

# LAR

Dezember 2016



# report



**Repatriierung:**

Tallinn: Krankenhaus statt Konzertbühne S. 6-8

**Training:**

Das breitgefächerte Weiterbildungsprogramm der LAR S. 14-19

CK. MORE THAN SOLUTIONS

MEILLEURS VŒUX



KONICA MINOLTA

2, rue Léon Laval Z.A. am Bann L-3372 Leudelange Tél. : 26 380-1 | Fax : 26 380-380 | info@ck-online.lu  
www.ck-online.lu   CK - Groupe Charles Kieffer

G R O U P E



CHARLES KIEFFER



# Lifelong learning

**Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen, liebe Leser,**

Die Zeit bleibt nicht stehen - und mit ihr entwickeln sich die Anforderungen in allen Arbeitsbereichen mit rasanter Geschwindigkeit. Gerade im Gesundheitswesen sind regelmäßige Fortbildungen aufgrund neuer Erkenntnisse in der Medizin unabdingbar. So werden die europäischen Leitlinien zur Wiederbelebung beispielsweise alle 5 Jahre angepasst. Doch auch in der Fliegerei ist Training das A und O, denn der technologische Fortschritt erlaubt es nicht, sich auf dem einmal erworbenen Wissen auszuruhen.

Fortbildungen dienen der Sicherung, Erweiterung und Aktualisierung des erworbenen Grundlagenwissens und sind damit ein unverzichtbares Element der Qualitätssicherung. Die Zukunftsfähigkeit der Luftrettung in Luxemburg hängt in hohem Maße von den Kompetenzen und Qualifikationen der LAR Mitarbeiter ab. Daher ist es uns ein Anliegen, allen Beschäftigten und insbesondere dem medizinischen und fliegerischen Personal Qualifizierungs- und Fortbildungsmöglichkeiten zu bieten.

In unserer aktuellen Ausgabe gehen wir auf einige Fortbildungen, die unsere Mitarbeiter im Laufe dieses Jahres besucht haben, etwas näher ein. Lesen Sie zum Beispiel auf Seite 14 wie das sogenannte „Crew Resource Management“ der Teamstärkung dient. In der anschließenden Foto-Reportage erhalten Sie Eindrücke von verschiedenen themengebundenen Trainings, darunter Ebola, Seilwinde und Katastropheneinsatz am Flughafen. Außerdem erfahren Sie auf Seite 16, dass wir nicht nur für unsere Mitarbeiter, sondern auch für externes Personal Trainings anbieten.

Ich wünsche Ihnen schon jetzt frohe Weihnachten und eine gute Gesundheit im neuen Jahr!

**René Closter  
Präsident LAR**

# INHALT



3

Editorial

4

Inhalt & Impressum

5

Kurz notiert

6-8

Repatriierung

10-13

Helikoptereinsätze

14-19

Training

20-21

Besucher/Visiteurs

22

Von unseren Mitgliedern

24-25

Unser LAR Report

26

Was machst du bei der LAR?

28-30

Santé

32

Mitgliederformular

34

Kinderseite

35

Shop



LAR Infohotline: (00352) 48 90 06  
Alarmzentrale: (00352) 27 365 365 24h/24

[www.lar.lu](http://www.lar.lu)

## 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

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.

Luxembourg Airport - Gate E13

Adresse postale: B.P. 24 · L-5201 Sandweiler

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

R.C.S. Luxembourg F701

[www.lar.lu](http://www.lar.lu) • [redaction@lar.lu](mailto:redaction@lar.lu)

# KURZ NOTIERT

## Forum für Flugsicherheit

Gute Flugsicherheit ist ein wichtiger Bestandteil jedes erfolgreichen Luftfahrtunternehmens. Aus diesem Grund treffen sich die Flugsicherheitsverantwortlichen der führenden, deutschsprachigen Luftrettungsunternehmen in Europa regelmäßig zum gemeinsamen Austausch.

Vom 7. bis 9. November 2016 lud die Luxembourg Air Rescue das „Forum für Flugsicherheit“ zu sich an den Findel ein, um als Gastgeber Vertreter der deutschen (DRF und ADAC), schweizerischen (REGA) und

österreichischen (ÖAMTC) Luftrettungsorganisationen sowie Sicherheitsverantwortliche der deutschen Bundespolizei und von Airbus Helicopters Deutschland begrüßen zu dürfen.

Während intensiver Gespräche wurden wesentliche Themen der Sicherheit rund um den Flugbetrieb und die Patientenversorgung sowie Auswirkungen auf die Sicherheit durch gesetzliche Änderungen bzw. neue Technologien behandelt (z.B. Regelungen hinsichtlich Drohnenflugverkehrs).

## Concert de bienfaisance et d'ouverture des festivités du 175e anniversaire de la Musique Militaire Grand-Ducale & du 50e anniversaire du Volontariat auprès de l'Armée

offert par la Ville de Luxembourg conjointement organisé par L'Armée Luxembourgeoise - Le Luxembourg City Tourist Office - D'Frënn vun der Militärmusek asbl au profit de la «Fondation Luxembourg Air Rescue»

5

**Mercredi, 25 janvier 2017 à 20.00 heures  
au Conservatoire de Luxembourg**

### AU PROGRAMME en ouverture

Symbole d'espoir, Finale  
Direction: Pierre Nimax Sr.  
Solistes: LtCol honoraire Pierre Nimax Sr  
Professeur Pierre Nimax Jr,  
Orgue  
AdjMaj Ernie Hammes, Trompette

Walt Whitman Overture  
Direction: Gustav Holst  
arr. André Reichling  
LtCol Honoraire André Reichling

### en fin de 1ère partie

Direction: Major Jean-Claude BRAUN,  
Chef de la Musique Militaire  
Grand-Ducale

La Valse  
Festival Variations  
Maurice Ravel  
Claude T. Smith

### ENTRACTE Duende

Luis Serrano Alacorn

### en finale avec la participation de «Murphy's Law»

Ricardo Vieira, Voice / Misch Volkmann, E-Guitar / Claude Schaus, Piano / Nico Wégé, Drums / Heng Kleren, B-Guitar  
Laurent Pierre, Tenor Sax / Georges Soyka, Trumpet / Serguei Khmieleskoi, Trombone

Présentation: M Nello ZIGRAND, secrétaire  
de la musique militaire

Entrée gratuite avec collecte de dons à l'issue du concert  
Vous pouvez également faire un don avec la mention  
«concert» sur un des comptes bancaires suivants:

“Fondation Luxembourg Air Rescue”  
LU84 0020 1167 9560 0000 (BILLULL)  
LU85 0030 4410 9272 1000 (BGLULL)  
LU28 1111 2134 2323 0000 (CCPLULL)  
LU64 0019 3300 0930 9000 (BCEULL)

**Réservation places auprès de [www.luxembourgticket.lu](http://www.luxembourgticket.lu) ou au Tel (+352) 47 08 95 - 1  
(à partir du 15 décembre 2016)**



# Tallinn: Krankenhaus statt Konzertbühne

**Gesang bereitet dem 75-jährigen Josy A. Lebensfreude. Als langjähriges Mitglied in einem Männerchor lässt er andere Musikbegeisterte regelmäßig bei Konzerten daran teilhaben. Zu den diesjährigen Höhepunkten zählt unter anderem die Teilnahme an einem Musikfestival in der estnischen Hauptstadt Tallinn. Als der rüstige Rentner in Begleitung seiner Ehefrau zusammen mit den anderen Chormitgliedern die Reise antritt, ahnt er noch nicht, dass sein Herz das Programm auf den Kopf stellen wird.**



