

LAR report



Magazine du sauvetage aérien sous le haut patronage de S.A.R. le Grand-Duc



September 2014

LAR Intern: Neues LAR Gebäude - Ohne Pomp and circumstances... S. 10-11

Lifelong Learning: Helikopter- und Ambulanzflugzeugpiloten S. 14-15

Aussi perfectionnée que vous.



La nouvelle Passat.

Comme vous, la nouvelle Passat est en avance sur son temps. Ses phares aux contours marqués, ainsi que sa ligne latérale prononcée lui confèrent un caractère à la fois dynamique et élégant. Une fois à bord, vous remarquerez son confort imparable, ses matériaux de grande qualité, ses technologies multimédia de pointe et ses nombreux systèmes d'assistance qui simplifient votre quotidien. Que ce soit pour de longs trajets dans de mauvaises conditions de visibilité, pour vous aider à vous garer ou lors d'un court instant d'inattention, la nouvelle Passat peut garder un œil sur votre environnement et intervenir pour vous éviter des situations critiques.

Découvrez la nouvelle Passat bientôt chez vos concessionnaires Volkswagen ou commandez-la dès maintenant.



Das Auto.

Consommation 5,3-4,0 l/100 km. Emissions CO² 139-106 g/km.

Importateur : Autosdistribution Losch | Concessionnaires : Bech-Kleinmacher - Losch | Bereldange - Losch | Dudelage - Cruciani | Echternach - Kruft | Esch/Alzette - Losch | Ingeldorf - Pepin | Junglinster - Losch & Cie | Luxembourg - Losch | Munsbach - Weis-Schon | Pétange - Losch | Redange/Attert - Castermans | Steinfort - Kieffer | Strassen - Pauly-Losch | Wiltz - Biver

Nimmer ruhende Notfallrettung

Schnelle medizinische Hilfe aus der Luft dank kontinuierlicher Fortschritte



Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen, liebe Leser,

Seit mehr als 26 Jahren geht die Luxembourg Air Rescue ihren Weg, auch wenn es ein steiniger und von zahlreichen Hindernissen gesäumter Weg ist. Tag für Tag sind wir unermüdlich im Einsatz, um rasche und professionelle Hilfe aus der Luft zu leisten.

Ein wichtiger Meilenstein in der Entwicklung der Notfallrettung in Luxemburg wurde im vergangenen Juni mit der Grundsteinlegung zum Bau des neuen LAR Einsatzgebäudes am Flughafen Findel erreicht. Höchste Ansprüche an Mensch und Material machten den Bau dieser neuen und hochmodernen Struktur notwendig, um weiterhin die schnelle und kompetente Luftrettung hierzulande garantieren zu können. Gleich dem neuen Gebäude ruht die Luxembourg Air Rescue seit ihrer Gründung auf einem soliden Fundament, das nun weiter gestärkt wird und die Rettungsorganisation gut für die Zukunft rüstet und aufstellt.

Obgleich die neue Infrastruktur das Arbeitsumfeld der rund 150 LAR Mitarbeiter deutlich verbessern wird, benötigt es tages in tages bestmöglich ausgebildete Retter und hochmodernes Material, um Menschen in Not helfen zu können. So erhalten Sie im vorliegenden LAR report spannende Einblicke in technische Neuerungen, wie dem Abbott i-Stat®, einem Mini-Labor an Bord der LAR Ambulanzflugzeuge, das schnelle und exakte Blutanalysen während des Fluges an das medizinische Personal liefert, als auch dem Trakkabeam A800, einem von der Vodafone Foundation finanzierten Scheinwerfer, der den Einsatz des LAR Rettungshelikopters bei einbrechender Dunkelheit ermöglicht.

In unserer Serie über kontinuierliche Weiterbildung erfahren Sie darüber hinaus, wie die Piloten der Rettungshelikopter und der Ambulanzflugzeuge in regelmäßigen Schulungen höchsten Anforderungen gerecht werden, um jederzeit zum Wohle des Patienten und der Besatzung in Luxemburg und der ganzen Welt abheben zu können.

Trotz und gerade wegen all dieser fortwährenden Neuerungen bleibt eines gewiss: Die Luxembourg Air Rescue wird auch in Zukunft eine Pionierrolle einnehmen, wenn es darum geht, Menschen in Not zu helfen und eine schnelle und kompetente Luftrettung in Luxemburg zu garantieren. Auf die LAR war immer Verlass, und so wird es in Zukunft auch bleiben!

Ich wünsche Ihnen allen eine interessante Lektüre und einen unfallfreien Start in den Herbst. ■

René Closter
Präsident LAR

Impressum

Le magazine trimestriel «LAR report» est le périodique officiel de LAR A.s.b.l. Pour les membres, l'abonnement est compris dans le montant de la cotisation annuelle.

Impression / réalisation technique
techprint s.a.

ZARE-Est - L-4385 Ehlerange

La reproduction complète ou partielle des textes est permise après autorisation préalable de l'éditeur. LAR décline toute responsabilité pour l'envoi spontané de manuscrits et photos.

Relation bancaire

BILLLULL: LU09 0020 1305 4200 0000

Identifiant unique du créancier (SEPA):

LU98ZZZ0000000008398002002

Compte de dons pour la Fondation LAR :

BILLLULL: LU84 0020 1167 9560 0000

BGLLLULL: LU85 0030 4410 9272 1000

Editeur et régie publicitaire

Luxembourg Air Rescue A.s.b.l.

175A, rue de Cessange · L-1321 Luxembourg

R.C.S. Luxembourg F701

Tél.: (+352) 48 90 06 · Fax: (+352) 40 25 63

www.lar.lu • redaction@lar.lu

Inhalt

- 3** Editorial & Impressum
- 4** Inhalt
- 5** Kurz notiert
- 6-7** Repatriierung
Vom Motorradsitz in den Ambulanzjet
- 8-9** Spenden
- 10-11** LAR Intern
Ohne Pomp and circumstances...
- 12** LAR Intern
Christophe Jeko, Deputy Safety & Compliance Manager
- 14-15** LAR Intern
Lifelong Learning
- 16-17** Mitgliederformular
- 18-20** Helikoptereinsätze
- 21** Shop
- 22-23** Technik
Histoire de l'avion
- 24** Besucher
- 26** Medizin
Abbott i-STAT®: Mini laboratoire en vol
- 27** Von unseren Mitgliedern
- 28-29** Gesundheit
Marcher sans faire fausse route
- 30** LAR Kinderseite

LAR-Infohotline: (00352) 48 90 06
 Alarmzentrale: (00352) 27 365 365 24h/24
www.lar.lu

Médecine page 26

L'Abbott i-STAT® fonctionne comme un mini laboratoire en vol et peut, avec seulement quelques gouttes de sang, fournir des analyses rapides des gaz du sang. ■



Repatriierung Seite 6-7

Für Ivo Cotterchio endete die Motorradtour durch Zypern bereits am ersten Tag im Krankenhaus. Ein Ambulanzjet der LAR bringt ihn zurück nach Luxemburg. ■



Kanner-Molconcours

Molt een Bild iwwert d'LAR an gewannt flott Cadeauen!

D'Bild soll d'LAR duerstellen an den breeden Wee op een Din A4 Blat gemolt ginn. Dir kënt heifir souwuel Bläistëftsfaarwen, Tuschbicer, Waasserfaarwen, Fangerfaarwen, etc. benotzen.

Schéckt eis d'Bild bis den 13. Oktober mat Ärem Numm, Virnumm, Adress, Telefonsnummer an Gebuertsdatum op der Récksäit un déi folgend Adress:



**Luxembourg Air Rescue
 Kanner-Molconcours
 175A, rue de Cessange
 L-1321 Luxembourg**

Eng Jury wielt aus allen Biller d'Gewënner aus, déi op een neits en flotten Akafskuerv vun der LAR verschéineren an ab Januar am LAR Shop wärten ze kréien sinn.



Condiitiounen fir matzemaachen:

Matzemaachen kënnen Kanner bis 12 Joer. D'Kanner vun den Mataarbechter vun der LAR sinn vum Concours ausgeschloss. D'Gewënner ginn schrëftlech benoerrecht. Den Rechtswëe as ausgeschloss. Pro Kand dierf just een Bild eragereecht ginn an all Bild muss zwéngend eng Eegenkreatioun sinn, an dierf keng Elementer enthalen, déi vun engem Drëtten geschaf goufen an Urheberrechter verletzen. Beim Matzemaachen verpflichten sech d'Elteren doriwwer eraus, d'Urheberrechter vum Bild vun hirem Kand gratis un d'LAR ofzotrieden, an accordéieren der LAR, dëst Bild mam Kand sengem Numm ze benotzen. D'Originalbiller bliewen am Besët vun der LAR an kënnen weiderhin fréi benotzt ginn.



Que la lumière soit!

Le Trakkabeam A800 éclaire le ciel nocturne

Fin mai, les responsables de Luxembourg Air Rescue, en présence des dirigeants de la Vodafone Foundation, ont invité les médias locaux à un événement presse pour présenter le Trakkabeam A800, un nouveau projecteur ultramoderne, qui permettra aux hélicoptères de sauvetage LAR d'effectuer des missions de sauvetage après la tombée de nuit. Grâce au nouveau matériel, des atterrissages à des endroits non éclairés pourront dorénavant être effectués en toute sécurité.

La conception unique de l'optique du Trakkabeam A800 comprend une lampe au xénon équivalent à seulement la moitié de la taille des projecteurs traditionnels afin de créer un rayon plus conséquent et plus intense sur la cible. Ce système léger ne pèse que 18 kg et est ainsi, souligné par ses dimensions restreintes, parfaitement adapté pour

une utilisation avec des hélicoptères de sauvetage. Ce projet, dont les coûts de l'équipement ainsi que les frais de certification s'élèvent à plus de 120.000 euros, fut réalisé avec le support financier non négligeable de la Vodafone Foundation.

Créée en 1991, cette fondation s'investit dans les collectivités

dans lesquelles Vodafone mène des activités et représente le point central d'un réseau global et local de programmes d'investissements sociaux. «Nous exprimons notre vive gratitude à la Vodafone Foundation, sans laquelle le projet aurait été plus difficile à réaliser», souligne René Closter, Président et CEO de LAR. ■



René Closter, Président et CEO de LAR, et Mathias Schiltz, Président de la Fondation LAR, avec les responsables de la Vodafone Foundation lors de la présentation du Trakkabeam A800 au Findel.

ANZEIGE



Handi'Car - Comes&Cie S.A.

