



## Bergwacht Schwarzwald

Partner

### Rettung und Naturschutz

Ski | Snowboard | Wandern | Trekking | Running | Bergsport | Biking

Sie finden in unserem Sortiment Ihre persönliche Outdoor-Ausrüstung. Eine große Auswahl, namhafte Hersteller und kompetente Beratung garantieren Ihnen, Ihren Sport – komplett und sicher ausgerüstet – genießen zu können.


Als Service bieten wir unseren Kunden – in unserem Haus, Klarastraße 100 – ganzjährig kostenlose Vorträge von Spezialisten über Themen wie z.B. Lawinenkunde, Umgang mit Suchgerät usw. an.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.  
Ihr **SPORT BOHNY** Team



Kaiser-Joseph-Straße 217  
79098 Freiburg, Telefon: 07 61 / 202 66 90



Klarastraße 100, 79106 Freiburg-Stühlinger  
Telefon: 07 61 / 211 76 70 



Die Bergwacht Schwarzwald e.V. ist eine moderne, rechtlich selbständige und gemeinnützige Rettungsdienstorganisation. Im Auftrag des Landes Baden-Württemberg stellt sie den Rettungsdienst im unwegsamen Gelände.

Öffentliche Fördermittel und die Benutzungsentgelte für Rettungseinsätze decken den finanziellen Aufwand nur begrenzt. Deshalb sind wir auf Ihre Hilfe angewiesen.

**Werden Sie Förderer Bergwacht Schwarzwald oder unterstützen Sie unsere Arbeit mit einer Spende.**

Als Förderer leisten Sie einen regelmäßigen jährlichen Beitrag und erhalten als besondere Leistung für Ihre Hilfe eine Rücktransport-Versicherung beim Flugdienst des Deutschen Roten Kreuzes - bei einem medizinisch begründeten Notfall im Ausland werden Sie und Ihre Angehörigen durch den DRK-Flugdienst kostenlos nach Hause geholt.

#### Bergwacht Schwarzwald e.V.

Basler Landstraße 90  
79111 Freiburg  
Tel.: 0761 / 49 33 66 Fax: 0761 / 47 29 00  
bws@bergwacht.de  
www.bergwacht-schwarzwald.de

**Spendenkonto:** Nr. 515 651 18  
Volksbank Freiburg: BLZ 680 900 00



**Notruf Bergwacht 0761/493333**



### Prävention



Wichtigste Voraussetzung zur Vermeidung von Unfällen bei Natursportarten ist eine realistische Selbsteinschätzung. Die größten Risiken sind Verkennen der allgemeinen Gefahrenlage, mangelnde Ausrüstung bzw. fehlende Routine im Umgang mit der Ausrüstung und Nachlässigkeit.

## Bergwacht Schwarzwald

Helfen und Bewahren

### Rettung und Naturschutz



# Bergwacht Schwarzwald

## Prävention

### Rettung und Naturschutz



## VORSORGE

Der Schwarzwald mit dem fast 1500 m hohen Feldberg wird in Bezug auf seine Gefahren leicht unterschätzt. Oft sind Besucher unpassend ausgerüstet. Hauptgefahren im zentralen Schwarzwald sind Wetterstürze, Gewitter, Orientierungsverlust durch Nebel oder Ausrutschen auf glattem, vereistem Untergrund. Deshalb:

- Wettervorhersagen beachten
- entsprechende Kleidung, Schuhe und Ausrüstung wählen
- Rucksackapotheke mit Verbandpäckchen und Rettungsdecke mitführen
- Kartenmaterial zur Planung und Orientierung heranziehen
- die geplanten Touren, Fahrten und Wanderungen den eigenen körperlichen Fähigkeiten und den Umweltbedingungen anpassen und auch mal eine Tour absagen oder abbrechen
- die jeweiligen Sicherheitsstandards beachten und den Umgang mit der Ausrüstung vorab üben
- nie ohne Helm klettern, Rad fahren oder Gleitschirm fliegen