Geplant sind zwei Auftritte. An dem ersten kann der gebürtige Luxemburger noch teilnehmen. Als er die Eindrücke des Konzertes abends im Bett Revue passieren lässt, beginnt sein Herz plötzlich schneller zu schlagen. Gleichzeitig fällt ihm das Atmen schwerer. „Womöglich die Nachwehen vom Auftritt“, denkt er sich und versucht einzuschlafen. Doch die Beschwerden lassen nicht nach, sodass es eine unruhige Nacht für ihn werden soll. Schnell ist dem Ehepaar klar, dass die Herzrhythmusstörungen und Atemnot nicht mehr mit dem Adrenalin vom Konzert zusammenhängen können. Und so lässt Herr A. sich am nächsten Tag in einem Krankenhaus vor Ort untersuchen. Dort wird er allerdings lediglich mit blutdrucksenkenden Medikamenten versorgt und anschließend wieder zurück ins Hotel geschickt. Doch als zwei Tage später noch immer keine Linderung eintritt, die Symptome sich sogar eher noch verschlimmern, sucht Josy A. erneut ärztlichen Rat

auf. Diesmal besteht der resolute Luxemburger jedoch darauf, hospitalisiert zu werden.

Weitere Untersuchungen ergeben, dass der Patient einen Herzinfarkt hatte – eine Diagnose, die wie sich später herausstellen wird, bereits nach dem ersten Krankenhausbesuch hätte gestellt werden können. Doch hierzu später mehr. Der Infarkt muss zeitnah mittels Herzkatheteruntersuchung genauer erfasst und durch das Einsetzen eines Stents behandelt werden. Da der Eingriff vor Ort jedoch zu diesem Zeitpunkt nicht möglich ist, kontaktiert Familie A. die Air Rescue. Stéphane Belkadi, der diensthabende Intensivkrankenpfleger der LAR Alarmzentrale, setzt sich daraufhin umgehend mit der behandelnden Ärztin vor Ort in Verbindung, um die genaue Diagnose und den Zustand des Patienten zu erfahren. Diese teilt ihm mit, dass der Herzinfarkt bisher nur medikamentös behandelt wurde.

Des Weiteren bestünde Verdacht auf eine Lungenentzündung. Der Patient sei jedoch soweit stabil.

In Anbetracht dieses recht wagen Krankheitsbildes und der Tatsache, dass der Infarkt noch nicht operiert wurde und somit das Risiko eines weiteren Infarktes besteht, entscheidet sich die LAR Einsatzleitung für die Rückführung im vollausgestatteten LAR Ambulanzflugzeug. Die Mitarbeiter der Alarmzentrale kümmern sich daraufhin unverzüglich um die Planung der Repatriierung, sodass wenig später ein LAR LearJet samt medizinischer Besatzung bestehend aus Dr. Carina Tidden und Intensivkrankenschwester Jan Saubain in Richtung Tallinn abhebt.

Nach einem knapp zweistündigen Flug landet die Maschine in der estnischen Hauptstadt, wo es für Dr. Tidden und Jan Saubain per bodengebundener Ambulanz gleich weitergeht zum Krankenhaus. Dort treffen sie das LAR Mitglied auf der Intensivstation an, wo noch fünf weitere Patienten untergebracht sind. In der Mitte des Raumes befindet sich ein Schalter, an dem das medizinische Personal

Luxemburger. Doch Not macht bekanntlich erfinderisch: Seine Ehefrau kommunizierte per Übersetzungs-App mit dem medizinischen Personal. „Ich tippte meine Fragen auf dem Handy ein, zeigte ihnen die Übersetzung und sie antworteten mir auf dem gleichen Weg,“ erklärt sie. Alles andere als ideale Bedingungen! „Umso wertvoller war der regelmäßige Austausch mit der LAR für mich. Sie hat mich über den Gesundheitszustand meines Ehemannes auf dem Laufenden gehalten und meine Sorgen dadurch gelindert“, so Frau A. weiter.

Bevor Familie A. jedoch die Heimreise im LAR LearJet antreten kann, erfasst Jan Saubain die Vitalparameter und schreibt ein 12-Kanal-EKG, um sich selbst ein Bild vom Zustand des Patienten zu machen. „Wir verlassen uns grundsätzlich nicht nur auf die Angaben der lokalen Ärzte, da diese oftmals nicht eindeutig sind, wie eben auch in diesem Fall. Deswegen nehmen wir stets unsere eigene medizinische Ausstattung aus dem Jet mit ins Krankenhaus und



sitzt. Neben den Lufttreppern aus Luxemburg befinden sich zu dem Zeitpunkt noch einige Besucher im Mehrbettzimmer und zeitgleich erleidet ein älterer Herr einen Krampfanfall in seinem Bett. Dementsprechend hoch ist der Geräuschpegel. Von der mangelnden Privatsphäre ganz zu schweigen. Im Vergleich dazu erscheint das klassische Zwei- bzw. Dreibettzimmer, wie man es aus Luxemburger Krankenhäusern kennt, als Luxus.

Doch die LAR Crew lässt sich von den gegebenen Umständen nicht beirren und erkundigt sich als erstes bei ihrem Patienten, wie es ihm geht, und erklärt ihm das weitere Vorgehen. Dieser ist sichtlich erfreut, dass er sich nun endlich wieder in seiner Muttersprache verständigen kann. „Die sprachlichen Barrieren waren groß. Meine Fremdsprachenkenntnisse waren mir nur bedingt eine Hilfe, denn nicht jeder Arzt spricht Englisch“, so der

machen uns gerne ein eigenes Bild des Patientenzustandes“, erklärt der Intensivkrankenschwester. Dr. Tidden lässt sich indes die Krankenakte des Patienten aushändigen und bespricht diese mit der behandelnden Ärztin. In der Zwischenzeit liegen auch die Ergebnisse von Jans Untersuchungen vor. Gute Neuigkeiten: Der Zustand des LAR Mitglieds ist stabil und somit steht der Rückführung nach Luxemburg nichts im Weg.

Während des Transportes mit der Ambulanz vom Krankenhaus zum Flughafen werden Blutdruck, Puls und Sauerstoffsättigung des Patienten über den LAR Monitor überwacht. Zudem nutzt die LAR Ärztin die Zeit, um dem Patienten nähere Erläuterungen zu seinem Krankheitsbild zu geben. So ist dem Rentner bis dato nicht bekannt, wann der Infarkt überhaupt stattgefunden hat. Dr. Tidden erklärt ihm, dass seine Blutwerte bereits bei seinem ersten



Krankenhausbesuch deutlich erhöht waren, was darauf hindeutet, dass er den Infarkt in der besagten schlaflosen Nacht erlitten hat. Neben der Diagnose Herzinfarkt bereiten dem LAR Mitglied zudem die ungewohnten Geräusche in seiner Lunge Kummer. „Das Röntgenbild Ihrer Lunge ist unauffällig. Die Atembeschwerden hängen eher mit dem Herzinfarkt zusammen. Gewissheit werden hier die Untersuchungen im Luxemburger Krankenhaus geben“, beruhigt Dr. Tidden den Patienten, woraufhin sich auf dessen Gesicht Erleichterung breitmacht.