Z.I. Bombicht • L-6947 Niederanven
Tél.: (+352) 34 11 32-1
Fax: (+352) 34 11 30
E-mail: info@comes.lu
www.handicar.lu • www.comes.lu

Atelier spécialisé pour tout genre de transformations sur mesure de véhicules pour le transport et la conduite de personnes à mobilité réduite

Behindertengerechte Fahrzeugumbauten und kundenspezifische Anpassungen zum Transport sowie zur selbstständigen Fahrzeugbedienung



Lenkhilfe mit 7 Zusatzfunktionen • Boule au volant avec 7 fonctions supplémentaires



Vom Motorradsitz in den Ambulanzjet

Zu schnell endete die Motorradtour durch Zypern

Eine Enduro-Motorrad-Tour durch Zypern sollte es sein. Ivo Cotterchio, bereits Vater einer einjährigen Tochter, hatte gerade erfahren, dass er zum zweiten Mal Vater wird. Umso mehr freute er sich, mit Freunden dieses Ereignis auf Zypern zu feiern. Ivo (36 Jahre alt) fährt privat Motorradrennen, doch im Urlaub sollte es eine erholsame Tour mit einer geliehenen Enduro quer durch Zypern werden. „Wunderschöne Schotterstraßen bis ans tiefblaue Meer und menschenleere Berglandschaften. Dazwischen verweilen in verschlafenen Dörfern, sich von der griechischen Küche verwöhnen lassen“, so die Versprechungen des Reiseveranstalters und genau so stellte sich Ivo seinen Urlaub vor. Im November 2013 startete er mit Freunden die durch einen erfahrenen „Motorradguide“ begleitete Tour. Doch bereits kurz nach dem Start bemerkte Ivo, dass etwas mit seinem Motorrad nicht in Ordnung sei. Er sprach umgehend den Leiter der Tour darauf an, aber dieser wies darauf hin, dass er zurzeit nichts machen könnte, man sich später aber darum kümmern würde. Also setzte Ivo trotz erster Bedenken die Tour fort. Auf dem Weg in ein Bergdorf kam es zum Sturz, zunächst bemerkte Ivo nicht so recht, was los war. Er hatte Schmerzen, vor allem in der Brust, dennoch fuhr er weiter bis hoch ins Dorf. Doch die Schmerzen wurden immer schlimmer und plötzlich bekam Ivo

Probleme zu atmen, der Reiseleiter alarmierte eine Ambulanz, die ihn umgehend ins Krankenhaus brachte. Die ersten Röntgenaufnahmen zeigten 3 gebrochene Rippen.

Erster Kontakt mit der LAR

Ivo informierte sofort die Air Rescue. „Ich nahm Kontakt mit der LAR auf und ab diesem Zeitpunkt musste ich mich um nichts mehr kümmern“, erinnert sich Ivo. Im Luxembourg Control Center bearbeitet inzwischen Dominique Donner seinen Fall. In einem Fachgespräch mit der Klinik klärt Dominique die Einzelheiten der Verletzungen ab und wie eine Rückholung erfolgen kann. Für

einen Transport im Flugzeug darf die Atmung nicht eingeschränkt sein und wenn mehrere Rippen betroffen sind, wie im Fall von Ivo, könnten Stöße und Turbulenzen während des Fluges negative Auswirkungen haben. Dominique muss aufgrund von zahlreichen Faktoren abwägen, wie er das LAR Mitglied optimal unterstützen und schnellstmöglich mit einem angepassten Transportmittel nach Hause bringen kann. Die Bandbreite wie die LAR ihre Mitglieder unterstützt ist groß. Von der telefonischen Beratung über die ärztlich begleitete Rückholung im Linienflugzeug bis hin zum Transport in einem der medizinisch vollausgestatteten Am-



„Wunderschöne Schotterstraßen bis ans tiefblaue Meer und menschenleere Berglandschaften“, so hatte sich Ivo Cotterchio seinen Zypern-Urlaub vorgestellt.

bulanzflugzeuge, bietet die LAR ihren Mitgliedern ein breites Spektrum an Hilfeleistungen an, denn jeder Fall ist anders und bedarf einer individuellen und maßgeschneiderten Betreuung.

Rückflug im Ambulanzjet

Im Falle von Ivo Cotterchio fällt die Entscheidung leicht, denn einer der Ambulanzjets der LAR, die jeden Tag weltweit im Einsatz sind, befindet sich gerade auf dem Rückweg aus dem Nahen Osten nach Europa. Ein krankes Neugeborenes musste im Auftrag einer Versicherung in seine Heimat gebracht werden. Da die LAR eine der wenigen Organisationen ist, die einen solchen Transport eines Neugeborenen im Inkubator sicher durchführt, wurde diese mit dem Auftrag betreut. Der Rückweg führte nun das Team aus zwei Piloten, einem Krankenpfleger und zwei Ärzten nach Zypern, um Ivo medizinisch optimal versorgt und sicher nach Luxemburg zu begleiten. „Bereits einen Tag nach meinem Anruf bekam ich die Info, dass ich mit dem Ambulanzjet zurückgeholt werden würde. Die LAR hatte alles organisiert, von der Ambulanz, die mich vom Krankenhaus zum Flugzeug begleitete bis hin zum Transport ins Centre Hospitalier de Luxembourg“, erzählt Ivo. In Luxemburg angekommen, stellte sich heraus, dass eine Rippe und die Schulter gebrochen waren. Zwei

Luxembourg Control Center (LCC)

Im Luxembourg Control Center (LCC) am Flughafen Findel werden zentral die vier Ambulanzflugzeuge der LAR und die drei Ambulanzflugzeuge der DRF Luftrettung koordiniert. Diese sind tagtäglich im weltweiten Einsatz für die Mitglieder der LAR aber auch für Versicherungen, die selbst über keine eigenen Ambulanzflugzeuge verfügen. Die LAR hat sich aufgrund ihres hohen Sicherheits- und Qualitätsniveaus hierbei auf sogenannte High-Risk-Transporte spezialisiert und gehört zu einer der wenigen Organisationen weltweit, die Transporte von Neugeborenen und Kleinkindern sicher durchführt. Das Team aus Krankenpflegern, Ärzten und Flugplanern im LCC arbeitet hierbei Hand in Hand, um die Flugrouten optimal zu koordinieren und schnelle und effiziente Hilfe zu gewährleisten. Geleitet wird das LCC von Olivier Fauris (siehe auch LAR report 05/2014 Seite 26).



Die LAR ist eine der wenigen Organisationen weltweit, die den Transport eines Neugeborenen im Inkubator sicher an Bord ihrer hochmodernen Ambulanzflugzeuge durchführen kann.

weitere Rippen waren angebrochen. Die Brüche sind inzwischen verheilt, die Schmerzen vergessen und Ivo ist froh, Mitglied bei der Air Rescue zu

sein, die ihn so schnell und unkompliziert nach Hause gebracht hat. Im Juli dieses Jahres wurde er Vater eines kleinen Sohnes. ■

ANZEIGE

VIKING ADVENTURES®

Der Trierer Outdoor- und Reiseausrüster



Viele Wege führen zu uns.

outdoor • trekking • bergsport • klettersport

Trier • Paulinstr. 25 • Nähe Porta Nigra • +49 (0)651 1462620

www.viking-adventures.de • www.outdoor.lu

Danke für Ihre Spende! Merci pour votre don!

Die „Fondation Luxembourg Air Rescue“ dankt herzlichst allen Privatpersonen und Vereinen, die die Arbeit der LAR in Form einer Spende unterstützt haben. Jede einzelne Spende hilft, Menschenleben zu retten, da jeder Cent Ihrer Spende direkt in die lebensrettende Hilfe fließt.



Ende April spendeten die „Sänger van der Héid Benzelt-Holler-Brédelt“ anlässlich ihrer Generalversammlung 1.500 EUR an die „Fondation Luxembourg Air Rescue“.



Im Internat des Atert-Lycée Redange lernen die Schüler unter anderem Respekt, Toleranz und sich für andere Menschen einzusetzen und so wurden für die Nikolausfeier 2013 Geschenke gebastelt und Bilder gemalt, um diese für den guten Zweck zu verkaufen. Insgesamt kamen 700 EUR zusammen, die anlässlich des Sommerfestes an die „Fondation Luxembourg Air Rescue“ überreicht wurden.



Im Rahmen ihres Besuches der LAR Einrichtungen am Flughafen Findel überreichte das Unternehmen HITEC Luxembourg S.A. der „Fondation Luxembourg Air Rescue“ einen Scheck in Höhe von 2.000 EUR.



In Gedenken an ihren verstorbenen Mann Michel Wagner organisiert Frau Antoinette Wagner in Zusammenarbeit mit dem F.C. Hygiène Lëtzebuerg seit 15 Jahren ein Benefiz-Fußballturnier, dessen Erlös von 2.500 EUR dieses Jahr der „Fondation Luxembourg Air Rescue“ zugute kam.



Anlässlich der traditionellen Muttertagsfeier des Vereins „Gaart an Heem Gilsdref“ überreichten die Mitglieder des Vereins einen Scheck von 1.300 EUR an die „Fondation Luxembourg Air Rescue“.



Während eines Besuches am Findel überreichte die Vorsitzende der „Diddelenger Fléi'h & Co.“, Frau Kolakovic, der „Fondation Luxembourg Air Rescue“ 1.000 EUR. Dieses Geld wurde auf dem regelmäßig stattfindenden Flohmarkt auf dem Gemeindeplatz in Düdelingen gesammelt.

Retten Sie Leben durch Ihre Spende!

Sauvez des vies par votre don!

Bei der Rettung von Menschenleben sind nur allerhöchste Qualitätsstandards zulässig. Qualität bedeutet Sicherheit; Qualität zu erhalten bedeutet aber auch sehr hohe Kosten! Viele engagierte Menschen erbitten bei persönlichen Anlässen, wie beispielsweise Hochzeit, Geburtstag, Jubiläum oder Trauerfall, von ihren Verwandten und Freunden, anstelle von Geschenken und Blumen, eine Spende für die LAR und setzen damit ein besonderes Zeichen für Menschlichkeit.

Wenn auch Sie zu einer Ereignisspende aufrufen wollen, denken Sie an die LAR!

Le sauvetage de vies humaines requiert des standards de qualité élevés, et dans cet ordre d'idées, on peut dire que qualité équivaut à sécurité; mais cette qualité engendre des coûts énormes. LAR effectue plus de 3.000 missions de sauvetage aérien par an. Beaucoup de gens engagés profitent de certaines occasions, comme anniversaire, mariage, naissance, décès, pour proposer à leurs amis et connaissances d'offrir, au lieu des fleurs ou cadeaux, un don à LAR et marquent ainsi un signe d'engagement social. Si vous envisagez également un tel geste, pensez à nous; nous sommes reconnaissants pour tout soutien!

€

Virement / Versement national
 Veuillez consulter les indications figurant au verso
 Un caractère MAJUSCULE ou signe par case en cas d'écriture manuscrite

N° de compte du bénéficiaire (ou sur un autre compte du bénéficiaire)			
Code banque ou Institution financière bénéficiaire	EUR	Montant	
Nom du bénéficiaire FONDATION LUXEMBOURG AIR RESCUE			
Communication EINE SPENDE, DIE LEBEN RETTET			
N° de compte du donneur d'ordre			
Avis de débit	Frais (par défaut: à charge du donneur)	Date d'exécution souhaitée	
	donneur d'ordre bénéficiaire partagés		
Nom et adresse du donneur d'ordre (max. 4 lignes)		Date et signature	

Bitte ausfüllen und bei Ihrer Bank abgeben / Veuillez remplir et remettre auprès de votre banque

TIPP: Scannen Sie diesen QR-Code und spenden Sie schnell und einfach über unsere Webseite www.lar.lu via PayPal oder Kreditkarte.



Scannez le code QR ci-joint et effectuez votre don sur www.lar.lu en payant par PayPal ou carte de crédit. C'est simple comme bonjour!

Spendenkonten der Fondation Luxembourg Air Rescue
 Comptes de la Fondation Luxembourg Air Rescue

BILLLULL: LU84 0020 1167 9560 0000
 BGLLLULL: LU85 0030 4410 9272 1000
 CCPLLULL: LU28 1111 2134 2323 0000

Spenden ab einer jährlichen Gesamtsumme von 120 EUR sind steuerlich absetzbar.

