



alpine rescue center

## Cursus Bergsport EHBO en Bergredding 12, 13, 14 juni 2009

Vrijdag 12 juni 2009

- 08.00 uur Verzamelen op de basis van Air Zermatt  
Voorstellen docenten
- 08.30 uur Rondleiding bij Bergreddingsdienst Air Zermatt
- 09.30 uur Pauze, aanloop naar het terrein
- 10.00 uur Praktijkoefeningen met het thema Bewustzijnsstoornissen  
o.a. Basic Life Support, benaderen slachtoffer, eigen veiligheid, bodycheck, epilepsie,  
over- en ondersuikering, beroertes, maatregelen bij bewustzijnsstoornissen, stabiele  
zijligging
- 12.00 uur Middagpauze in het terrein
- 12.30 uur Praktijkoefeningen met het thema Ademhalingsstoornissen  
o.a. Pneumothorax, spanningspneu, asthma-aanval, hyperventilatie, insectenbeet,  
verdrinking, verslikking
- 14.30 uur Pauze in het terrein
- 15.00 uur Praktijkoefeningen met het thema Circulatieproblemen  
o.a. hartinfarct, hartstilstand, angina pectoris, reanimatie, allergische reacties,  
hangtrauma, shock, bergingsdood, extra: defibrillatie
- Praktijkoefeningen met het thema Wondverzorging  
o.a. ehbo-materiaal, bloedingen, verbranding, bevriezing, geïmproviseerd spalken  
met o.a. samsplint en mitella
- 17.00 uur Afsluiting en nabespreking



alpine rescue center

## Cursus Bergsport EHBO en Bergredding 12, 13, 14 juni 2009

Zaterdag 13 juni 2009

- 08.30 uur Verzamelen op de basis van Air Zermatt
- 09.00 uur Praktijkoefeningen geïmproviseerd gewondentransport, organisatie van redding, psychische eerste hulp. extra: touwtakels
- 11.30 uur Terugkeer naar de Basis voor lunch
- 13.30 uur Seminar 'reddingen met de helikopter'  
Gevaren en mogelijkheden van een helikopterredding
- 14.00 uur Droogoefenen 'zwevend in- en uitstappen'
- 14.45 uur Pauze
- 15.00 uur Helikopteroefeningen praktijk  
Omgang met een helikopter, Zwevend in- en uitstappen in steil terrein, redding met longline en het MERS (Multi Evacuation Rescue System)
- 17.00 uur Afsluiting en nabespreking
- 20.30 uur Praktijk - Nachtoefening  
Organisatie en uitvoering reddingsactie



alpine rescue center



## Cursus Bergsport EHBO en Bergredding 12, 13, 14 juni 2009

Zondag 14 juni 2009

08.30 uur Verzamelen op de basis van Air Zermatt

09.00 uur Videofragment + Discussie 'De grenzen van een hulpverlener'

10.00 uur Bespreking EHBO-kit, medicatie

11.00 uur Pauze in het terrein

12.00 uur Praktijkoefeningen in het terrein

Sportblessures, kneuzingen, luxaties, botbreuken, rug- en nekletsel, amputatie-  
verwondingen, zonnesteek, hittestuwing, onderkoeling, sneeuwblindheid,  
hoogteziekte, hersen- en longoedeem

13.00 uur Middagpauze

14.00 uur Afsluitende praktijkoefeningen in het terrein

15.00 uur Afsluiting



alpine rescue center

## Cursus Bergsport EHBO en Bergredding 12, 13, 14 juni 2009



**Docenten:** Menno Boermans (Reddingsassistent), Oliver Kreuzer (Reddingsverpleegkundige), Bruno Jelk (Berggids en Reddingspecialist), Uwe Brolle (IC-Verpleegkundige), Katharina Klink (Medisch acteur), + alle medewerkers en piloten van Air Zermatt.

**Cursusleider:** Menno Boermans, [menno.boermans@alpinerescuecenter.ch](mailto:menno.boermans@alpinerescuecenter.ch)

**Prijs:** 495 euro

**Inclusief:** Organisatie, onderwijs, helikopterkosten, lunchpakketten, koffie en water op de basis en in het terrein, oefenmateriaal.

**Exclusief:** Reis- en verblijfskosten en eventuele huur van uitrusting.

**Uitrusting:** Zitgordel, wind- en waterdichte kleding, dagrugzak, evt. klimmateriaal, evt. takelmateriaal (minitraction en tibloc), helm, thermosfles, hoofdlamp, bergschoenen.

**Toelating:** De cursus staat open voor iedere serieuze bergsporter. Iedereen is verantwoordelijk om er voor zichzelf het maxima uit te halen. Tot de speciale doelgroep behoren tochtenleiders en bergsportinstructeurs. Voorkennis van knopen en touw(takel)technieken zijn een pré.

**Certificering:** De cursist krijgt na de cursus een BLS-certificaat, naar richtlijnen van het Swiss Resuscitation Council. Ook ontvangt de cursist een certificaat voor deelname aan de cursus, opgesteld door Air Zermatt en het Alpine Rescue Center.

**Onderkomen:** In Zermatt zijn vele hotels, in verschillende prijsklassen. Zie [www.zermatt.ch](http://www.zermatt.ch) Er is ook een kleine en simpele camping in Zermatt en een iets luxere camping in Täsch.

**Let op:** Zermatt is een autovrij dorp en voor gasten alleen per openbaar vervoer bereikbaar.

**Doorgang:** We proberen de cursus bij elk weer volgens het programma door te laten gaan. We behouden echter het recht om, bij onverwachte omstandigheden, het programma aan te passen.

**Helibasis:** De helikopterbasis van Air Zermatt is gevestigd aan de noordzijde van het dorp en te voet bereikbaar door vanaf het station de Bahnhofstrasse in noordelijke richting te volgen.