8

Mittlerweile hat die Ambulanz das Rollfeld erreicht und parkt gleich neben dem LAR Jet. In der Kabine wird Herr A. sorgfältig auf die Tragbahre gelegt. Vor dem Abflug kontrolliert Jan nochmal Blutdruck, Puls und Sauerstoffsättigung des Patienten und wird dies auch während des Transportes kontinuierlich tun. Dann fixiert er ihn mit Gurten an der Tragbahre und redet ihm beruhigend zu. Aufgrund des Alters und des Krankheitsbildes legt Jan Herrn A. außerdem einen peripheren Venenkatheter, um ihm Flüssigkeit und blutdrucksenkende Medikamente zu verabreichen. Über eine Nasenbrille erhält das geschwächte LAR Mitglied zudem Sauerstoff.

Während Dr. Tidden einen ersten Zwischenbericht verfasst, trägt Jan die Werte auf dem Bildschirm in sein Überwachungsblatt ein. Frau A. hat indes direkt neben ihrem Ehemann Platz genommen. „Legen Sie Ihren Kopf in Ruhe. Ihr Mann ist bei uns in guten Händen“, meint Jan in seiner fürsorglichen und souveränen Art zu Frau A., die durch die Krankheit ihres Mannes deutlich angeschlagen ist. „Ich bin so erleichtert, dass Josy unter ärztlicher Aufsicht nach Hause kommt und ich war überrascht, wie schnell alles geklappt hat. Ein Glück, dass wir Mitglieder sind, und wir werden es zweifelsohne bleiben“, betont sie.

Während des Fluges überprüft Dr. Tidden regelmäßig die Blutwerte des Patienten und erkundigt sich immer wieder bei ihm aber auch bei seiner Gattin nach dem Wohlbefinden. Nach gut zwei Stunden landet die Maschine auf dem Flughafen Findel, wo die LAR Ambulanz schon bereitsteht. Die medizinische Crew weicht ihrem Patienten auch während der Fahrt ins Krankenhaus Centre Hospitalier nicht von der Seite. Erst als sie sichergestellt hat, dass er gut versorgt ist, verabschiedet sie sich mit einem „Äddi“ von ihm und seiner Ehefrau. Die Lufttreppen sagen nie auf Wiedersehen – denn das wolle ja keiner.



# Projet de réforme fiscale 2017



**tout  
ce qui va changer  
pour mes assurances**

La réforme fiscale entrera en vigueur le 1<sup>er</sup> janvier 2017 et aura un impact sur votre déclaration de revenus 2017. **Quels changements pour la déductibilité de vos primes d'assurances ?**



Épargne Prévoyance-vieillesse  
(art. 111bis L.I.R.)



Épargne-Logement  
(art. 111 (1)(c) L.I.R.)



Dépenses Spéciales  
primes d'assurances

Pour en savoir plus, contactez votre agent AXA ou courtier,  
ou rendez-vous sur [www.axa.lu](http://www.axa.lu)   

d'Assurance / **nei erfannen**



# Aus dem LAR Einsatzalltag



Monzelfeld (D), 31. Oktober 2016

## Zwei Rettungshubschrauber im Einsatz

Montagsmorgen: Auf der L 158 bei Monzelfeld (D) holt ein PKW-Fahrer zu einem Überholmanöver aus, als ihm plötzlich ein anderes Fahrzeug entgegenkommt. Beide Autofahrer steigen voll in die Bremsen, Reifen quietschen. Frontal stoßen die zwei zusammen, ein ohrenbetäubender Knall hallt durch die Straße. Durch die Wucht des Aufpralls werden zwei Beteiligte schwer, drei weitere Personen leicht verletzt. Nur wenige Minuten nach der Kollision ertönt über der Unfallstelle das Geräusch eines Rettungshubschraubers: Die Besatzung des auf Findel stationierten Air Rescue 3 wurde alarmiert. Der LAR Pilot landet den luxemburgischen Rettungshubschrauber und der LAR Notarzt begibt sich mit dem LAR Intensivkrankenschwester zu einem der beiden Schwerverletzten. Kurz darauf landet ein zweiter Hubschrauber an der Unfallstelle. Die deutschen Kollegen von der am Nürburgring basierten Johanniter Luftrettung wurden zur Versorgung des zweiten Schwerverletzten alarmiert. Nachdem die medizinische Besatzung des Air Rescue 3 ihren Patienten medizinisch versorgt hat, bereiten sie ihn für den Transport mit dem luxemburgischen Rettungshubschrauber vor. Kaum haben sie ihn an Bord aufgenommen, hebt der LAR Pilot mit der Maschine vom Boden ab und fliegt den schwerverletzten Mann in das Bräuderkrankenhaus nach Trier. Dort übergeben die Luftretter den Patienten zur weiteren Behandlung an das Klinikpersonal.

10



**SECURITEC**

Mat Sécherheet fir Tech do!

L-3378 Livange | T. (+352) 26 300 221

[www.securitec.lu](http://www.securitec.lu)

**NEW SHOWROOM!**

Professionell Sécherheet fir Doheem a Betriber

Äeren nationale Spezialist fir Alarm, Video a villes méi!

**Kontaktéiert eis elo fir e gratis Devis!**



# ÉCHAPPEZ À L'ORDINAIRE.



**ŠKODA**  
SIMPLY CLEVER



## Redécouvrez les sensations fortes avec les modèles ŠKODA Scoutline et Scout.

Chez ŠKODA, Simply Clever signifie trouver des solutions ingénieuses pour vous faciliter la vie. L'Octavia Scout, la Rapid Spaceback ScoutLine et la Fabia Combi Scoutline en sont un bon exemple. Elles sont prêtes pour l'aventure, avec leurs protections renforcées de la carrosserie et des pare-chocs avant et arrière caractéristiques. Tout en restant fidèles à elles-mêmes grâce à leurs nombreuses solutions Simply Clever.

[skoda.lu](http://skoda.lu)

Consommation et émissions des véhicules ŠKODA : Fabia Combi 4,8-3,6 l/100 km, 110-94 g CO<sub>2</sub>/km; Rapid Spaceback 5,2-3,6 l/100 km, 114-94 g CO<sub>2</sub>/km; Octavia Combi Scout 6,6-4,8 l/100 km, 149-125 g CO<sub>2</sub>/km



Importateur: PragAutos Losch | Concessionnaires: Bereldange - Losch | Diekirch - Claren | Echternach - Krufft | Esch/Alzette - Losch | Leudelange - Tewes

# Aus dem LAR Einsatzalltag



**Clervaux, 26. September 2016**

## **Kind von Auto angefahren**

Es ist der Alptraum aller Eltern. Sie spazieren mit ihrem Kind an einer befahrbaren Straße entlang und plötzlich rennt ihr Kind auf die Straße. Dieses erschreckende Erlebnis musste die Mutter eines 8-jährigen Jungen am eigenen Leib erfahren. Sie ist mit ihrem Sohn auf einem Bürgersteig auf der N18 zwischen Clervaux und Reuler unterwegs, als dieser sich plötzlich von ihrer Hand losreißt und vor ein entgegenkommendes Auto auf die Straße läuft. Die Frau hinter dem Steuer kann nicht mehr rechtzeitig bremsen und erfasst den Jungen mit ihrem PKW. Das schwerverletzte Kind benötigt schnellstmöglich notärztliche Versorgung. Unverzögert nach der Alarmierung hebt die Besatzung des am Ettelbrücker Krankenhaus stationierten Air Rescue 2 bestehend aus LAR Pilot und LAR Intensivkrankenschwester und dem SAMU Notarztteam ab zum Einsatzort, wo sie nach 10 Flugminuten eintrifft. „Der Junge hat bei dem Unfall schwere Verletzungen erlitten. Deswegen musste er so schnell wie möglich in ein Krankenhaus transportiert werden“, berichtet der LAR Intensivkrankenschwester Pierre Hanert. Und so wird er zur Weiterbehandlung an Bord des Air Rescue 2 ins Centre Hospitalier du Nord nach Ettelbrück geflogen.