A partir d'une somme totale de 120 EUR, les dons sont déductibles des impôts.





Ohne Pomp and circumstances...

... sondern im Beisein einiger Gäste fand am 12. Juni in einer bescheidenen Zeremonie die Grundsteinlegung zum Bau des neuen Gebäudes der Luxembourg Air Rescue am Flughafen Findel statt.



Ein 3D-Entwurf des späteren LAR Einsatzgebäudes.

LAR Präsident René Closter ging in seiner Begrüßungsrede auf die geschichtlichen Hintergründe der LAR ein und erzählte in einer von Anekdoten geschmückten Rede von den schwierigen Anfängen einer Institution, die heute aus Luxemburg nicht mehr wegzudenken ist. Auch wenn es über die Jahre galt, viele Hindernisse zu überwinden und bis heute teilweise unter – nicht nur räumlich – erschwerten Bedingungen gearbeitet werden muss, hat die Luxembourg Air Rescue es geschafft, sich in den 26 Jahren seit ihrer Gründung als erstklassigen Luftrettungsdienst in Luxemburg und Europa zu etablieren.

Durch Beharrlichkeit, Ausdauer, Passion und Professionalität hat die LAR sich den Respekt seiner Mitstreiter und seiner Konkurrenten und, was viel wichtiger ist, das Vertrauen seiner Mitglieder, gesichert. Aus der Mini A.s.b.l. von damals ist heute die größte Organisation des Landes geworden, mit mehr als 185.000 Mitgliedern. Die LAR ist heute eine „PME“ mit humanitärem Zweck geworden, die die hoheitliche Aufgabe übernommen hat, Menschen in Not so schnell wie möglich Hilfe aus der Luft zu bringen und das mehr als 3.000 Mal im Jahr. Viele Menschen verdanken heute dieser schnellen Hilfe ihr Leben.

Allein durch die Mitgliedsbeiträge wäre eine solche Organisation allerdings nicht am Leben zu erhalten. Es ist dem umsichtigen Wirtschaften und langfristigen Planen seiner Verantwortlichen zu verdanken, dass die Luxembourg Air Rescue in der Lage ist, sich selbst zu tragen und mit den Einnahmen aus Zusatzaktivitäten wie Rückholflüge für ausländische Gesellschaften, dem Organteamtransport für Frankreich oder dem Betrieb des luxemburgischen Polizei-Helikopters,

die Leistungen im eigenen Land nicht nur auf hohem Niveau zu halten, sondern konsequent und stetig zu verbessern, ohne die Mitgliedsbeiträge zu stark zu erhöhen.

Nun gilt es aber auch, den 150 Mitarbeitern, die regelmäßig ihre Gesundheit aufs Spiel setzen um anderen zu helfen, ein dezentes, adäquates und sicheres Arbeitsumfeld zu bieten. Die bestehenden Infrastrukturen machen das unmöglich und so ist es allerhöchste Zeit, dass der vor 5 Jahren angefangene Planungsprozess, nach der Einigung mit dem Transportministerium für die Anmietung des Grundstücks am Flughafen Findel vor 3 Jahren, endlich alle behördlichen Hürden überwunden hat und nun im Bau des neuen Gebäudes münden kann.

Die neue Infrastruktur soll vor allem einen Zweck erfüllen: eine noch bessere Logistik im Dienst der Luftrettung und ein weiterer Schritt auf dem Weg zur bestmöglichen Lebensrettung für die Menschen hier im Land. Die beiden Hangars, die nun entstehen, werden es in Zukunft erlauben, das teure Material optimal unterzubringen und das administrative Gebäude wird endlich alle LAR Mitarbeiter kostensparend unter einem Dach vereinen.

Auf circa 10 Millionen Euro beziffern sich die Baukosten für das neue, funktionelle Operations Center und René Closter hob in seiner Rede hervor, dass die Luxembourg Air Rescue als gemeinnützige Organisation die Kosten dafür integral selbst trägt, auf Basis eines Bankdarlehens über die nächsten 20 Jahre, und das, obwohl jeder Dorfverein hier im Land sein mit staatlichen Mitteln finanziertes Clubhaus und jedes Dorf sein Centre Culturel bekommt.

Als „Meilenstein in der Geschichte der Luxembourg Air Rescue“ bezeichnete René Closter den Tag der Grundsteinlegung für das neue Gebäude, das in den nächsten 15 Monaten durch Roland Kuhn in Zusammenarbeit mit Sogedec und GDCl, errichtet wird und bat zuversichtlich alle Anwesenden auf ein neues Stelldichein zur Einweihung in einem Jahr.

Minister Bausch beglückwünschte in seiner Rede das Team der Luxembourg Air Rescue, für das Verwirklichen des Traums „Leben zu retten“, im Interesse aller Menschen der Region und sicherte seine vollste Unterstützung für die Zukunft zu, um dann zusammen mit René Closter die feierliche Grundsteinlegung vorzunehmen. ■



Die Arbeiten für das neue LAR Gebäude am Findel haben bereits begonnen.



Was machst du bei der LAR?

Christophe Jeko, Deputy Safety & Compliance Manager

LAR report: Deine Karriere als Hubschrauberpilot begann bei der französischen Armee. Vor 18 Jahren bist du zur LAR gewechselt, was hat dich an der Arbeit bei einer Rettungsorganisation interessiert?

Christophe Jeko: Bereits in der französischen Armee konnte ich Erfahrungen im Bereich „Medevac“, d.h. der medizinischen

Notevakuierung von Patienten sammeln. Da dies ein sehr interessantes Arbeitsfeld ist, wollte ich, nachdem ich 16 Jahre für die französische Armee geflogen bin, in diesen Bereich wechseln und kam so zur LAR.

LAR report: Heute bist du im Rahmen des Sicherheits- und Qualitätsmanagements bei der LAR tätig. Wie hat sich deine Karriere bei der LAR entwickelt?

Christophe Jeko: Bereits nach zwei Jahren bei der LAR wurde ich zum „Safety Officer“ für den Bereich der Hubschrauberflotte ernannt. Damals initiierten wir unter anderem den Zusammenschluss der führenden europäischen Luftrettungsorganisationen (REGA, DRF Luftrettung, Tyrol Air Ambulance, ADAC und LAR) zu einer Sicherheitsgruppe. Wir unterschrieben eine gemeinsame Sicherheitscharta. Ziel war es, sich auszutauschen und so von den Erfahrungen, aber auch den Fehlern der anderen zu lernen und unsere Sicherheitsrichtlinien entsprechend anzupassen. Diese Gruppe besteht bis heute.

Mit der Einführung der neuen europäischen Richtlinien der EASA beschloss ich, mich voll und ganz auf diesen spannenden und wichtigen Bereich zu konzentrieren. Eine der ersten Änderungen war, die Bereiche Qualität und Sicherheit zusammenzulegen, d.h. wir bildeten ein neues Team*, welches sowohl die Bereiche Qualität als auch Sicherheit betreuen kann. Wir haben somit eine zentrale Stelle und einen einzigen Anlaufpunkt für alle Fragen rund um die Themen Sicherheit und Qualität geschaffen.

PRIVAT

Christophe ist ein aktiver Familienmensch, er geht gerne schwimmen oder unternimmt mit der Familie Trekkingtouren.

LAR report: Im Rahmen der Neugestaltung des Qualitäts- und Sicherheitsmanagements der LAR hat sich auch deine tägliche Arbeit geändert. Was gehört heute zu deinen Aufgaben bei der LAR?

Christophe Jeko: Neben den kontinuierlichen Revisionen der Handbücher und den internen Kontrollen, ob alle Sicherheits- und Qualitätsrichtlinien eingehalten werden, überprüfen wir auch unsere externen Partner auf Herz und Nieren. So auch unseren Anbieter für Simulationstrainings, bei dem ich erst dieses Jahr vor Ort war. Des Weiteren sind wir in ständigem Kontakt mit der ISO Organisation, welche unsere Qualitätsrichtlinien überprüft und selbstverständlich der DAC („Direction de l'Aviation Civile“), die unsere Sicherheitsrichtlinien und deren Einhaltung kontrolliert. Ein funktionierendes Qualitäts- und Sicherheitsmanagement erlaubt uns nicht nur, unsere tägliche Arbeit permanent zu verbessern, sondern uns auch durch Zielvorgaben und Projekte für die Zukunft zu wappnen. Ein spannendes Projekt ist zum Beispiel die Etablierung eines papierlosen Cockpits. Alle Karten und Handbücher, die vorschriftsmäßig auch in Papierform

SAFETY BULLETIN

***Das LAR Qualitäts- und Sicherheitsteam besteht neben Christophe Jeko aus:**

- Paul Scott, Safety & Compliance Manager
- Stéphane Trausch, Safety Officer für den Bereich Fixed Wing
- Marcel Kurpiers, Safety Officer für den Bereich Rotor Wing
- Bernard Maurin und Tom Verbruggen, externe Berater und Prüfer

In einem regelmäßig erscheinenden „Safety Bulletin“ informiert das Team alle LAR Mitarbeiter über ihre Arbeit und klärt über mögliche Sicherheits- und Qualitätsrisiken auf.

an Bord der Flugzeuge und Hubschrauber sind, sollen in Zukunft vollständig durch Tablet-PCs ersetzt werden. Die Piloten berichten über ihre Erfahrungen und wir evaluieren, ob ein Verzicht der Papierversion möglich ist. Die Vor- und Nachteile und die möglichen Verbesserungen geben wir an die DAC weiter, um gemeinsam daran zu arbeiten, das Cockpit papierlos zu gestalten. Dies würde unter anderem Gewicht und somit Kerosin und Kosten einsparen. Oder gibt es zum Beispiel bauliche Veränderungen im Bereich eines Hubschrauberlandeplatzes an einem Krankenhaus, so ist es unsere Aufgabe, die Auswirkungen der Veränderungen auf die Anflugrichtlinien der LAR Hubschrauber zu überprüfen, damit die Luftrettung nach wie vor gesichert ist.

Vielen Dank für das Gespräch! ■

ZE VERLOUNEN - À LOUER - ZU VERMIETEN - FOR RENT



JUNGLINSTER : appart neuf, 2 ch, 80m², terr 30m², 2 empl, € 1.300.-



LUX-WEIMERSKIRCH : appart, 2 ch, meublé, 80m², balc, empl, € 2.100.-



JUNGLINSTER : appart neuf, 2 ch, 80m², 2 balc, 2 empl, € 1.250.-



LUXEMBOURG-BELAIR : local commercial / bureau d'environ 230 m² au rez-de-chaussée. Objet idéalement situé au du coeur du Belair et proche de toutes commodités et accès autoroutier. Loyer : € 4.800.-, possibilité d'acquisition



ZE VERKAAFEN - À VENDRE - ZU VERKAUFEN - FOR SALE



SENNINGERBERG : mais ind, 3 ch, 2 sdb, 200m², 11.17a, € 1.085.000.-



FARE.lu
REAL ESTATE

Follow us on :



+352 26 897 897
contact@fare.lu



BONNEVOIE (Centre): mais jum, 5 ch, 1 sdb, 120m², 1.10a, € 565.000.-



ESCH : mais mitoyenne, 4 ch, 1 sdb, 180m², gge, terr, 5.21a, € 885.000.-



SENNINGERBERG : mais ind, 4 ch, 3 sdb, 219m², 12.90a, € 1.700.000.-

**ÄR IMMOBILIEN A GUDDEN HÄNN!
VERTRAUT OCH DIR ÄR WUNNENG UN FARE.LU**



Lifelong Learning

Teil 3: Helikopter- und Ambulanzflugzeugpilot

In unserer Serie über das einzigartige interne Trainingskonzept der LAR nehmen wir in dieser Ausgabe die Weiterbildung der LAR Helikopter- und Ambulanzflugzeugpiloten etwas genauer unter die Lupe. Das umfangreiche Trainingsprogramm der LAR Piloten dient dem Erhalt und der Förderung der Flugsicherheit und der Qualifikation, damit die Flugkapitäne tagtäglich abheben können, um in Luxemburg, der Großregion und weltweit das medizinische Fachpersonal, als auch die benötigte Versorgung zu Menschen in Not zu bringen.

