zu betreuen!

Phase 1 (1. Tag)

<p>Kontakt mit dem Tourenleiter:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Ist der Tourenleiter noch fähig die Gruppe zu führen? <input type="checkbox"/> Braucht er Unterstützung in der Organisation der Rettung? <input type="checkbox"/> Koordination was wo von wem kommuniziert wird? <input type="checkbox"/> Ev. Teilnehmerliste abgleichen <input type="checkbox"/> Weiteres Vorgehen abklären: wann kommt die Gruppe zurück <input type="checkbox"/> Wie wird der weitere Kontakt mit dem Tourenleiter sicher gestellt? <input type="checkbox"/> Was braucht der Tourenleiter noch für die Rückreise und Betreuung der Gruppe? 	<p>Telefonnummern / Notizen:</p> <p>Tel. Tourenleiter:</p> <p>Tel. Unterkunft:</p>	<p>Links zu weiteren Informationen:</p> <p><u>Grundsätze zur psychologische Hilfe</u></p>
<p>Kontakt mit der zuständigen Polizeistelle:</p> <p>Eine offene ehrliche Kommunikation unterstützt die Polizei und den Untersuchungsrichter in ihrer Arbeit.</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Was wird von Seite Polizei unternommen / benötigt? <input type="checkbox"/> Wer kann/muss was dokumentieren? <input type="checkbox"/> Absprache der Information der Angehörigen <input type="checkbox"/> Wird die Gruppe oder einzelne Teilnehmende für Abklärungen benötigt? 	<p>Name:</p> <p>Tel.:</p>	<p><u>Rechtliche Stellung des Tourenleiters</u></p> <p><i>Grundsätze Rechtliches noch erstellen</i></p>

<input type="checkbox"/> Wird der Tourenleiter für Abklärungen benötigt? <input type="checkbox"/> Termine koordinieren <input type="checkbox"/> Was wird in den Medien kommuniziert? Die Polizeimeldung wird vom Untersuchungsrichter verfasst. (Möglichst ohne Namen des Veranstalters!)		
Definition der Auskunftsperson: <input type="checkbox"/> Sämtliche Fragen von wo auch immer werden von dieser Person beantwortet. <input type="checkbox"/> Andere Beteiligte verweisen bei Fragen auf diese Person	Name: Tel.:	Grundsätze Medienauskunft
Gruppe betreuen, sobald möglich: <input type="checkbox"/> Wer ist für die Betreuung der Gruppe zuständig? <input type="checkbox"/> Möglichst die Gruppe gesamt empfangen <input type="checkbox"/> Information über angebotene Dienstleistungen <input type="checkbox"/> Möglichst Abgabe einer Kontaktliste an alle Betroffenen <input type="checkbox"/> Evt. strukturiertes Gespräch (Debriefing) mit oder ohne externe Fachperson <input type="checkbox"/> Abgabe Merkblatt «Psychologische Bewältigung von Ereignissen» (carelink)	Wer: Wann: Wo:	<i>Kontaktliste Infos:</i> <ul style="list-style-type: none"> · <i>Krisenstab</i> · <i>Auskunftsperson</i> · <i>Psychologische Nothilfenummer SAC</i> · <i>Juristische Beratung</i> · <i>Info über Versicherungssituation</i> www.carelink.ch <u>Merkblatt für Betroffene</u>

Phase 2 (im Laufe der 1. Woche)

Kontakt mit Angehörigen: <input type="checkbox"/> Info über Unterstützung die angeboten werden kann <input type="checkbox"/> Abgabe Kontaktliste <input type="checkbox"/> Weitere Termine		
Informationskoordination zwischen Gruppe und Angehörigen		
Information der Tourenleiter und Sektionsmitglieder: · Was ist wo, warum, bei wem passiert; klare Aussagen machen!		
Meldung auf der Geschäftsstelle Schweizer Alpen-Club SAC		www.sac-cas.ch
Ev. Meldung bei der Versicherung		
Ev. Meldung / Informationen von Alpinrecht		www.alpinrecht.ch
Im Todesfall: Todesanzeige, ev. Information der Sektionsmitglieder, Teilnahme an Beerdigung		
Gibt es weitere Treffen der Gruppe? Wann? Gestaltung?		

Phase 3 (im Laufe des 1. Jahres)

Kontakt zu Opfer/Angehörigen wiederholen	
Kontakt zu Teilnehmern wiederholen	
Kontakt / Info / Dank bei: <ul style="list-style-type: none">· Polizei· Hütte / Unterkunft· Rettung· Weitere Helferinnen und Helfer· Weitere Betroffene	
Ausstehende Rechnungen begleichen	

3.3 Grundsätze zur Medieninformation

Wichtig ist das «One-Voice-Prinzip»: Alle Personen verbreiten die gleiche Botschaft. Damit das erreicht wird, braucht es Disziplin. Am besten wird **eine** Person als Sprecher bestimmt.