12

**Derenbach, 28. September 2016**

## **Geradeaus in einer Kurve**

Eine langgezogene Kurve, links und rechts der Fahrbahn dichter Wald. Eine Frau fährt mit ihrem PKW auf freier Fahrbahn von Derenbach nach Erpeldingen, als sie plötzlich die Gewalt über ihr Fahrzeug verliert und es in der Kurve geradeaus einen Abhang hinunter steuert. Der Wagen kommt einige Meter weiter zwischen den Bäumen zur Seite gekippt zum Stehen. Die Fahrerin zieht sich dabei schwere Verletzungen zu. Jetzt zählt vor allem eines: schnelle medizinische Hilfe. Unmittelbar nach der Alarmierung hebt die Besatzung des Air Rescue 2 in Ettelbrück am Krankenhaus ab zum Einsatzort. Sofort eilt das SAMU Notarztteam, begleitet von dem LAR Intensivkrankenschwester, zur Patientin. Nach der ersten Versorgung kann die medizinische Besatzung des Rettungshubschraubers schwere Verletzungen feststellen. „Bei solchen Verletzungen ist ein schonender und schneller Transport in eine Klinik besonders wichtig“, erzählt der am Einsatz beteiligte LAR Intensivkrankenschwester Konrad Kaufmann. Und so transportiert die AR 2 Besatzung die Patientin auf schnellstem Luftweg in das Ettelbrücker Krankenhaus.



**Luxembourg, le 5 octobre 2016**

**Une collision entre 3 camions**

En raison de travaux effectués dans le tunnel de Cents ce mardi, des bouchons conséquents se sont formés dans les deux directions. Pour trois conducteurs de camion en direction de Luxembourg-Ville, au nord-est de la capitale, peu après la jonction avec l'A7, cet embouteillage a fini en une collision. Après un ralentissement brusque, les camions se sont encastrés les uns dans les autres. Le choc a été très violent et un des chauffeurs routiers, celui du troisième et dernier camion impliqué, est grièvement blessé. Il est resté coincé dans sa cabine, complètement broyée contre une remorque. Les sapeurs-pompiers professionnels de la Ville de Luxembourg ont déployé d'importants moyens techniques pour le dégager de son piège d'acier. En même temps, l'hélicoptère de Luxembourg Air Rescue a été appelé en renfort. L'hélicoptère s'est posé sur les voies de l'autoroute fermée à la circulation dans le sens Allemagne-capitale.



# Gemeinsam besser sein

Wie die LAR ihre Teamstärken verbessert

Die Luftrettung erfordert von jedem Crewmitglied hohe technische Fertigkeiten. Über diese technischen Fertigkeiten hinaus ist aber jeder Mitarbeiter ein Mensch, der natürlicherweise auch Fehler macht.

Hier setzt das sogenannte CRM (Crew Resource Management) an. Diese in der weltweiten Fliegerei etablierte und für fliegerische und technische Besatzungsmitglieder verpflichtende Ausbildung ist wesentlicher Bestandteil der Unternehmenskultur der LAR. Die LAR bildet ihre Mitarbeiter nicht nur selbst aus, sondern erweitert den üblichen Umfang ganz bewusst auf alle Beteiligten: neben den Besatzungsmitgliedern im Cockpit auch auf das medizinische Personal an Bord. Daher steht das „A“ von ACRM für „Aeromedical“ – flugmedizinisches CRM.

14 In einem zweitägigen Training werden die Teilnehmer zunächst vor Aufgaben gestellt, die in vielerlei Hinsicht den Anforderungen ihres Rettungsalltags entsprechen. Diese Aufgaben sind nichts für Einzelgänger. Das Team ist gefragt. Hier muss sich die Gruppe zunächst finden: Wer hat die beste Idee? Wer kann die Gruppe führen? Wer ist technisch versiert oder wer kann die anderen motivieren?

Es entwickelt sich eine Gruppendynamik, die immer wieder die bereits bestehende, sehr gute Teambuilding innerhalb eines Rettungsteams beweist. Das LAR-eigene Trainerteam

versucht aber weiter zu gehen, nämlich dahin, wo Schwierigkeiten entstehen, wo die Herausforderung scheinbar zu groß und Lösungen zu schwierig sind. Die CRM-typischen Inhalte wie der Umgang mit Stress, die situative Aufmerksamkeit oder Entscheidungsfindung werden unmittelbar erlebt. Schnell erfahren die Teilnehmer, dass man unter schwierigen Bedingungen leicht Fehler macht, natürliche Schwächen offenbart und vieles nicht mehr so leicht und selbstverständlich ist. Diese Erkenntnisse sind wertvoll und werden im weiteren Verlauf des Trainings genutzt.

Nach dem praktischen Teil folgt die Aufarbeitung des Erlebten im Unterrichtsraum. Da die Inhalte des CRM allen Teilnehmern bereits im Vorfeld individuell am Computer vermittelt wurden, wird bewusst auf Vorträge verzichtet. Stattdessen stehen Gruppenarbeiten und -diskussionen sowie Teilnehmerpräsentationen im Vordergrund. Das Ziel des ACRM Trainings der LAR ist, dass die Teilnehmer sich bewusst werden, dass sie Fehler machen. Sie erkennen die Ursachen und deren Wirkung bei sich und den anderen Kollegen weitaus früher und sind daher in der Lage, entsprechend schneller und effizienter zu handeln.



# Nouveau SCOUBIDO<sup>1</sup>

tout change sauf le nom !

**OFFRE DE  
LANCEMENT**  
jusqu'à 150€  
offerts !  
(en fonction du forfait)

Toujours **plus d'Internet**  
et encore **plus de roaming!**



Appels/SMS inclus  
**LU et EU**



Internet LU  
**20 GB**

**+20 GB**     
Streaming&Social  



Internet EU  
**2 GB**

**47** €  
**99**  
/mois

<sup>1</sup> Détails et conditions de l'offre SCOUBIDO 3 sur [www.post.lu](http://www.post.lu)



# Training

Die Luxembourg Air Rescue beschäftigt zurzeit über 165 Mitarbeiter, darunter Piloten, Ingenieure, Notärzte, Intensivkrankenschwäger, Techniker, Buchhalter, Logistiker, Flugplaner... Diese unterschiedlichen Arbeitsbereiche setzen unterschiedliche Qualifikationen voraus und dennoch trägt jeder Einzelne zur lebensrettenden Mission der LAR bei. Um die hohen Qualitätsstandards weiterhin in allen Bereichen erfüllen zu können, bietet die LAR ein breitgefächertes Weiterbildungsprogramm an. Insgesamt investiert sie jährlich rund 1 Million EUR in das Training ihrer Mitarbeiter und damit in die Sicherheit und Qualität der luxemburgischen Luftrettung. Die nachfolgende Bilderstrecke beinhaltet eine Auswahl an Weiterbildungen aus den vergangenen Monaten.

## Ebola-Ausstattung



Im Rahmen der Ebola-Epidemie erwarb die LAR im Februar 2015 eine eigens zum Transport von Patienten mit hochinfektiösen Krankheiten vorgesehene Ausrüstung, darunter unter anderem eine sogenannte Isolationszelle und spezielle Schutzanzüge. Den Umgang mit dieser speziellen Ausstattung, die nach jedem Transport vernichtet wird, gilt es regelmäßig zu üben, als Vorbereitung auf eine neue Epidemie. Bei dem letzten Training wurden zum einen Piloten, Ärzte, und Intensivkrankenschwäger im Umgang mit den Schutzanzügen und zum anderen Logistiker und Techniker im Ein- und Ausbau dieser Isolationszelle geschult.