Modellbezogene Trainings

Voraussetzung um als LAR Helikopter- oder Flugzeugpilot zu arbeiten sind die benötigte Fluglizenz sowie auch ein hohes Niveau an vorgeschriebenen Praxisstunden, um so umfangreiche Fachkenntnisse und ein beträchtliches Maß an Flugerfahrung zu garantieren. Je nach Alter des Piloten wird diese Lizenz alle 6 bis 12 Monate anhand eines medizinischen Tauglichkeitszeugnisses, das von einem zugelassenen Fliegerarzt ausgestellt wird, erneuert. Doch diese Fluglizenz alleine reicht nicht aus zum Steuern der LAR Fluggeräte. Im Gegensatz zum traditionellen Autoführerschein, der es erlaubt, jedes Fahrzeugmodell jeder Marke zu lenken, sind in der Aeronautik sogenannte „Typerating Trainings“, also Musterberechtigungen, Pflicht, welche Piloten für ein bestimmtes Helikopter- oder Flugzeugmodell ausbilden.

Ambulanzflugzeugpilot

Im Rahmen ihrer Repatriierungsaktivitäten besitzt die LAR eine Flotte von insgesamt 4 Ambulanzflugzeu-

gen, darunter zwei LearJet 35A und zwei LearJet 45XR. Als angehender LAR Pilot steht daher eingangs ein zweiwöchiges „Initial Typerating Training“ des jeweiligen Flugzeugmodells an. In Zusammenarbeit mit CAE Simuflite, ein auf Simulatoren-Trainings spezialisiertes Unternehmen, werden neue LAR Flugzeugpiloten zunächst in den Trainingszentren in Dallas (Texas, USA) für den Flugbetrieb des LearJet 35A und in Burgess Hill (England) für die LearJet 45XR Modelle geschult und ausgebildet. Zurück in Luxemburg absolviert der LAR Pilot in spe das sogenannte „Line Training“ mit den LAR Flugzeugen. Hierbei fliegt er unter Aufsicht eines

erfahrenen LAR Flugkapitäns, dem „Line Training Captain“, eine vorgeschriebene Anzahl an Routen im regulären LAR Flugbetrieb und kann



Die Flugsimulatoren des CAE Simuflite Trainingszentrums in Burgess Hill, England.

anschließend abheben, um die benötigte medizinische Versorgung in die Welt zu bringen.

Da, anders als bei der Fahrerlaubnis für Pkw, die Musterberechtigungen im Flugbetrieb lediglich 12 Monate gültig sind, steht alljährlich ein einwöchiges wiederholendes, also „Recurrent Typing Training“, im Simulator in Dallas beziehungsweise Burgess Hill an, um den vorgeschriebenen Rezertifizierungen des Flugbetriebes gerecht zu werden.

Rettungshelikopterpilot

Für angehende LAR Helikopterpiloten verläuft die anfängliche Ausbildung ähnlich und beginnt ebenfalls mit einem zweiwöchigen „Initial Typing Training“ für die Helikoptermodelle MD902 des Herstellers MD Helicopters. Allerdings können diese in Luxemburg unter Aufsicht eines von der Luftfahrtbehörde dazu autorisierten Prüfers („Examiner“) absolviert werden. Nach erfolgreichem Abschluss dieses Trainings durchlaufen die Helikopterpiloten dann auch, ähnlich dem Prinzip der Flugzeugpiloten, das sogenannte „Line Training“ unter Aufsicht eines „Line Training Captains“. Anschließend können auch sie in Luxemburg und in der Großregion starten, um Leben zu retten.

Im Helikopterflugbetrieb, ist die Musterberechtigung der MD902 Helikopter ebenfalls nur 12 Monate gültig, wobei der jährlich durchgeführte und offiziell kontrollierte Überprüfungsflug („Licence Proficiency Check“) diese für ein weiteres Jahr verlängert. Zusätzliche Schulungen beinhalten LAR firmenspezifische Verfahren und werden abwechselnd bei Tag und bei Nacht durchgeführt. Beim jährlichen „Line Check“ überprüft der zugelassene Prüfer außerdem, ob alle einsatzspezifischen Regeln, Vorschriften und Verfahren während des regulären Einsatzfluges eingehalten werden.



LAR Helikopterpiloten werden anlässlich des „Long Line Trainings“ kontinuierlich auf die Bergung von schwer verletzten Personen vorbereitet.

Europäische Regeln für Flugbesatzungen in Luftfahrtunternehmen schreiben des Weiteren ein jährliches Wiederholungsflugtraining vor, um alle kritischen und anspruchsvollen Einsatz- und Notverfahren des Hubschrauberfluges zu trainieren, wie zum Beispiel den Ausfall eines oder beider Triebwerke oder auch den Ausfall der Steuerhydraulik. Die LAR beschäftigt hierzu drei Helikopterpiloten, die auch als Fluglehrer qualifiziert und lizenziert sind.

Theoretische Schulungen

Neben den praktischen Trainings müssen LAR Helikopter- und Flugzeugpiloten ebenfalls theoretische Schulungen in regelmäßigen Abständen absolvieren. So wird unter anderem ein „Crew Resource Management Training“, das die Zusammenarbeit der Flugbesatzung und medizinischen Teams fördert, diverse Gefahren- und Sicherheitstrainings (mitsamt diverser Evakuierungsübungen der Fluggeräte), als auch der Umgang mit gefährlichen Gütern an Bord der Fluggeräte gelehrt. Auch werden Feuer- und Rauchübungen, jährliche technische Wiederholungskurse, erste Hilfe Trainings und eine regelmäßige Überprüfung der Englisch-Sprachkenntnisse, welche im Flugbetrieb unabdingbar sind, durchgeführt. Bei allen aufgeführ-

ten Trainings müssen die Gültigkeitsdaten stets penibel eingehalten und keinesfalls überschritten werden, da der betroffene Pilot ansonsten nicht im Flugbetrieb der LAR eingesetzt werden kann. ■

ANZEIGE

aktiva
Body in Balance

11, rue de Flaxweiler, Potaschbierg
L- 6776 Grevenmacher
Tel.: +352 27 07 78-1
aktiva@aktiva.lu www.aktiva.lu

Werden Sie Mitglied

JA, ich möchte LAR Mitglied werden! Ich unterstütze damit die lebensrettende Arbeit der LAR. Bei bezahltem Beitrag habe ich außerdem die Sicherheit, dass mich die LAR im medizinischen Notfall aus dem Ausland zurückholt.

Bitte Formular ausfüllen und senden an:
Veuillez remplir le formulaire et renvoyer à:

Luxembourg Air Rescue A.s.b.l.
175A, rue de Cessange, L-1321 Luxembourg
E-Mail: info@lar.lu • Fax: (+352) 40 25 63

Devenez membre

OUI, je souhaite devenir membre LAR! Je soutiens ainsi le travail sauveur de LAR. En payant la cotisation, j'ai également la certitude que LAR me rapatrie de l'étranger en cas d'urgence médicale.



TIPP: Scannen Sie diesen QR-Code und füllen Sie den Mitgliedsantrag schnell und einfach auf www.lar.lu aus.

Scannez le code QR ci-joint et remplissez votre demande d'affiliation sur www.lar.lu. C'est simple comme bonjour.

**Autant pour les frontaliers
que pour les résidents!**

Weitere Infos zur Mitgliedschaft unter Tel. (+352) 48 90 06
Pour de plus amples renseignements, appelez le



- Einzelmitgliedschaft / affiliation individuelle (54 EUR pro Person pro Jahr / par personne par année)
 Familienmitgliedschaft / affiliation familiale (97 EUR pro Familie pro Jahr / par famille par année)

Ehemann(-frau) oder Lebenspartner(in) (im selben Haushalt) einschließlich Kinder (wenn älter als 18 Jahre, bitte Schulbescheinigung beilegen) / Epoux (se), Conjoint(e) (si même ménage) et enfants (si majeurs, veuillez joindre un certificat scolaire)

Kontaktdaten / Coordonnées:

Name, Vorname / Nom, Prénom

Hausnummer, Straße / N°, rue

PLZ, Ort / Code postal, Localité

Telefon privat / Téléphone privé

Handy / Mobile

E-Mail

Sozialversicherungsnummer oder Geburtsdatum /
Numéro de sécurité sociale ou date de naissance

Im Falle einer Familienmitgliedschaft listen Sie nachfolgend bitte die persönlichen Daten der Familienmitglieder auf/ En cas d'une affiliation familiale veuillez lister ci-après les coordonnées des membres de la famille:

Name, Vorname / Nom, Prénom:
(Ehe-) Partner / Epoux (se), Conjoint(e)

Geburtsdatum / Date de naissance

m / f

Name, Vorname / Nom, Prénom:
Kinder / Enfants

Geburtsdatum / Date de naissance

m / f

Name, Vorname / Nom, Prénom:
Kinder / Enfants

Geburtsdatum / Date de naissance

m / f

Name, Vorname / Nom, Prénom:
Kinder / Enfants

Geburtsdatum / Date de naissance

m / f

Einzugsermächtigung / Ordre de domiciliation

Identifikationsnummer Zahlungsempfänger/Identifiant unique du créancier: LU98ZZ000000008398002002

Ich, der/die Unterzeichnende / Je soussigné(e)

ermächtige die Luxembourg Air Rescue A.s.b.l. den jährlichen Mitgliedsbeitrag von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die von der Luxembourg Air Rescue A.s.b.l. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

autorise Luxembourg Air Rescue A.s.b.l. à envoyer des instructions à ma banque pour débiter le montant de la cotisation annuelle, et ma banque à débiter mon compte conformément aux instructions de Luxembourg Air Rescue A.s.b.l.

Vous bénéficiez d'un droit de remboursement par votre banque selon les conditions décrites dans la convention que vous avez passée avec elle. Toute demande de remboursement doit être présentée dans les 8 semaines suivant la date de débit de votre compte.

Bank (BIC-Code) / auprès de la banque (Code BIC)

Konto Nr. (IBAN) / de mon compte n° (IBAN)

Datum / Date

Unterschrift / Signature

Um in den Genuss der Leistungen der LAR Mitgliedschaft zu kommen, muss die Mitgliedschaft vor Antritt der Reise abgeschlossen und der Mitgliedsbeitrag für das laufende Mitgliedsjahr bezahlt worden sein. Die LAR A.s.b.l. erbringt ihre Hilfeleistungen ohne Bestehen einer Rechtspflicht, da sie nur im Rahmen der personellen und technischen Möglichkeiten und der vorhandenen Mittel erfolgen können. Über die Durchführung der Einsätze entscheidet die LAR A.s.b.l. nach medizinischen, sozialen und operationellen Kriterien. Die LAR A.s.b.l. bestimmt die Art und den Zeitpunkt der Durchführung.