Folgende **Grundsätze** sind als Auskunftsperson gegenüber den Medien und öffentlichen Stellen zu berücksichtigen:

- freundlich und verständnisvoll informieren;
- Mitgefühl für die Betroffenen ausdrücken;
- kein «no comment»;
- keine Vermutungen äussern, nur gesicherte Fakten falls diese noch nicht vorliegen, erwähnen dass das noch abgeklärt wird;
- keine Schuldzuweisungen gegen sich selber oder andere;
- keine Verteidigungsstrategie einnehmen;
- wenige Aussagen, jedoch mehrmals wiederholen.

Allgemein:

- alle Medien gleich behandeln
- Bei Anfragen zu anderen Unfällen: keine Stellungnahme (z.B. : ich war nicht zur entsprechenden Zeit an jenem Ort und kann aus diesem Grund die Situation nicht beurteilen)

Konstruktives Verhalten	Kontraproduktives Verhalten
Rasch, offen, kontinuierlich und umfassend informieren	Behinderung der Medienleute bei ihrer Arbeit
Klar und verständlich informieren. Eine klare Sprachregelung durchsetzen	Medienkontakte durch Personen, die nicht ausdrücklich als auskunftsberechtigte Sprecher bestimmt wurden.
Nur bestätigte Informationen verbreiten	Sich hinter einem «no comment» verstecken, auf Tauchstation gehen, beschönigen, bagatellisieren, herausreden
Persönliche Betroffenheit signalisieren, d.h. neben den «Facts & Figures» auch die emotionale Ebene berücksichtigen	«Salami Taktik» bei der Bekanntgabe der Wahrheit
Die Kommunikationsverantwortung auf oberster Führungsebene wahrnehmen	Verbreiten von Verdächtigungen, Anschuldigungen, Spekulationen

3.4 Grundsätze zur psychologischen Hilfe nach Unfällen

Ein Unfall oder ein sonstiges schweres Ereignis kann für die direkt und indirekt betroffenen Menschen auch eine seelische Belastung bedeuten. Jeder Mensch geht auf seine individuelle Art und Weise mit dem belastenden Ereignis um, insofern gibt es kein «Richtig» oder «Falsch».

Folgende **Hinweise** sollten berücksichtigt werden:

- Direkt am Unfallort ist Kameradschaftshilfe angebracht. Sie erfolgt nach den Prinzipien «Nähe» (Betreuung vor Ort), «Unmittelbarkeit» (so schnell wie möglich) und «Einfachheit» (einfache Betreuungsmethoden). Konkret kann das z.B. heißen, einer weinenden Person die Hand halten, zuhören, ein Gespräch anbieten, beim Abstieg voran gehen usw.
- In einer späteren Phase, z.B. in der Hütte oder zu Hause, können strukturierende Gespräche zur Verarbeitung des Geschehenen wertvoll sein. Wenn ein solches Gespräch («Debriefing») in der Gruppe stattfindet, ist zu entscheiden, wer das Gespräch leitet bzw. moderiert und ob allenfalls eine externe Fachperson (z.B. NotfallpsychologIn, «Care-Giver») beigezogen wird oder nicht. Für die individuelle Verarbeitung kann es auch hilfreich sein, das Erlebte aufzuschreiben.
- Personen, bei denen die Stresssymptome längere Zeit anhalten, sollten professionelle psychologische Hilfe in Anspruch nehmen.

Kontaktadresse und weiterführende **Informationen**:

- Der SAC bietet den Erstkontakt zu einer Psychologin an (SAC-Mitglied, Tourenleiterin). Sie unterstützt nach Bedarf bei der Suche einer Fachperson vor Ort.
- «Merkblatt für Betroffene und Angehörige nach belastenden Ereignissen» von «CareLink».

3.5 CareLink / Merkblatt für Betroffene und Angehörige nach belastenden Ereignissen

Was Angehörige und Freunde tun können

Zusammen Zeit verbringen	Verbringen Sie nach dem belastenden Ereignis Zeit mit den betroffenen Personen.
Unterstützung anbieten	Bieten Sie Hilfe an und ein offenes Ohr, auch wenn nicht um Unterstützung gebeten wurde.
Zuhören	Hören Sie zu, wenn Betroffene erzählen möchten. Manchmal tut es gut, immer wieder über das belastende Ereignis zu sprechen.
Nicht persönlich nehmen	Nehmen Sie Wut und Aggression nicht persönlich.
Privatsphäre wahren	Ermöglichen Sie Betroffenen Ihre Privatsphäre zu wahren. Schaffen Sie Rückzugsmöglichkeiten.
Eigenverantwortung fördern	Unterstützen Sie Betroffene, aber übernehmen Sie nicht zu viel Verantwortung. Achten Sie darauf, dass Betroffene aktiv bleiben.