## Seilwinde



Mit ihrer Rettungswinde konnte die LAR schon zahlreichen Menschen helfen, indem sie Hilfe zum Patienten an der Seilwinde hinunterließ und ihn anschließend aus unwegsamem Gelände mit der Winde bergen konnte. Dennoch sind diese Einsätze immer eine besondere Herausforderung für den Piloten, den Windenoperateur sowie für das medizinische Team. Um einen sicheren und schnellen Einsatz mit der Seilwinde zu gewährleisten, führt die LAR mehrmals jährlich Trainingseinheiten mit der Seilwinde durch.

# Großangelegte Übung auf dem Findel

Am 12. Oktober ist ein Bus mit 30 Passagieren auf dem Flughafengelände direkt neben einer Boeing 747 mit dem Tanklastler kollidiert. Die Rettungskräfte müssen schnell handeln, um den Ausbruch eines Feuers und somit die Katastrophe zu verhindern. Dieses Szenario wurde bei einer großangelegten Übung nachgespielt. Die Schwerverletzten wurden in den „Operational Hangar“ der Air Rescue gebracht, wo die Rettungskräfte sie vor Ort versorgen. Im Falle einer richtigen Katastrophe würde dies ähnlich ablaufen. Der Ernstfall muss auf dem Flughafen in Findel laut einer EU-Verordnung alle zwei Jahre geprobt werden.



## Musterberechtigung



Die LAR bietet auch Schulungen für externe Organisationen an. So zum Beispiel im Sommer dieses Jahres für die Hubschrauberpiloten der ungarischen Polizei. Aufgrund einer Flottenumstellung bedurften die Piloten einer neuen Musterberechtigung, die sie für das jeweilige Hubschraubermodell ausbildet und zertifiziert. Das sogenannte „Typerating Training“ konnte von LAR Piloten an einem LAR Rettungshubschrauber (Ersatzmaschine) durchgeführt werden, da die ungarische Polizei auf das Hubschraubermodell der LAR umgestiegen ist, sprich MD 902.



# Militärärzte bei der LAR

## Erfahrungsaustausch im BENELUX

Seit drei Jahren bietet die LAR in Zusammenarbeit mit dem Luxemburger Außenministerium und der Luxemburger Armee ein Weiterbildungsprogramm für das medizinische Personal des niederländischen und belgischen Militärs an. Ralph Vermeltfoort, Oberstleutnant und Notarzt bei der niederländischen Luftwaffe, nahm damals nicht nur an den Gesprächen im Vorfeld der Abkommensunterzeichnung teil, sondern er war auch der erste Militärarzt, der dieses Training absolvierte. Im Herbst dieses Jahres kam er ein weiteres Mal für ein entsprechendes Training zur LAR.



Findel, kurz vor 8 Uhr auf der Station des Air Rescue 3. Noch ist es ruhig. Die Besatzung bestehend aus LAR Pilot, Notarzt und Intensivkrankenpfleger nutzt die Zeit vor der ersten Alarmierung für ein gemeinsames Frühstück und die tägliche Teambesprechung. Mit am Tisch sitzt auch der Gast aus den Niederlanden, den man jedoch erst auf den zweiten Blick als solchen wahrnimmt. Denn Ralph Vermeltfoort ist nicht nur rein optisch – er trägt wie die anderen die LAR Hubschrauberuniform – sondern insgesamt derart ins Team integriert, dass er nicht weiter auffällt. Ein Eindruck, den der niederländische Militärarzt nur bestätigen kann. „Ich habe mich sowohl bei meinem ersten Aufenthalt als auch dieses Mal gleich willkommen gefühlt und genau das zeichnet dieses Projekt aus. Es wird nicht nur von der Organisation angeboten, sondern auch von den Mitarbeitern getragen.“

Bei seinem ersten Aufenthalt konnte Ralph während knapp dreißig Flugstunden wertvolle Erfahrungen bei Primär- und Sekundäreinsätzen des Air Rescue 3 Hubschraubers sowie Repatriierungsflügen an Bord der LAR Ambulanzflugzeuge sammeln. Und so zögerte er nicht lange, als er die Möglichkeit erhielt, erneut an dem Programm teilzunehmen. „Zum einen ist es eine gute Vorbereitung für meine kommenden Militäreinsätze und zum anderen war ich natürlich gespannt zu sehen, wie es sich in den letzten Jahren entwickelt hat.“ Obwohl der Oberstleutnant seit 23 Jahren bei der niederländischen Luftwaffe im Bereich der Ausführung und Organisation von Verwundetentransporten (Flugzeug und Hubschrauber) tätig ist und in diesen Jahren an zahlreichen Missionen in Kriegsgebieten wie Bosnien oder zuletzt in Mali beteiligt war, stellt der Austausch mit der LAR für ihn einen besonderen Mehrwert dar. „Die LAR fliegt proportional viel

häufiger als wir. Die zurückgelegten Strecken sind kürzer und liegen nicht in Kriegsgebieten. Trotz dieser Unterschiede gibt es viele Vergleichspunkte. Man erhält die Möglichkeit über allgemeine Aspekte wie zum Beispiel die Medikamentenwahl oder Reaktionszeit zu diskutieren und somit das eigene System zu reflektieren.“

Vor allem bei dem letzten Punkt profitiert er von der positiven Wechselwirkung. „Dank der vielen Erfahrungswerte im Bereich der Primäreinsätze sind die Mitarbeiter der LAR erprobt in der Erstversorgung. Ich bin immer wieder beeindruckt, dass sie eine kurze Reaktionszeit haben und dabei hohe Qualitäts- und Sicherheitsstandards einhalten und einen freundlichen, professionellen Umgang mit den Patienten pflegen. Für uns ist es aus zweierlei Hinsicht wichtig, die Zeit am Boden so niedrig wie möglich zu halten. Zum einen belegen Publikationen über Verwundetentransporte in Afghanistan und dem Irak, dass die Überlebenschancen für Kriegsverwundete erhöht sind, wenn sie so schnell wie möglich stabilisiert und weitertransportiert werden und zum anderen stellt Zeit am Boden für alle am Einsatz Beteiligten natürlich ein Sicherheitsrisiko dar.“ Doch inwiefern sind die medizinischen Notfälle der LAR überhaupt mit denen in Kriegsgebieten zu vergleichen? „Die durch Gewalteinwirkung verursachten Kriegsverletzungen wie Schuss- und Explosionswunden stehen im Einsatzgebiet der LAR natürlich nicht an der Tagesordnung, aber bei militärischen Missionen handelt es sich nicht selten um Krankheitsbilder, die zu den typischen Notfällen der LAR zählen wie Frakturen, Krampfanfälle, akute Abdomen (Appendizitis) oder Infektionen.“

Ob er sich vorstellen könnte, ein weiteres Mal für ein zweiwöchiges Training zur LAR zu kommen? „Jederzeit wieder“, kaum hat er den Satz ausgesprochen, trifft die erste Alarmierung ein. „Patientin mit Verdacht auf Herzinfarkt“. In Sekundenschnelle lassen er und der Rest der Besatzung alles stehen und liegen und laufen raus aufs Flugfeld zum Hubschrauber. Denn in der Luftrettung – in der zivilen genauso wie in der militärischen – bedeutet Zeit Leben.