Les prestations pour les membres LAR sont sujettes à l'adhésion signée avant le départ à l'étranger et au paiement de la cotisation pour l'année en cours. LAR A.s.b.l. procure son assistance sans l'existence d'une obligation juridique quelconque, étant donné que les secours peuvent uniquement se produire dans le cadre des possibilités de ressources de personnel, des capacités techniques et suivant les moyens disponibles. Concernant l'exécution des missions, LAR A.s.b.l. décide sur base de critères médicaux, sociaux et opérationnels. LAR A.s.b.l. définit la façon et le moment d'exécution.

Änderungsmitteilung / Avis de changement

Haben Sie geheiratet, sich getrennt oder sind geschieden worden? Haben Sie ein Kind bekommen? Hat sich Ihre Adresse oder Bankverbindung geändert? Dann füllen Sie bitte das nachstehende Formular aus und schicken es bitte an: **Luxembourg Air Rescue A.s.b.l., 175A, rue de Cessange, L-1321 Luxembourg** oder per E-Mail an **info@lar.lu** oder per **Fax: 40 25 63**. Sie finden das Formular auch unter: **www.lar.lu**.

Vous vous êtes marié, séparé ou vous avez eu un enfant? Vous avez changé d'adresse ou de banque? N'oubliez pas de nous signaler tout changement en remplissant l'avis ci-dessous et en nous le renvoyant à: **Luxembourg Air Rescue A.s.b.l., 175A, rue de Cessange, L-1321 Luxembourg** ou par e-mail à **info@lar.lu** ou par fax au **40 25 63**. Ce formulaire se trouve également sur **www.lar.lu**.

Mitgliedsnummer / Numéro de membre:	Name, Vorname / Nom, Prénom:
<input type="text"/>	<input type="text"/>

Adressänderung / Changement d'adresse:		
Alte Adresse / Ancienne adresse:	Neue Adresse / Nouvelle adresse:	gültig ab / valable à partir:
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Änderung Zivilstatus, Familienzugehörigkeit / Changement d'état civil, composition de la famille:
Hinzufügen wegen / A rajouter pour cause de:

<input type="checkbox"/> Heirat / Mariage, Partenariat PACS	<input type="checkbox"/> Lebensgefährt(e), falls gleiche Adresse / Conjoint(e), si même adresse
Name, Vorname / Nom, Prénom:	

Sozialversicherungsnummer oder Geburtsdatum / Numéro de sécurité sociale ou date de naissance:

<input type="checkbox"/> Kinder (wenn älter als 18, bitte Schulbescheinigung beilegen) / Enfants (si majeurs, veuillez annexer un certificat scolaire)		
Name, Vorname / Nom, Prénom:	Geburtsdatum / Date de naissance	<input type="checkbox"/> m / <input type="checkbox"/> f
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Name, Vorname / Nom, Prénom:	Geburtsdatum / Date de naissance	<input type="checkbox"/> m / <input type="checkbox"/> f
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
Name, Vorname / Nom, Prénom:	Geburtsdatum / Date de naissance	<input type="checkbox"/> m / <input type="checkbox"/> f
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Aus Mitgliedschaft streichen wegen / Annuler l'affiliation pour cause de:

<input type="checkbox"/> Sterbefall / Décès	<input type="checkbox"/> Trennung / Séparation
Name des Verstorbenen / Nom du défunt:	Name des ehemaligen Partners / Nom de l'ancien(ne) partenaire
<input type="text"/>	<input type="text"/>
Todestag / Date de décès	Adressdaten des ehemaligen Partners / Son adresse actuelle
<input type="text"/>	<input type="text"/>

Änderung der Bankverbindung / Changement de banque:

Neue Kontodaten: Name Bank und IBAN Konto Nr. / Nouvelles coordonnées bancaires: Nom de la banque et n° de compte IBAN

Datum / Date Unterschrift / Signature

Mitteilung an Schüler und Studenten

Sehr geehrte Schüler und Studenten, wir möchten Sie bitten, uns eine Kopie Ihrer Studienbescheinigung für das Studienjahr 2014/2015 zukommen zu lassen, um auch weiterhin auf der Familienkarte Ihrer Eltern mit eingetragen zu bleiben. Falls Sie Ihr Studium beendet haben oder einen Beruf ausüben und weiterhin an den LAR Leistungen interessiert sind, bitten wir Sie, den Mitgliedsantrag auf S. 16 auszufüllen und uns zuzusenden. Für Fragen stehen wir Ihnen jederzeit gerne unter Tel: 48 90 06 oder info@lar.lu zur Verfügung. Ihre Mitgliederverwaltung

Avis aux étudiants

Chers écoliers et étudiants, Nous vous prions de bien vouloir nous envoyer une copie de votre certificat scolaire pour l'année 2014/2015 afin de garder la couverture parentale. Si entre-temps vous avez terminé vos études ou si vous exercez un métier et que vous êtes toujours intéressés aux avantages offerts par LAR, nous vous proposons de remplir et renvoyer le formulaire à la page 16. Pour toute autre question nous restons à votre entière disposition au tél 48 90 06 - info@lar.lu
Votre Administration des Membres

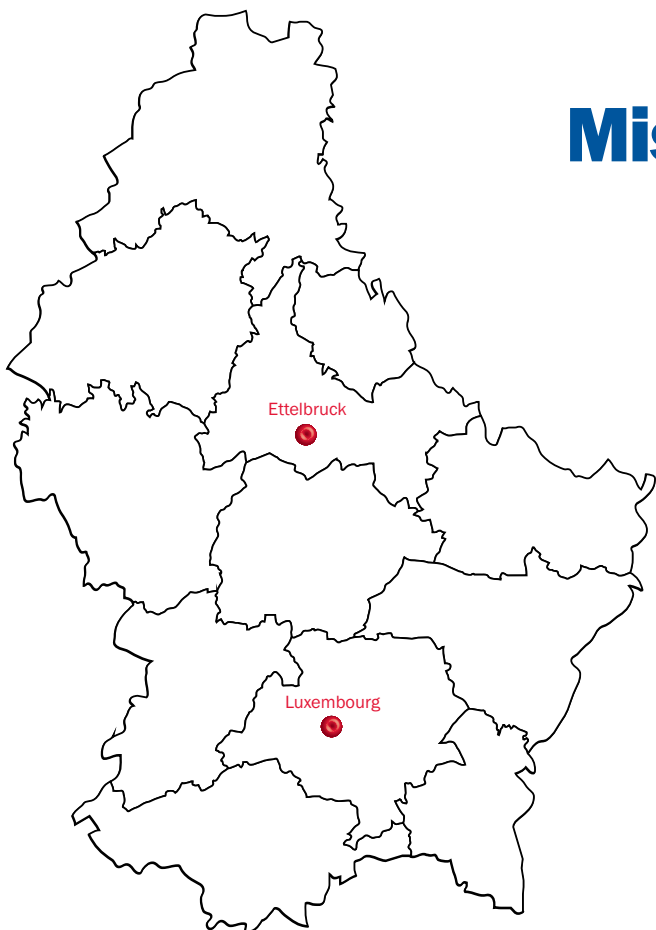
Avis aux parents

Chers parents, Nos membres nous posent souvent la question, si les enfants font automatiquement partie de l'affiliation familiale. Il est vrai qu'un tarif familial de 97 € inclut les parents et les enfants mineurs (ou étudiants moyennant un certificat scolaire). Or, nous ne disposons pas toujours des noms, prénoms et matricules (ou dates de naissance) des enfants. Ces données sont pourtant très importantes, surtout quand un rapatriement est sollicité. Nous vous saurions gré de bien vouloir compléter le formulaire "Avis de changement" et de nous le transmettre par fax: 40 25 63, par e-mail: info@lar.lu ou par courrier: LAR A.s.b.l., 175A, rue de Cessange, L-1321 Luxembourg. Merci pour votre collaboration!



Missions d'hélicoptères

Helikoptereinsätze



Redange, 13 juin 2014

Un grave accident de route a eu lieu entre Redange et Reichlange, quand une automobiliste a perdu le contrôle de son véhicule et a percuté une voiture qui arrivait en sens inverse. En seulement quelques minutes après son décollage de l'hôpital d'Ettelbruck, l'hélicoptère LAR a emmené le médecin SAMU sur place afin d'apporter les premiers soins médicaux vitaux aux deux automobilistes gravement blessés. Sous surveillance médicale, la première blessée fut hélicoptérée à l'hôpital, tandis que les services de secours ont désincarcéré le deuxième conducteur coincé dans sa voiture. Après retour de l'hélicoptère de sauvetage d'Ettelbruck, ce deuxième blessé fut également hélicoptéré au Centre Hospitalier du Nord. ■



Hallschlag (D), 26. Juni 2014

Der AR3 Rettungshubschrauber wurde zu einem schweren Verkehrsunfall auf der Bundesstraße 421 zwischen Hallschlag und Kronenburg herbeigerufen. Ein Kleintransporter war auf die Gegenfahrbahn geraten und dort mit einem entgegenkommenden Wagen kollidiert. Schnell am Einsatzort eingetroffen, untersuchte und versorgte der Hubschrauberarzt den schwer verletzten Fahrer des zweiten Autos, der anschließend mit dem Rettungshubschrauber ins Krankenhaus nach Aachen geflogen wurde. ■



Troisvierges, 3 juillet 2014

Alors que l'automobiliste a essayé de freiner afin d'éviter le choc, un enfant de 10 ans a été renversé par une voiture en courant sur la route. Peu après la mise en alerte, l'hélicoptère AR2 d'Ettelbruck était en vol pour emmener le médecin SAMU sur place afin de fournir les soins médicaux d'urgence nécessaires. La petite victime fuit ensuite hélicoptérée à la clinique pédiatrique du Centre Hospitalier de Luxembourg. ■

Hockweiler (D), 5. Juli 2014

Zu einem schweren Verkehrsunfall wurde der Rettungshubschrauber AR3 zwischen Hockweiler und Franzenheim alarmiert. Ein Vanfahrer kam aus ungeklärter Ursache vom Weg ab und stürzte fast dreißig Meter eine Böschung hinab. Die Feuerwehr musste den Fahrer aus seinem Fahrzeug befreien.