Merkblatt für Betroffene und Angehörige nach belastenden Ereignissen

CareLink
Kirchgasse 5a
CH-8302 Kloten

Telefon +41 44 876 50 50
Telefax +41 44 803 31 50
E-Mail info@carelink.ch
Internet www.carelink.ch

CAREINK

CAREINK

Belastendes Ereignis Sie haben ein sehr belastendes Ereignis erlebt. Jeder Mensch hat seine Möglichkeiten, mit Stress und Belastungen umzugehen. Dennoch kann es jetzt oder später zu starken emotionalen und / oder körperlichen Reaktionen kommen. Dies sind häufige Reaktionen auf ein ausserordentliches Ereignis.

Stressreaktionen Manchmal treten Stressreaktionen oder emotionale Begleiterscheinungen sofort auf, manchmal erst nach Stunden oder Tagen. In einigen Fällen vergehen Wochen oder gar Monate, bevor Reaktionen auftreten.

Dauer Die Dauer der Veränderungen schwankt zwischen einigen Tagen und mehreren Monaten. In Einzelfällen halten sie auch länger an, je nach dem, wie schwerwiegend das Ereignis war.

Unterstützung Es kann auch das Gefühl aufkommen, zusätzlich professionelle Unterstützung zu benötigen (Arzt oder Psychologe). Dies kann bedeuten, dass das Ereignis derart belastend und aussergewöhnlich war, dass man derzeit nicht alleine damit fertig wird.

Häufige Stressreaktionen

Körper Erschöpfung, Müdigkeit, Übelkeit, Benommenheit, Kopfschmerzen, Schwitzen, Schlaflosigkeit.

Gedanken Nervosität, Konzentrations-schwierigkeiten, sich aufdrängende Erinnerungen, Alpträume, Unsicherheit, erhöhte Wachsamkeit.

Gefühle Angst, Niedergeschlagenheit, Wut, Hilflosigkeit, Schuldgefühle, plötzliche Gefühlsausbrüche, Panik.

Verhalten Rückzug von anderen Menschen, Schweigen, plötzliches Weinen, Appetitverlust oder -zunahme, Rastlosigkeit, Gereiztheit, unangebrachte Reaktionen, vermehrter Alkohol- oder Medikamentenkonsum.

Möglichkeiten zur Stressbewältigung

Gespräche Sprechen Sie mit vertrauten Personen darüber, was Sie bewegt und wie Sie sich fühlen. Schreiben Sie Ihre Gedanken auf, wenn Sie nicht schlafen können oder keinen Ansprechpartner haben.

Alltag und Gewohnheit Nehmen Sie Ihren normalen Tages- und Wochenrythmus wieder auf. Gewohnte, alltägliche Ver-richtungen geben Halt.

Beschäftigen Sie sich mit Dingen, die Ihnen sinnvoll erscheinen.

Zeit für Gefühle Nehmen Sie sich Zeit, zu trauern und zu weinen, wenn Ihnen danach ist. Es kann Ihnen so besser gehen, als wenn Sie versuchen, diese Gefühle zu unterdrücken oder zu verstecken.

Bewegung und Ruhe Betätigen Sie sich körperlich (Spaziergehen, Sport). Nehmen Sie sich jedoch genügend Zeit zum Ausruhen.

Ernährung Achten Sie darauf, ausgewogen zu essen und zu schlafen. Trinken Sie nicht mehr Alkohol als gewöhnlich.

Schritt für Schritt Setzen Sie sich kleine und erreichbare Ziele, um Veränderungen zu bewältigen. Gehen Sie Schritt für Schritt vor, anstatt alles auf einmal zu versuchen.

Erinnerung Wiederkehrende Gedanken und Erinnerungen an das Ereignis sind häufige Reaktionen. Diese werden in der Regel mit der Zeit seltener und weniger intensiv. Kämpfen Sie nicht dagegen an.

Sollten Ihre Beschwerden längere Zeit nach dem belastenden Ereignis anhalten und nicht schwächer werden, melden Sie sich bei einer Fachperson (z.B. bei Ihrem Hausarzt oder bei einem Psychologen).