### 3 questions à Didier Dandrifosse, Head of Medical Department

**LAR et le Ministère des Affaires étrangères, Direction de la Défense, ont signé en août 2013 une convention pour une coopération des Armées BENELUX. Comment celle-ci était-elle née?**

De la part des Armées néerlandaise, belge et luxembourgeoise il y avait la volonté de réactiver la dimension BENELUX. Dans ce cadre-là, les Luxembourgeois recourent par exemple aux avions belges comme moyen de transport et aux formations offerts par les Néerlandais. A cette époque, l'Armée luxembourgeoise était encore à la recherche d'offrir quelque chose de spécifique qui n'existait ni en Belgique ni aux Pays-Bas. Dans ce but, ils ont demandé notre accord pour une telle coopération qui permettra aux infirmiers et médecins militaires belges et néerlandais d'avoir de la pratique en dehors de leurs missions militaires.

**Qu'est-ce que cette coopération comprend plus concrètement?**

Les infirmiers et médecins externes ont pendant deux semaines la possibilité de participer indirectement et sous la supervision et responsabilité des médecins LAR aux missions de l'hélicoptère Air Rescue 3\* ainsi qu'à nos rapatriements mondiaux. De cette manière, ils emploient le

temps entre leurs missions en gagnant de l'expérience dans le domaine des soins intensifs.

**Quelle est la plus-value pour LAR?**

L'échange d'expériences est évidemment mutuel, donc les deux côtés en profitent. Pour donner un exemple, la médecine de guerre a une approche de certaines pathologies qui est un peu spéciale notamment en ce qui concerne les grandes hémorragies. Une des premières mesures que nous avons prises suite à cet échange était d'installer un «bleeding kit» dans les hélicoptères qui est basé sur les expériences des militaires. Le terrorisme en étant un autre domaine dans lequel nous pouvons profiter de ce contact régulier. Les militaires ont suivi une formation dans la médecine de guerre qui est plus orientée vers les blessures par balles, par bombe à fragmentation etc. Dans le contexte actuel de terrorisme, il devient de plus en plus important que nous en tant que service de secours civil disposons d'un tel réseau de contacts qui a de l'expérience dans ce type de prise en charge.

\*le troisième hélicoptère de sauvetage qui est stationné à l'aéroport de Findel et qui intervient pour des missions de sauvetage sur les territoires des Länder de Rhénanie-Palatinat et Sarre.

19

Votre rêve, notre réalisation.  
*Artirado* sàrl  
Menuiserie et création sur-mesure intérieur extérieur



Cuisines équipées - Electroménagers  
Meubles salle de bains - **Meubles**  
Tables & chaises - Placards et dressings  
Bibliothèque - **Parquet** - Portes et fenêtres  
Portes intérieures - Portes blindées - Portes garage - Escaliers  
Terrasse - Eclairage - **Aménagement** - Rénovation



**Notre Showroom:**  
36, rue Dernier Sol  
L-2543 Luxembourg

**Heures d'ouverture:**  
du lundi au samedi  
9h00 - 12h00 • 13h00 - 18h00

**Contact:**  
GSM: +352 621 513 555  
Tél.: +352 26 48 18 88

**www.artirado.lu • email: artirado@pt.lu**



## Visiteurs chez LAR

Si vous avez envie de nous rendre visite avec votre club ou organisation, contactez-nous:  
Tel: (+352) 48 90 06 · Fax +352 40 25 63  
[www.lar.lu](http://www.lar.lu) · [redaction@lar.lu](mailto:redaction@lar.lu)

20



## Danke für Ihre Spende

Die Fondation Luxembourg Air Rescue (FLAR) dankt herzlich allen Privatpersonen, Vereinen und Firmen, die die Arbeit der LAR in Form einer Spende unterstützt haben. Jede einzelne Spende hilft, Menschenleben zu retten, da jeder Cent der Spende direkt in die lebensrettende Hilfe fließt.





# METROPOLIS

**ESCAPADES CITADINES**  
NOVEMBRE 2016 - OCTOBRE 2017

Barcelone - Berlin - Copenhague - Côte d'Azur - Dublin  
Hambourg - Lisbonne - Londres - Madrid - Milan - Munich  
Porto - Prague - Rome - Stockholm - Venise - Vienne

- ✓ Vols directs au départ de Luxembourg
- ✓ **Nouveau:** 2 circuits en Irlande

Informations et réservations dans votre agence de voyages,  
sur [www.luxairtours.lu](http://www.luxairtours.lu) ou par téléphone au +352 2456-1

# danke



## 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.

Bei dieser Gelegenheit möchten wir darauf hinweisen, dass Sie mit dem Zusenden Ihrer Danksagung automatisch zu deren Veröffentlichung einwilligen. Vielen Dank.



Luxembourg, le 28 septembre 2016  
 Luxembourg Air Rescue A.s.b.l  
 Luxembourg Airport - Gate E13  
 B.P. 24  
 L-5201 Sandweiler

A l'attention des Medical Regulators Stéphane Bellodi et Fabian Bertrand

Chers Medical Regulators, Stéphane et Fabian,

Cela fait déjà un bout de temps que mon mari et moi avons affaire à vous, plus précisément, entre le 26 et le 31 août, quand je vous bombardais de courriels pendant que mon mari était hospitalisé à l'Hôpital San Roque de Maspalomas, sur l'île de Gran Canaria, avec une infection bactérienne, dont on ne connaissait pas vraiment la cause ni même l'organe infecté durant la plus grande partie de son hospitalisation.

Je n'oublierai jamais votre disponibilité lorsque je vous téléphonais en panique, en pleine nuit, votre écoute et votre empathie ! Et que dire de votre assiduité lors de vos contacts avec le personnel médical qui ne montrait souvent pas beaucoup de bonne volonté quand il était question de rapatriement et qui était très radin quand il s'agissait de donner des renseignements sur l'état de santé de mon mari.

Sans votre persévérance il n'y aurait jamais eu de rapatriement dans les excellentes conditions médicales qu'Air Rescue fournit.

C'est avec énormément de gratitude que mon mari et moi avons fait un don sur le compte de votre fondation, mais nous tenions également à vous offrir un petit cadeau plus personnel et nous espérons qu'il vous fera plaisir.

Très cordialement,

Jacqueline Courtois



On behalf of myself and my colleague Jackie @ Harley Street Ambulance Service in London, I would like to extend my thanks to the crew of aircraft callsign LX-LAA which landed at London Biggin hill airport at 14:00 BST. We transported the patient with the medical team to a South London hospital. All the team were excellent and very friendly, a pleasure to work alongside such professionals. The doctor, Andreas and nurse Jan, were absolutely fantastic and it was great seeing them again.  
 Kind regards  
 Michael Laverty (ECA) HSAS

LUXEMBOURG, 28/06/2016  
 LUXEMBOURG AIR RESCUE  
 LAR  
 B.P. 24  
 L- 5201 SANDWEILER  
 DIRECTION GENERALE

CHERE MESSIEURS,  
 CONCERNE: - RAPATRIEMENT DE M. JEAN-PAUL KALMES LE 25/06/16 DE ALICANTE (ESPAGNE) - NO MEMBRE: 1306241  
 NOUS VOUS REMERCIONS POUR VOTRE EXCELLENT SERVICE ET N'OUBLIONS JAMAIS LES SOINS QUE VOUS AVEZ APPORTÉS À MON PARTENAIRE JEAN-PAUL KALMES. CELUI-CI S'EST CASSE AVEC DE TRÈS GRAVES LÉSIONS SON PIED GAUCHE, EN TOMBANT D'ENVIRON 4 MÈTRES D'UNE ÉCHELLE DANS NOTRE JARDIN À CALPE (ESPAGNE) LE 23/06/16. SON RAPATRIEMENT A EU LIEU TRÈS VITE LE 25/06/16 AU CENTRE HOSPITALIER AU KIRCHBERG À LUXEMBOURG, OÙ IL SERA BIENTÔT OPÉRÉ.  
 TOUTES NOS FÉLICITATIONS ET MEILLEURES SALUTATIONS !