Am Einsatzort eingetroffen, betreute die LAR Hubschrauber-Notärztin den schwer verletzten Fahrer medizinisch. Anschließend wurde der Patient ins Bräderkrankenhaus nach Trier geflogen. ■

**Heispelt, 6 juillet 2014**

Un grave accident a eu lieu sur route mouillée à Heispelt, quand le conducteur d'une camionnette a percuté un arbre de plein fouet. L'hélicoptère AR2 d'Ettelbruck fut alerté et arrivait sous peu sur le lieu d'intervention avec le médecin SAMU, qui a examiné le conducteur blessé. Après désin-carcération par les services de secours, l'hélicoptère LAR a transporté le blessé à l'hôpital d'Ettelbruck. ■

Emeschbach, 13 juillet 2014

Un homme a perdu le contrôle de son véhicule entre Emeschbach et Antoniushof. Seul à bord de son véhicule, il a percuté un arbre et a été gravement blessé. Peu après la mise en alerte, l'hélicoptère AR2 d'Ettelbruck était en vol pour emmener le médecin SAMU et notamment l'aide médicale vitale sur place. Après stabilisation, l'automobiliste gravement blessé a été hélicoptéré à l'hôpital. ■

**Wincrange, 18 juillet 2014**

Un petit enfant, qui faisait partie du public d'une spéciale du rallye de Luxembourg, a fait une chute dans le vide à Hoffelt. L'hélicoptère AR2 d'Ettelbruck fut alerté et arrivait rapidement sur le lieu d'intervention avec le médecin SAMU afin d'apporter des premiers soins médicaux vitaux à l'enfant. La petite fut ensuite hélicoptérée à la clinique pédiatrique du Centre Hospitalier de Luxembourg. ■

ANZEIGE

Toutes transactions immobilières
Conseil & Service personnalisés
Immobilier Privé et Commercial

www.residia.lu

residia 
immobilier

Tél.: 26 37 47 60

Fax: 26 37 47 80

Residia Immobilier s.à r.l. 223, rue de Cessange L-1321 Luxembourg

Goesdorf, 27 juillet 2014

Une chute grave s'est produite lors d'une course de trial du championnat luxembourgeois sur le circuit «A Spachelt» à Goesdorf. L'hélicoptère de sauvetage LAR était rapidement en vol pour emmener le médecin SAMU et notamment l'aide médicale vitale sur place. Après stabilisation, le patient gravement blessé a été transporté en hélicoptère à l'hôpital. ■



Pellingen (D), 28. Juli 2014

Ein schwerer Verkehrsunfall ereignete sich nahe Pellingen, als ein Fahrer die Kontrolle über sein Fahrzeug in einer Rechtskurve verlor. Das Auto geriet auf die Gegenfahrspur und stieß dort mit einem Pkw frontal zusammen. Sofort wurde der Air Rescue 3 Rettungshelikopter als schneller Notarztzubringer alarmiert. Am Unfallort angekommen, untersuchte der LAR Notarzt den schwer verletzten Fahrer, und dieser wurde nach Stabilisierung ins Brüderkrankenhaus nach Trier geflogen. Der zweite Fahrer wurde mit leichten Verletzungen mit dem Rettungswagen ins Krankenhaus gebracht. ■

Bissen, 1 août 2014

Un grave accident de travail s'était produit dans la ZAC du Klengbousbiérg à Bissen, quand un ouvrier déchargeait une vitre dans un conteneur à verre. Alors que la glace était placée sur le chariot élévateur, celle-ci est tombée sur l'ouvrier. Seulement quelques minutes après départ du Centre Hospitalier du Nord d'Ettelbruck, l'hélicoptère LAR a emmené le médecin SAMU sur place afin d'apporter des premiers soins médicaux vitaux à l'ouvrier. Durement touché, l'ouvrier fut emmené à l'hôpital en hélicoptère. ■



Grevenmacher, 6 août 2014

Un incendie désastreux est survenu dans un entrepôt d'une société productrice d'encre dans la zone d'activités à Grevenmacher suivant une explosion causée par des produits chimiques. L'hélicoptère de sauvetage LAR fut alerté et arrivait sous peu sur place afin que le médecin SAMU puisse apporter l'aide médicale vitale à un membre du personnel gravement blessé lors de l'explosion. La victime a directement été héliportée à l'hôpital d'Ettelbruck, pour ensuite être transféré en hélicoptère à l'hôpital universitaire de Ludwigshafen, disposant d'un centre spécialisé de grands brûlés. ■

Marnach, 11 août 2014

L'hélicoptère de sauvetage LAR fut appelé sur les lieux d'un grave accident de circulation entre Marnach et Hosingen, quand deux voitures sont entrées en collision. Les deux personnes au volant des véhicules impliqués ont été gravement blessées, et ont obtenues de l'assistance médicale d'urgence du médecin SAMU venu sur place en hélicoptère. Cet hélicoptère de sauvetage a par la suite également assuré le transport rapide d'une des deux victimes à l'hôpital de garde. ■



Shop

Votre achat soutient LAR

Votre cadeau du shop LAR ne fait non seulement plaisir à ceux qui le reçoivent, mais cette contribution sauve également des vies.

Ihr Einkauf unterstützt die LAR

Mit einem Geschenk aus dem LAR Shop machen Sie nicht nur sich oder Ihren Freunden eine Freude, sondern Sie leisten einen Beitrag, der Leben rettet.



Commander directement sur /
Einfach online bestellen auf:

www.lar.lu

ou contactez-nous par téléphone /
oder rufen Sie uns an

48 90 06

Ours en peluche 24 cm
"Captain's Teddy"

15 EUR



Shop



Parapluie automatique **25 EUR**



Porte-clés **2,50 EUR**



Lampe de poche
MAGLITE® **30 EUR**



Ceinture à bagages **8 EUR**



Couteau Suisse 9 cm **26 EUR**



Écharpe fleece **11 EUR**



Gilet fluorescent de sécurité **6 EUR**



Bonnet bleu fleece
Taille: S, M ou L **12 EUR**



Carte USB 8 Go **18 EUR**



Livre d'enfant «À la découverte d'Air
Rescue» (F, E, ou D) **10 EUR**



Histoire de l'avion

Le rêve d'Icare

Quelque trois milliards de passagers ont utilisé l'avion en 2013. Preuve s'il en est que prendre la voie des airs est chose commune. Aujourd'hui on estime d'ailleurs qu'il y a, à tout instant, environ 500.000 personnes dans le ciel. Si voler est devenu à ce point ordinaire, le mérite en revient aux inventions successives qui ont permis à l'aviation de réellement décoller.

Le premier passager de l'histoire de l'aviation, Ernest Archdeacon, a embarqué le 28 mars 1908. Avant cette date, nombreux ont été les pionniers de l'aviation à réfléchir à ce doux rêve de vol. Archytas de Tarente, philosophe et mathématicien grec de 400 avant J.C., aurait conçu un oiseau en bois capable de voler. L'imitation de la gente ailée était déjà dans l'air du temps jusqu'au physicien britannique George Cayley (1773-1857) qui, le premier, conçoit qu'il est inutile de reproduire le vol battu des oiseaux. Dans ce long intervalle, l'incontournable Léonard de Vinci dessinera, vers 1500, une machine volante à l'image des oiseaux qui jamais ne verra le jour et Robert Hooke (mathématicien anglais) conclura à l'impossibilité d'un vol humain sans l'assistance d'un moteur externe.

Un premier pas assurément qui servira à George Cayley (on y revient) dans sa découverte du principe de base de l'aérodynamique et notamment que le poids et la traînée sont les forces que la puissance d'un moteur doit vaincre. Les bases de ce que sera l'avion sont posées.

À l'instar de l'hélicoptère, les inventeurs vont pendant quelques décennies tenter de faire voler les engins de

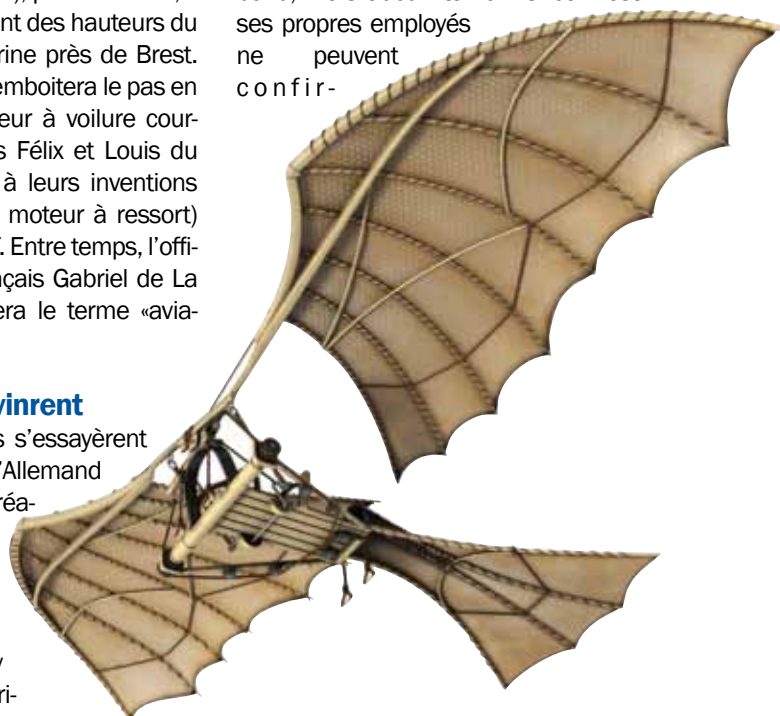
leur invention, avec la contrainte pesante de moteurs bien trop lourds. En 1843, M. Henson réfléchit à une machine à vapeur aérienne. Il esquisse des croquis, mais ne construira pas son planeur. C'est Jean-Marie Le Bris, qui le premier testera deux planeurs de son invention: en 1857, il lance son premier engin des collines de Dournenez (Finistère), puis en 1868, il retente un lancement des hauteurs du Polygone de la marine près de Brest. Louis Mouillard lui emboîtera le pas en concevant un planeur à voilure courbée, puis les frères Félix et Louis du Temple s'essayent à leurs inventions (modèles réduits à moteur à ressort) entre 1857 et 1877. Entre temps, l'officier de marine français Gabriel de La Landelle généralisera le terme «aviation».

Ader et Wright vinrent

D'autres inventeurs s'essayèrent à leurs planeurs: l'Allemand Otto Lilienthal qui réalisa entre 1891 et 1896 pas moins de deux mille vols planés, mais aussi le Britannique Percy Pilcher, les Américains John Joseph Montgomery et Malo-

ney ainsi que les Français Ferdinand Ferber, Maurice Colliex et les frères Voisin.

Le 20 juin 1891, Clément Ader prétend avoir réussi à faire voler son avion Éole sur quelques dizaines de mètres. Les traces des roues de son engin sur le sol de la prairie laissent supposer un bond, mais aucun témoin si ce n'est ses propres employés ne peuvent confir-



Vers 1500, l'incontournable Léonard de Vinci a dessiné une machine volante à l'image des oiseaux.

mer. Le 14 octobre 1897, il tente un nouveau décollage devant deux officiels du Ministère de la Guerre. L'expérience n'est pas concluante d'après ces derniers, même s'ils conçoivent qu'il s'agissait bien d'un premier décollage motorisé d'un appareil «plus lourd que l'air» ... mais non contrôlé.

Quelques années plus tard, les frères Wright frappent à la porte de l'histoire. Le 17 décembre 1903, les deux frères testent leur premier avion, le «Flyer», dans les paysages de Kitty Hawk (Caroline du Nord, États-Unis). Un vol d'un peu moins d'une minute leur permet de couvrir 284 mètres. Il sera considéré comme le premier vol motorisé contrôlé de l'aviation. Un petit bond pour un avion un grand pas pour l'aviation. Le 18 mars 1906, le Roumain Traian Vuia vola sur environ douze mètres à une altitude... d'un mètre! Mais en décollant d'une surface plane. Puis le 19 août de la même année, il battit son record per-



Modèle du premier avion «Flyer» des frères Wright, testé le 17 décembre 1903 dans les paysages de Kitty Hawk (Caroline du Nord, États-Unis).

sonnel atteignant 25 mètres à une altitude de 2,5 mètres.

Le 23 octobre 1906, c'est au tour du Brésilien Alberto Santos-Dumont d'y aller de son vol: il couvrit soixante mètres à une altitude d'environ trois mètres qui lui valut le prix Archdeacon de l'Aéro-Club de France. Mais les

frères Wright étaient en embuscade, eux qui réussirent la prouesse de voler pendant 39 minutes dans leur «Flyer III».

