

# Richtiges Verhalten am Berg



**Die Faszination, auf alle erdenkliche Arten mit den Gipfeln, den Flanken und Hängen der Berge zu spielen, lässt viele Wanderer, Bergsteiger und Freizeitsportler das bestehende Risiko in der Bergwelt falsch einschätzen oder gar vergessen. Dabei hat das richtige Verhalten am Berg zur eigenen als auch zur fremden Sicherheit oberste Priorität!**

Sommer wie Winter üben die Berge eine besondere Anziehungskraft aus. Dass bei Sport- und Freizeitaktivitäten einige hundert oder tausend Höhenmetern über dem Meeresspiegel immer wieder falsches Verhalten an den Tag gelegt wird, zeigt die Unfallstatistik. Dipl. Ing. Hans Jürgen Bacher, Ortsstellenleiter der Bergrettung Schladming, dazu: „Auch wir konnten eine Zunahme an Bergrettungseinsätzen verzeichnen – gleichermaßen im Sommer wie im Winter. Die Ursachen dafür sehen wir einerseits im allgemeinen Trend hin zu allen möglichen Bergsportarten, die sich in den vergangenen Jahren zunehmender Beliebtheit erfreuten. Andererseits wird Österreich bei immer mehr Touristen auch im Sommer ein interessantes Urlaubsziel. Mit steigender Anzahl von Personen im alpinen Gelände steigt auch die Wahrscheinlichkeit und Anzahl an Bergunfällen und Einsätzen. Wer am Berg jedoch einige Regeln beachtet, der kann bestehende Risiken stark entschärfen“.

## **Der Berg hat seine eigenen Regeln**

Gerade jetzt in der warmen Jahreszeit packt viele die Abenteuerlust und der Wunsch, sich in die Bergwelt zu begeben. Der Berg hat jedoch seine eigenen Regeln und die gilt es zu beachten, will man sein Abenteuer ohne Schrecken beenden. „Die gewissenhafte Tourenplanung ist ein wesentlicher Baustein zur Reduzierung des Restrisikos alpiner Gefahren. Dies gilt für alle Bergsportarten – egal ob eine Wanderung, eine Hochtour oder ein Klettersteig das Ziel sind. Und natürlich muss auch Alpinklettern in den Bergen der Umgebung gut geplant werden“, so Dipl. Ing. Bacher. Außerdem gehört neben einer gut durchdachten Planung und Vorbereitung ein bestimmtes Wissen und Können hinsichtlich der geplanten Betätigung am Berg dazu. Für viele Trendsportarten gibt es mittlerweile auch Anfängerkurse wo beispielsweise erklärt wird, wie man mit der Kletterausrüstung überhaupt umgeht. „Zudem sollte man sich nicht

mit unpassender Ausrüstung in die Berge begeben. Neben gutem Schuhwerk und geeigneter Kleidung soll stets eine Notfallausrüstung bestehend aus Biwacksack, Handy und Signalpfeife, eventuell Signalstift oder sogar Leuchtraketen im Rucksack dabei sein. Zu guter Letzt dürfen Bergsportler den Wetter- und Sonnenschutz nicht vergessen. Ein Risiko in den Bergen, das sehr häufig unterschätzt wird“, ergänzt Albert Prugger, Bergrettungsmann und Einsatzleiter der Ortsstelle Ramsau.

## **Die Route nicht verlassen**

Neben einer Zeitplanung und einem Notfallplan samt Notfallnummern empfiehlt Albert Prugger: „Bevor man sich auf eine Tour begibt, sollte man Verwandten oder Vermietern das Ziel bzw. die Route bekanntgeben. Während der Tour gilt es, das Wetter zu beobachten und bei Eintreten eines Notfalls die Route nicht zu verlassen. Nur so kann die Bergrettung Personen dann auch rasch auffinden. Abkürzungen führen hingegen meist ins Nichts. Ebenso sollte man bei eintretender Müdigkeit rasch handeln. Bei Gewittern in den Bergen unbedingt Abstand von Eisen-

## **Checkliste der Bergrettung Steiermark:**

### **Tourenziel:**

- Ist das Tourenziel bekannt oder müssen Tourenführer, Berichte, Topos, Beschreibungen zur Route studiert werden?
- Entspricht die Route der Kondition und dem Können der Gruppe?
- Gibt es Verpflegungsstationen und sind diese geöffnet?
- Gibt es sichere Alternativziele falls die Verhältnisse nicht passen?

### **Zeitplanung:**

- Zeitvorgaben aus Tourenberichten suchen oder Höhenprofil der Tour studieren. Pausen und Sicherheitspolster einberechnen

### **Wetterbericht:**

- Achtung bei Fönwetterlage: Das Zusammenbrechen von Fönwetter gefolgt von einem Kaltwettereinbruch kann zeitlich nur sehr ungenau bestimmt werden! Diese Unschärfe beträgt oft mehr als 24 h!!!
- Vorsicht bei Gewittergefahr, vor allem bei Klettersteigen!

### **Gruppe:**

- Niemals alleine, Rücksicht auf den schwächsten Begleiter
- Große Gruppen sind langsamer und unflexibler
- Achtung vor Gruppendynamik. Niemand soll sich zu Risiko hinreißen lassen oder andere zu Risiko verleiten.

### **Ausrüstung:**

- Zur Grundausstattung jeder Tour gehört ein gutes Schuhwerk, Regenjacke, Haube, Erst-Hilfe-Paket, Biwacksack, Wanderkarte und ein Getränk.
- Gletscherbrille und Sonnencreme bei Sommertouren
- GPS-Geräte ergänzen Wanderkarten

### **Verhalten während Tour:**

- Wetter und Begleiter beobachten, auf alpine Gefahren (z.B. Steinschlag) achten

### **Verhalten bei Unfall:**

- Unfallstelle absichern und auf Selbstschutz achten, Erste Hilfe einleiten
- Notruf absetzen (Bergrettung Österreich 140, International 112) Wenn kein Empfang: Mobiltelefon ausschalten und ohne PIN-EINGABE wieder einschalten – 112 wählen, Alpine Notfallsignale einsetzen

seilen an Klettersteigen nehmen. Außerdem sollte man immer genügend trinken um eine Dehydratation des Körpers und Kreislaufprobleme zu verhindern. Zu guter Letzt sollte man

Ratschläge und Hinweise von Bergführern oder Hüttenwirten ernst nehmen – diese Leute kennen die Region besser als Google oder ein Wetterbericht“.

**Eva-Maria Nagl**