FAMILLE SCHAACK-KALMES

NB: POUVEZ-VOUS S.V.P. NOUS ENVOYER PLUSIEURS FORMULAIRES D'AFFILIATION MEMBRE L.A.R. POUR DES AMIS QUI NE SONT PAS ENCORE MEMBRES, À NOTRE ADRESSE À LUXEMBOURG. MERCI BEAUCOUP !

# LES EXPERTS. SIMPLY CFL.

Les CFL, c'est plus de 4.200 talents œuvrant chaque jour pour vous faire avancer, dans votre vie privée ou professionnelle.

Dans le but d'offrir un service à la hauteur des attentes de leurs clients, les CFL misent quotidiennement sur le savoir-faire de leurs employés. Dans un monde en constante évolution, nous ne pouvons rester à l'arrêt. Rejoignez-nous et participez au mouvement.

[WWW.CFL.LU](http://WWW.CFL.LU)

**CFL**  
MIR BRÉNGEN IECH WEIDER

# Wie entsteht unser Mitgliedermagazin?

Unser LAR report, dessen aktuelle Ausgabe Sie gerade in Ihren Händen halten, erscheint seit 1998 vierteljährlich und ist seit jeher ein wichtiges Sprachrohr der LAR. Neben den Besichtigungen bietet unser Magazin uns die Möglichkeit, Ihnen liebe Mitglieder und Leser, unsere Aktivitäten vorzustellen und Sie über Entwicklungen und Neuerungen in der luxemburgischen Luftrettung auf dem Laufenden zu halten. Daher legen wir viel Wert darauf, dass unser Mitgliedermagazin in Eigenregie entsteht. So verfügt die LAR „in house“ über eine kleine Redaktion, hinter deren Kulissen wir Sie in dem nachfolgenden Bericht blicken lassen.



Neben dem humanitären Aspekt ist sicherlich auch die hohe Auflage des LAR report ein Verkaufsargument. So zählt er mit 95.000 Exemplaren pro Ausgabe zu den auflagenstärksten Magazinen des Landes.

„Nach dem LAR report ist vor dem LAR report“, lautet die Devise in der Redaktion. Und so plant das Team bestehend aus Abteilungsleiterin Alessandra Nonnweiler, Grafikerin Julie Hensen und Redakteurin Danielle Petry bereits mehrere Wochen vor Redaktionsschluss die kommende Ausgabe. In dieser ersten Redaktionsskonferenz bespricht es unter anderem die Themenauswahl unter Berücksichtigung der Aktualität sowie der vorhandenen Rubriken. So wissen Sie als treue Leser, dass unser Magazin in der Regel Artikel zu festen Themenbereichen beinhaltet, darunter Gesundheit, Training und Technik. Dabei fließt die Meinung aller Redaktionsmitglieder mit ein, denn die Inhalte müssen textlich und grafisch aufeinander abgestimmt werden und zeitlich umsetzbar sein. Wenn die Themen grob stehen, erstellt die Abteilungsleiterin einen ersten Entwurf für den Seitenplan. Hierbei gilt es nicht zuletzt die Anzahl und Verteilung der verkauften Anzeigen zu beachten, denen ein wichtiger Stellenwert zukommt. Ziel ist es, dass sie die Kosten weitgehend decken. Um die Anzeigenakquise kümmert sich die LAR report-Redaktion ebenfalls selbst. Die große Herausforderung liegt darin, zusätzlich zu dem festen Anzeigenkundenstamm neue Kunden zu gewinnen, die die lebensrettende Mission der LAR mit ihrem Werbebeitrag unterstützen wollen.

Anhand des Seitenplans beginnt Redakteurin Danielle Petry mit der Erstellung der Texte. Die notwendigen Informationen bezieht sie sowohl aus Recherchen als auch von ihren jeweiligen Interviewpartnern. Hierbei zählt es sich aus, dass das gesamte Team der LAR mittlerweile unter einem Dach untergebracht ist und die Kommunikationswege somit verkürzt sind. Wenn sie zum Beispiel für die Rubrik „Helikoptereinsätze“ Details über einen konkreten Einsatz benötigt, kann sie den daran beteiligten Piloten oder Intensivkrankenpfleger gleich vor Ort dazu befragen. Außerdem ist es natürlich von Vorteil, dass das Interview nicht von einem externen Journalisten durchgeführt wird, sondern von jemandem aus dem Team – sowohl was die Vertrauensbasis angeht als auch den Erfahrungsschatz. Eine Rubrik, die ebenfalls fester Bestandteil unseres Magazins ist, handelt von unseren Repatriierungsflügen. Die Wahl der Erfahrungsberichte unserer Mitglieder erfolgt selbstverständlich in Absprache mit der Familie und mit Rücksicht auf die jeweilige Krankheitsgeschichte. Idealerweise nimmt ein Redaktionsmitglied an der Mission teil, was sowohl dem Text als auch der Illustrierung zugutekommt. Dies ist jedoch aus zeitlichen



aber auch logistischen Gründen nicht immer möglich. Sobald Danielle Petry die ersten Texte verfasst und Alessandra Nonnweiler sie redigiert und korrigiert hat, sucht Grafikerin Julie Hensen in Absprache mit den anderen Redaktionsmitgliedern die passenden Bilder dazu aus. Zu diesem Zweck greift sie neben dem umfangreichen LAR Fotoarchiv auch für bestimmte Themenbereiche auf externe Datenbanken zurück. Darüber hinaus erfordern manche Reportagen neues Fotomaterial, so dass Julie Hensen nicht selten die Kamera selbst in die Hand nimmt. Liegen die Bilder vor, fängt der eigentliche Teil ihrer Arbeit an: Text und Bild in Form zu setzen. Zwar orientiert sie sich dabei an der grafischen Linie unseres Magazins, und doch hat sie einen bestimmten kreativen Spielraum, um Sie liebe Leser mit neuen Layout-Ideen zu überraschen. Zu ihren Aufgaben gehört es auch, die Fotos bezüglich Farbe und Auflösung zu bearbeiten und eventuell zu retuschieren. Ein Prozess, der relativ viel Zeit in Anspruch nimmt. Des Weiteren kümmert Julie sich um die Koordination des Drucks, den einzigen Teil, den die LAR Redaktion nicht selbst übernimmt. So teilt sie zum Beispiel der Druckerei die Druckmengen mit und gibt

nach Fertigstellung des Magazins die Druckdaten über ein Online-Portal frei.

Doch mit dem Druck des Magazins ist die Arbeit der LAR report-Redaktion längst nicht beendet. Denn jetzt steht noch der Versand an. Während die Exemplare für unsere Mitglieder gleich von der Druckerei an die Post geliefert werden – die hierzu von der LAR Redaktion lediglich die aktuelle Adressliste der über 185.000 LAR Mitglieder benötigt, ist der Versand der restlichen Exemplare mit etwas mehr logistischem Aufwand verbunden. So haben Sie womöglich schon eine Ausgabe unseres Magazins in einer Arztpraxis, einem Krankenhaus oder Friseursalon gesehen. Diese Exemplare packt die Redaktion unterstützt von freien Mitarbeitern selbst ein und liefert sie dann versandfertig an die Post. Zudem erstellt Julie Hensen eine PDF-Datei des Magazins, die sie auf unserer Homepage hochlädt und an jene Mitglieder per E-mail verschickt, die unseren LAR report lieber digital lesen. Und nach dem Versand machen sich die Redaktionsmitglieder bereits Gedanken über die nächste Ausgabe, denn nach dem LAR report ist bekanntlich vor dem LAR report.