La voie était ouverte et les records allaient tomber, comme nous le verrons dans le deuxième volet de l'histoire de l'aviation. ■

ANZEIGE



HYUNDAI est chez Autopolis Bertrange



« Choisir Autopolis, c'est le début d'une relation de confiance entre vous et notre équipe »



Autopolis Z.A. Bourmicht
L-8070 Bertrange.
info@autopolis.lu
www.autopolis.lu/hyundai

autopolis
DRIVEN BY EXCELLENCE

Visiteurs chez LAR

Si vous avez envie de nous rendre visite avec votre club ou organisation, n'hésitez pas à nous contacter:

Tel: +352 48 90 06 - Fax +352 40 25 63

www.lar.lu - redaction@lar.lu



Installation
PostTV
offerte⁽¹⁾

VOD
ILLIMITÉE
quelle rentrée !⁽²⁾

Kid's Pass avec Lucky Luke et bien plus ...



www.post.lu • 8002 8004



1/ Installation et activation PostTV offertes pour toute nouvelle commande LuxFibre et PostTV avant le 08/10/14. Installation limitée à une prise seulement. L'activation et l'installation de LuxFibre restent payantes. 2/ Kid's Pass disponible uniquement avec la nouvelle Box 2ème génération PostTV. Durée d'engagement de 3 mois.

Abbott i-STAT®: Mini laboratoire en vol

Outil précieux pour le bien du patient

Depuis 2008, la flotte d'air ambulances de Luxembourg Air Rescue dispose d'analyseurs sanguins du type i-STAT® de la marque Abbott. Ce petit boîtier de la taille d'un gros téléphone, peut, avec seulement deux ou trois gouttes de sang, nous fournir des analyses urgentes en quelques minutes. Il s'agit en fait d'un mini laboratoire embarqué qui nous permet,

éventuelle transfusion sanguine. Le patient peut alors être transféré dans les meilleures conditions avec des délais raccourcis respectivement vers des structures d'accueil plus adaptées.

L'autre avantage de l'i-STAT® est qu'il permet à nos équipes d'avoir ces résultats sanguins pendant le vol. C'est un atout considérable surtout lors des rapatriements lointains, où les patients sont à bord pendant plusieurs heures. Ainsi, nos médecins et infirmiers spécialisés peuvent adapter le traitement sur toute la durée de la mission.

L'importance des gaz du sang lors des transferts aériens

Mettre des patients de soins intensifs dans des avions nécessite une grande logistique et un savoir-faire très particulier. En effet, l'environnement dans lequel

évolue le patient change totalement, température, vibration, bruit, accélération, décélération ainsi que les effets de l'altitude. Celle-ci engendre une diminution de la pression partielle en oxygène.

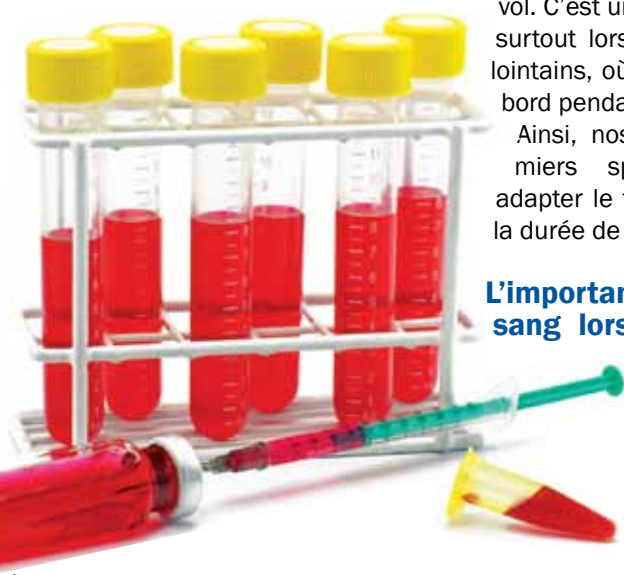
Chez un sujet sain, aucun problème, le corps s'adapte automatiquement à toutes ces modifications et l'on ne ressent rien. Chez un patient qui est branché à une machine pour le faire respirer, ce sont nos équipes médicales qui adaptent et règlent cette machine en fonction notamment des résultats fournis par notre analyseur de sang.

En bref, un outil qui n'existait pas il y a quelques années et qui est devenu aujourd'hui définitivement indispensable.

Pourquoi l'Abbott i-STAT®?

Nos équipes travaillent dans un espace confiné et souvent très loin de leur base sans la possibilité de remplacer l'appareil si celui-ci est défectueux. En effet, lorsque nous sommes à 45.000 pieds au-dessus de l'océan ou dans un dispensaire de brousse, notre matériel n'a pas le droit à l'erreur!

Les critères sont donc toujours les mêmes en ce qui concerne le choix de notre matériel médical, la taille, le poids, l'autonomie des batteries et bien sûr la fiabilité. ■



À bord des avions sanitaires LAR, des analyses sanguines peuvent être effectuées en vol grâce à l'Abbott i-STAT® compact.

entre autres, de connaître le taux de sodium, de potassium, de calcium, l'hématocrite, l'hémoglobine ainsi que le PH et l'ensemble de ce qui est appelé en médecine les gaz du sang.

Au fur et à mesure des années, LAR s'est spécialisée dans le rapatriement aérien de patients de soins intensifs de plus en plus critiques. Ce système de diagnostic délocalisé permet à nos équipes médicales de prendre en charge des patients dans des pays où il n'y pas de laboratoire disponible et/ou les infrastructures médicales locales ne permettent pas une telle analyse avant plusieurs heures.

Ainsi, ces quelques gouttes prélevées au chevet du patient indiquent à nos médecins l'utilité ou non de tel ou tel médicament, voire même une



L'Abbott i-STAT® peut, avec seulement deux ou trois gouttes de sang, fournir des analyses sanguines urgentes en quelques minutes.

An das Team von Air Rescue
 Hiermit möchte ich mich ganz herzlich
 bedanken für die schnelle und kompetente
 Hilfe.
 Gott sei Dank hat mein Sohn mich in Ihrer
 Organisation angemeldet, und jetzt
 auch sich und seine Familie.
 Auch Freunde von mir werden und haben
 das schon getan.
 Ich habe mich so wohl behütet gefühlt
 während der ganzen Zeit des Transportes
 und nicht einen Moment Angst verspürt.
 Sehr nette Leute haben mich betreut,
 und waren sehr um mein Wohlergehen
 bemüht.
 Auch meine Kinder sind sehr begeistert
 von der guten Kommunikation mit
 Ihnen während der Zeit bis alles organisiert
 war.

Ich kann nur jedem Ihre Organisation
 empfehlen was ich auch machen werde.
 Dank Ihnen bin ich hier schon operiert
 worden und es geht mir gut.
 Vielen Dank an den netten deutlichen Arzt
 den Infirmier und die zwei Piloten
 und an das ganze Team
 auch Danke an den Arzt den mich
 hier in Luxemburg empfangen hat.
 Vielen Dank Nicole.

Haut sinn et genau 3 Joer hier, dass et mir net
 esou gutt gaangen ass, an ech akut mam Helikopter
 op Brüssel an d'ongewëssheet geflu gouf. Ech si frou
 haut soen ze kënnen, dass et mir vergläichswéis erëm
 gutt geet, an ech wëll heimat och nach eng kéier der
 LAR Air Rescue Merci soen fir hiren Asaz! Ee super
 Team huet mech deemools betreit a bis an d'Klinik
 bruecht! Ech si frou ze wëssen, dass si do sinn, wann
 een se brauch, och wann ech natierlech hoffen, si net
 méi an Usproch mussen ze huelen!
 An och nach eng kéier ee Merci un meng Famill a
 Frënn, déi an der Zäit fir mech do waren.

Michèle Frantz

Liebes Air-Rescue-Team,
 gestern transportierten Sie meinen Onkel, Herrn
 François Schmit, der nach einem Schlaganfall im
 Westpfalz Klinikum in Kaiserslautern war, per
 Ambulanz nach Luxemburg ins Centre Hospitalier.
 Vielen herzlichen Dank für die schnelle und
 unkomplizierte Hilfe!

Marie-France Zimmer (Nichte)

Geglückte Heimreise.
 Während meiner Ferien in
 Teneriffa musste ich ganz
 plötzlich in die Notaufnahme,
 6 Tage Intensiv und 7 Tage
 Heimkuraufnahme. Dank
 Air Rescue und mit Begleitung
 eines eingeflogenen Luftretter
 Arztes konnte ich hier in
 Luxemburg weiter behandelt
 werden. Ich bin so Jahre
 Mitglied und kann nur
 jedem raten werden Sie
 Mitglied
 nochmals recht herzlich zu
 danken

Maria
 M. Birruca Huberty

Decke
 merci, Datt der
 mir gehollef
 huet an esou
 fein mat mir
 wart.
 von
 Loë 's
 Kinnen

Bonjour,
 Sylvie et Gast Olinger vous remercient
 pour le rapatriement de Sylvie
 Olinger. Un grand Merci à Stéphane
 et Dominique ainsi qu'à toute l'équipe
 du "JET"! Vous pouvez être fiers de
 votre compétence, de la qualité de votre
 service ainsi que de votre gentillesse!
 Excellent "JOB", un exemple pour toute
 société!

Salutations distinguées,

Gast Olinger

Mein Partner und ich wollten uns noch bei Ihnen bedanken, dass der LAR
 Hubschrauber unseren Sohn am 17.01.2014 nach Brüssel geflogen hat, damit ihm auf
 schnellstmöglichem Wege geholfen werden konnte und er deswegen und dank seiner
 Willenskraft überlebt hat. Vielen herzlichen Dank.

Nathalie Weber

Liebe Mitglieder, die LAR bedankt sich recht herzlich für die vielen Danksagungen,
 die uns in den letzten Wochen erreicht haben. Jeder einzelne Brief zeigt uns, wie
 wichtig unsere lebensrettende Arbeit für Sie ist. Auch wenn nicht jeder Brief hier
 Platz findet, würden wir uns freuen, wenn Sie in Ihrer Zuschrift bestätigen, dass wir
 diese veröffentlichen dürfen. Vielen Dank.



Santé

Marcher sans faire fausse route

Prendre son pied en marchant, une évidence? Oui, si l'on se garde de ne pas les prendre dans le tapis d'un manque de préparation. La randonnée est un sport, qui selon les terrains connaît des exigences parfois importantes. Aussi, mettez vos pas dans celui de la prévoyance pour atteindre l'objectif assigné.

La société se modernise à un rythme soutenu et notre hygiène de vie emboîte le pas de cette course folle en adoptant la voie d'une plus grande sédentarité. Nos aînés alignaient plusieurs kilomètres par jour quand, aujourd'hui, nous avons des difficultés à nous mouvoir sur quelques centaines de mètres quotidiennement. Aussi, sommes-nous un brin grippés lorsque nous vient l'envie d'une randonnée. Marcher est naturel, sain et adapté à (presque) tout un chacun, pourtant, nous, bipèdes optons bien souvent pour le moindre effort et son corollaire de mésusages de notre machine corporelle. Avant de partir randonner, en trekking, une remise en route s'impose pour éviter tout risque de mauvaises surprises et elles sont légion pour qui prend cette activité trop à la légère.