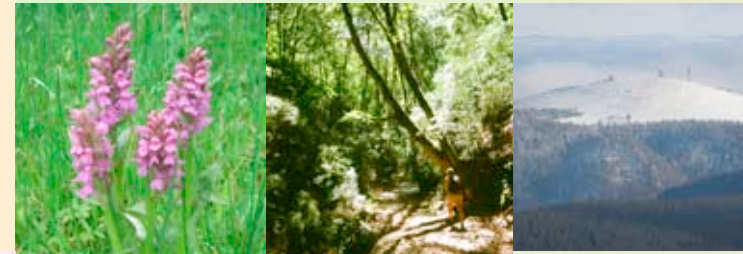


- auf physische und psychische Überlastungen achten und ausreichend Nahrung und vor allem Getränke zu sich nehmen
- Umweltfaktoren während der Tour beachten (Wetter, Tageszeit, Schnee, Steinschlag...)
- möglichst geladenes Mobiltelefon mitnehmen (Notruf 112) und beachten, dass im Gelände häufig kein Empfang möglich ist
- geplante Route Bekannten/Freunden mitteilen und nach Abschluss einer Tour nicht ohne Nachricht an die Familie in einer Gaststätte Erholung suchen... Dies hat schon zu manch unnötiger Suchaktion geführt.

## GEFAHREN

Im Winter muss in den Hochlagen des Schwarzwaldes verstärkt mit witterungsbedingten Gefahren gerechnet werden:

- bei Neuschnee und Windverfrachtungen besteht Lawinengefahr auch im Schwarzwald (Zastler, Baldenweger, Herzogenhorn), gegebenenfalls LVS-Set (Suchgerät, Schaufel, Sonde) mitführen
- Wege können ungangbar sein oder ungleich mehr Zeit und Kraft in Anspruch nehmen, die Tage sind kürzer
- Schneefall und Nebel beeinträchtigen die Orientierung, viele Wege sind im Schnee nicht oder nur schwer zu finden
- niedrige Temperaturen führen leicht zur Auskühlung des Körpers.



## NATURSCHUTZ

Natursportler schätzen ihre Aktivitäten in der Natur in besonderer Weise und verhalten sich entsprechend rücksichtsvoll:

- Information über die Grundsätze naturgerechten Verhaltens einholen; z.B. im Naturschutzgesetz, in Verordnungen von Naturschutzgebieten usw.
- selbst diese Grundsätze beispielhaft einhalten
- unnötigen Lärm vermeiden
- Abfall wieder mit nach Hause nehmen
- keine unnötige Unruhe in die Landschaft tragen – Wege, Loipen und Skiabfahrten benutzen
- Schädigungen von Boden, Wasser, Luft, Tieren und Pflanzen vermeiden
- nur an dafür eingerichteten Stellen Feuer machen – nach Gebrauch löschen
- Beeinträchtigungen der wild lebenden Tiere und ihres Lebensraums vermeiden
- Rücksicht auf den Naturgenuss Anderer nehmen
- nach Veranstaltungen und Wettkämpfen eine saubere Natur hinterlassen.



## NOTFALL

Auch bei größter Vorsicht kann es zu Unfällen im Gelände kommen. Die folgenden Hinweise sollen Ihnen helfen, im Notfall ruhig und erfolgreich zu handeln:

- Eigenschutz beachten



- Ruhe bewahren
- LSM (lebensrettende Sofortmaßnahmen) durchführen
  - Rettung aus unmittelbarer Lebensgefahr
  - bewusstlose Personen in die stabile Seitenlage bringen
  - Atmung und Kreislauf überwachen
  - Menschen ohne Kreislaufzeichen wiederbeleben
- Notruf absetzen: Notruf 112 oder Bergwacht 07 61/49 33 33
  - warten auf Rückfragen des Disponenten
  - wo ist der genaue Unfallort (evtl. GPS-Koordinaten)?
  - wie kommt der Rettungsdienst dort hin?
  - was ist passiert, wie viele Personen sind betroffen?
- weitere Erste-Hilfe-Maßnahmen
  - psychische Betreuung des Patienten hilft viel („Da-Sein“ für den Patienten, vorsichtiger Körperkontakt)
  - Wärmeerhalt, Wundversorgung (Verbandkasten)
  - Lagerung nach Wunsch des Patienten
- für Einweisung des Rettungsdienstes sorgen.

# Bergwacht Schwarzwald

## Für Mensch und Natur

### Rettung und Naturschutz