Dans la liste des points vulnérables, les articulations, les muscles, les os et la peau sont en première ligne. Les articulations de la cheville et du genou sont particulièrement sensibles aux terrains accidentés de randonnées où les pentes raides partagent le sentier aux irrégularités caillouteuses typiques des montagnes. Les risques d'entorses sont bien présents et surviennent d'autant plus souvent en fin de journée lorsque l'organisme est fatigué ou lors de descentes trop pentues. Il faut également prendre en considération que les personnes en surpoids sont plus exposées aux entorses. D'un point de vue musculaire, la

randonnée peut provoquer crampes, courbatures et autres contractures notamment lorsque l'allure est trop importante par rapport à ses capacités propres ou que la distance parcourue excède largement ses habitudes. Les os sont également sensibles aux marches longues et usantes, aux chocs répétés. Il peut en résulter des fractures de fatigue, notamment au niveau du tibia. Enfin, la peau des pieds est sensible à la surchauffe et aux frottements. Les ampoules peuvent alors gêner le quotidien du randonneur.

La rando, ça se prépare

La première étape préalable est de faire l'acquisition d'une bonne paire de chaussures et de chaussettes adaptées à de longues marches. Afin d'acheter les chaussures les plus adaptées au type de randonnée que vous programmez, prenez

conseil auprès d'un spécialiste qui vous orientera vers des modèles bas ou montants (qui maintiennent les chevilles) et qui adhèrent au mieux aux spécificités du terrain. Dans tous les cas, une bonne semelle amortissante est de mise tout comme il est judicieux de choisir une demi-pointure au-dessus de votre taille, ceci notamment pour les longues randonnées, car les pieds gonflent à l'effort.

Une fois équipé, prenez le temps, quelques semaines avant votre projet randonnée, de réaliser des marches d'entraînement de plus en plus longues, de plus en plus difficiles, jusqu'à atteindre le kilométrage ou la durée des randonnées qui vont être effectuées. Si la montagne est prévue être votre terrain de trekking, pensez également à vous acclimater aux conditions notamment à l'altitude et la diminution de l'oxygène qui en résulte. Toujours pour la montagne, planifiez vos itinéraires à l'avance et prévoyez des solutions de repli en cas de mauvais temps (raccourcis, refuge, etc.). Il est, de ce fait, important de consulter la météo tous les matins, avant le départ.

Avant le départ toujours, vérifiez le contenu de votre sac à dos (attention à ne pas excéder une charge équivalente à 20% de votre poids) qui doit contenir une trousse de secours (pansements, sparadraps, désinfectant, compresses, etc.) une quantité suffisante de boisson (de l'eau sur-



tout) et une nourriture d'appoint afin de pallier toute fringale.

Enfin, et ceci, pour éviter au maximum les problèmes musculaires, il est recommandé de démarrer lentement votre randonnée puis d'accélérer progressivement jusqu'à atteindre votre vitesse de croisière. Pensez enfin qu'il est préférable de ne jamais partir seul, notamment en montagne où certains lieux ne sont pas couverts par les réseaux téléphoniques.

Ces précautions prises, vous pourrez savourer pleinement la randonnée, prendre du plaisir et profiter des paysages qui se dévoileront à vos yeux. ■



Une boussole ainsi qu'une trousse de secours contenant des pansements, sparadraps, désinfectant, compresses, etc. doivent faire partie d'un bon sac à dos de randonnée.

Wandern aus sportmedizinischer Sicht

Wandern ist gesund, wenn Sie es nicht übertreiben!

Zu steile Routen oder falsches Schuhwerk belasten Gelenke und Wirbelsäule, daher sollten Bergsportler weniger an den Gipfel als an den Abstieg denken. Die größte Belastung müssen die Knie aushalten, wenn es bergab geht. Sind die Wanderer bereits mit ihren Kräften am Ende, wird ihr Tritt unsicher und eine Verletzung der Gelenke immer wahrscheinlicher. Wenn Sie entsprechend vorbelastet sind, sollten Sie Ihre Kräfte bei der Routenplanung realistisch einschätzen. Steile Anstiege, Geröllfelder oder unebenes Terrain sind tabu. Beim Wandern in größerer Höhe gilt: Da die dünne Luft weniger Sauerstoff liefert, ermüden die Muskeln früher als gewohnt. Ungeübte Wanderer sollten also nicht gleich eine Alpentour vornehmen,



Dr. Ralph J. Theres, LAR Notarzt und Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie, Sportmedizin.

sondern zunächst im Mittelgebirge trainieren. Unabdingbar für eine Wandertour ist eine gute Vorbereitung, denn eine starke Muskulatur ist der beste Schutz gegen Gelenkverletzungen. Die gleichmäßige, schonende Bewegung beim Fahrradfahren bereitet die Beine darauf vor, die Knie beim Wanderausflug zu entlasten. Schwimmen ist ideal, um die Rückenmuskulatur zu stärken, aber Vorsicht: Brustschwimmen belastet unter Umständen die Knie.

Zur richtigen Vorbereitung gehört auch die Wahl des geeigneten Schuhwerks, das eine feste, profilierte Sohle haben und auch die Knöchel schützen soll. Mit noch nicht eingelaufenen Schuhen wagen sich Wanderer lieber nicht ins Terrain. Neue Schuhe ermüden die Füße und erhöhen so das Verletzungsrisiko. Besser ist es, die Treter im ebenen Gelände einzulaufen. Die Kleidung sollte funktional sein, gegen die Witterung schützen und nicht beengen. Für einen gesunden Rücken ist entscheidend, dass der Rucksack nicht zu schwer ist und ordentlich sitzt. Gepolsterte, verstellbare Trageriemen sowie ein ebenfalls gepolsterter Beckengurt sorgen für einen komfortablen Sitz, der den Rücken entlastet. Je nach gewählter Route kann es zudem sinnvoll sein, wahlweise einen oder zwei Wanderstöcke mitzuführen: Auf breiten Wander-

wegen mit geringer Steigung entlasten zwei Stöcke den Bewegungsapparat gleichmäßiger. Auf anspruchsvolleren Strecken ist es dagegen gut, im Falle eines Sturzes eine Hand frei zu haben. ■

ANZEIGE



SECURITEC
Mit Sicherheit für Iech do!

**Professionell Sécherheet
fir Doheem a Betriber**













**Äeren Spezialist fir Alarm-
a Videoiwwerwaachung**

L-3378 Livange | T. 26 300 221
www.securitec.lu

Wir entdecken

Der LAR Helikopterpilot

Um Helikopterpilot bei der Luxembourg Air Rescue zu werden, muss der Pilot bereits über eine sehr große Flugenerfahrung verfügen. Mindestens 2.000 Flugstunden muss ein Pilot nachweisen können, um überhaupt als Rettungsfieger bei der LAR in Betracht zu kommen! Da diese langjährige Ausbildung zum Helikopterpiloten sehr kostspielig ist, lassen sich viele Pilotenanwärter beim Militär - in der französischen, deutschen oder belgischen Armee - ausbilden. Diese militärische Ausbildung hat für die LAR Helikopterpiloten besondere Vorteile: So lernen sie unter anderem mit Stresssituationen besser umzugehen und in guter Zusammenarbeit im Team zu funktionieren. Das sind zwei nicht zu unterschätzende Merkmale, die ihnen in der Rettungsflogerei zugute kommen. Oft müssen die LAR Flugkapitäne im tagtäglichen Einsatz im Helikoptercockpit unter sehr schweren Bedingungen fliegen. Ein Unfall kann sich sowohl an einem Hang, in einem dichten Waldgebiet oder auf engen Straßen ereignen. Dann sind langjährige Erfahrung und viel Fingerspitzengefühl gefragt, um die Maschine sicher zu landen. Hinzu kommt, dass die Einsätze der Rettungsfieger sehr unterschiedlich sind und bei fast jedem Wetter stattfinden. Daher muss im Notfall jederzeit schnell reagiert und eingegriffen werden, denn bei der Air Rescue zählt jede Minute, wenn es darum geht, Menschenleben zu retten. ■



Unser Bild zeigt den Start eines LAR Rettungshelikopters mitsamt Besatzung. Im 2. Bild unten haben sich 8 Fehler eingeschlichen. Kannst du sie finden?

Unter allen Teilnehmern (maximales Teilnahmealter: 12 Jahre) verlosen wir 3 Bücher „Wir entdecken die Air Rescue“. Einsendeschluss ist der 17. Oktober 2014, und die Gewinner werden per Los unter allen richtigen Einsendungen ermittelt.

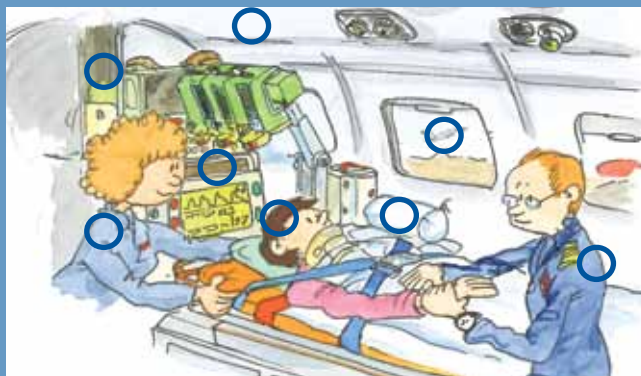


Schickt uns eure Auflösung an:
Luxembourg Air Rescue
Redaktion LAR report
175A, rue de Cessange
L-1321 Luxembourg
oder per E-Mail an:
redaction@lar.lu

Die Gewinner und Auflösung des letzten Quiz:

- Alex Back, Oberanven
- Mandy Rommes, Niederfeulen
- Théodore Scheer, Luxemburg

Die Gewinner wurden schriftlich benachrichtigt.



Corporate Membership

Vivez la responsabilité sociale et offrez de la sécurité!



Grâce à des «petites» preuves d'appréciation, vous améliorez la loyauté de votre personnel et en même temps vous vivez la responsabilité sociale au sein de votre entreprise par le support actif du sauvetage aérien au Luxembourg. Avec un «Corporate Membership», offrez nos services à tous vos collaborateurs, qui bénéficieront d'un service de qualité unique au Luxembourg. En cas d'urgence médicale, ce service englobe le rapatriement gratuit de n'importe où au monde dans les meilleurs délais et sans limite de frais de participation.

Afin de faire profiter vos collaborateurs de l'affiliation LAR, n'hésitez pas à nous contacter via corporate@lar.lu ou +352 489006!



Maîtrisez vos dépenses de santé en bénéficiant des meilleurs soins !



Vos avantages avec medicis confort :

La tranquillité au quotidien

- Vos soins remboursés à **100%**, en complément de la caisse légale : frais de médecin, médicaments, soins dentaires, ...

Le confort à l'hôpital

- Vos soins à l'hôpital remboursés à **100%**, même si la caisse légale n'intervient pas
- Prise en charge du coût de la chambre individuelle

La sérénité lors de vos voyages

- Assistance et remboursement de vos dépenses de santé à l'étranger



Einfach fir lech do

**Offre spéciale
pour les
membres LAR**

Vos enfants sont assurés gratuitement durant un an !

Si vous souscrivez une assurance medicis confort pour votre famille avant le 31.12.2014.

Pour demander une offre, remplissez notre formulaire en ligne sur www.foyer.lu/fr/lar, scannez le QR code ci-dessous ou retournez-nous ce coupon-réponse complété.

Nom : Prénom : Date de naissance :

Téléphone/GSM : Code Postal : Localité :

Pays : e-mail :