25



**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](mailto:info@comes.lu)

[www.handicar.lu](http://www.handicar.lu) • [www.comes.lu](http://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*

# Was machst du bei der LAR?

Nach dem Abschluss seiner ATPL-Ausbildung an der „RWL German Flight Academy“ in Mönchengladbach fing der gebürtige Luxemburger Eric Wagner im April 2011 als Flugzeugpilot bei der LAR an.

## Du bist zudem „Flight Safety Officer“ bei der LAR. Was beinhaltet diese Aufgabe?

Ich bin dafür verantwortlich, dass die von der LAR vorgegebenen Sicherheitsprozeduren von den Piloten eingehalten werden. Darunter fällt beispielsweise die Kontrolle der Sicherheitsberichte („safety reports“). Diese müssen nach sämtlichen Zwischenfällen, die während des Fluges auftreten, verfasst, archiviert und an die Piloten weitergeleitet werden.

## Du bist seit kurzem Kapitän. Macht der vierte Streifen einen Unterschied?

Rein vom Fliegerischen betrachtet ist es nur am Anfang eine Umstellung. Man ist gewöhnt immer rechts zu sitzen, sodass das ganze Blickfeld auch auf rechts ausgerichtet ist. Wenn man dann nach fünf Jahren plötzlich links sitzt und dort auf die Instrumente schaut, ist alles spiegelverkehrt. An diesen neuen Blickwinkel muss man sich erst einmal gewöhnen. Ansonsten ändert sich nicht viel, da die Arbeitsaufteilung immer noch die Gleiche ist: Kopilot und Kapitän wechseln sich immer ab. Wenn der eine auf dem Hinflug fliegt, übernimmt der andere den Funk und auf dem Rückflug wechselt man sich dann ab. Der vierte Streifen ist allerdings mit mehr Verantwortung verbunden. Schließlich trifft der Kapitän im Ernstfall die Entscheidungen – wengleich in Absprache mit dem Kopiloten und übernimmt die Verantwortung dafür. Hinzu kommt, dass man für den reibungslosen Ablauf der Mission verantwortlich ist.

## Welche Voraussetzungen sind erforderlich, um Kapitän zu werden?

Zunächst einmal benötigt man eine ATPL-Lizenz und eine bestimmte Anzahl an Flugstunden – bei der LAR ist ein Minimum von 1.750 Flugstunden erforderlich. Eine weitere Voraussetzung ist, dass der Arbeitgeber einverstanden ist. Nicht jeder Kopilot eignet sich für den Posten als Kapitän. Treffen diese Voraussetzungen zu, muss man ein einwöchiges Training absolvieren. Dieses beinhaltet, dass man den Simulatorcheck, den man als Kopilot einmal jährlich zur Erneuerung der Fluglizenz auf der rechten Seite macht, nun auf der linken Seite mit anschließendem Test durchführt. Ich habe dieses Training im März dieses Jahres in Atlanta (USA) bei „Flight Safety“ erfolgreich abgeschlossen. Die letzte Etappe der Ausbildung zum Kapitän besteht darin, dass man die nächsten 40 Flüge an der Seite eines „Line Training Capitain“ fliegt. Dieser bereitet einen auf das Leben als Kapitän vor. Dazu gehört beispielsweise, dass er dem Kapitän-Anwärter während des Fluges Fragen stellt und mit ihm verschiedene Szenarien durchgeht wie zum Beispiel einen Druckverlust in der Kabine.

## Wie kamst du zur LAR?

Ich habe nach meiner Ausbildung mehrere Bewerbungen verschickt. Darunter eben auch eine an die Luxembourg Air Rescue, die zu dem Zeitpunkt zwei Piloten mit wenig Flugstunden rekrutiert hat. Ich hatte damals mit 250 Flugstunden das absolute Minimum. Von der LAR erhielt ich die erste Rückmeldung. Ich durchlief daraufhin diverse flieger-psychologische Einstellungstests samt Simulatortraining und bekam eine Zusage. Ich zögerte nicht lange und sagte zu.

## Deine erste Stelle war demnach bei einer Luftrettungsorganisation. Inwiefern stellt dies fliegerisch einen Unterschied zu einer Arbeit als Linienspilot dar?

Zwar hatte ich mich auch bei kommerziellen Fluggesellschaften beworben, aber ich stellte mir die Arbeit für eine Luftrettungsorganisation interessanter vor. Und diese Vorstellung hat sich bestätigt. Zum einen in Bezug auf die Flugerfahrung: Als LAR Jet-Pilot fliegt man im Gegensatz zu einem Linienspilot nicht immer die gleichen Flugziele an. Außerdem fliegt man nicht nur im europäischen Luftraum, sondern weltweit und lernt dadurch neben den großen kommerziellen auch mal kleinere Flughäfen kennen – darunter auch welche, die nicht so standardisiert sind. Diese Erfahrung ist vor allem für Anfänger sehr wertvoll, da der Schwerpunkt in der Flugschule auf dem europäischen Luftraum liegt. Anders als ein Linienspilot, der einen fixen Flugplan hat, erfahre ich das Flugziel oftmals erst zwei Stunden vor Abflug, was eine gewisse Flexibilität voraussetzt. Zum anderen unterscheidet sich die Arbeit für eine Luftrettungsorganisation durch den damit verbundenen humanitären Aspekt: Ich fliege Patienten, medizinisches Personal und Organe von A nach B und unterstütze damit die lebensrettende Mission der LAR. Kurzum, wir LAR Piloten machen etwas Gutes, wenn wir fliegen. Das stelle ich mir schon befriedigender vor als Touristen in den Urlaub zu transportieren. Was die LAR zudem auszeichnet, ist dass man jeden aus dem Team kennt. So sitzt man auch im Cockpit nie neben einem Unbekannten, was von unschätzbarem Wert für die Zusammenarbeit und zu guter Letzt auch vorteilhaft für die Sicherheit ist.

## Zur Person:

Der 31-Jährige wollte schon immer Pilot werden. Seine Freizeit verbringt er mit seiner Ehefrau und seinem Hund. Außerdem ist er ein leidenschaftlicher Sportler und bereitet sich aktuell auf einen „Iron Man“ vor.

## ZE VERLOUNEN - À LOUER - ZU VERMIETEN - FOR RENT



LUXEMBOURG-CENTRE: appartement entièrement rénové, 105 m<sup>2</sup>, 2 chambres de bonne taille situées côté cour, cuisine équipée séparée avec balcon, salle de douche avec toilettes, toilettes d'hôtes, grand living avec vue imprenable sur la Gëlle Fra, cave privative. Loyer : € 2.500.-

## ZE VERKAAFEN - À VENDRE - ZU VERKAUFEN - FOR SALE



PETANGE: appartement, 106 m<sup>2</sup>, 1<sup>er</sup> étage avec ascenseur, 2 chambres à coucher, cuisine équipée, spacieux living avec balcon, salle de bains, toilettes d'hôtes, débarras, grande cave, garage avec accès intérieur. Pas de travaux à prévoir. Prix de vente : € 385.000.-



OLINGEN: maison construite en 1828 et rénovée en 2013, sur un terrain de 3,96 ares, 5 chambres à coucher, cuisine équipée, 295 m<sup>2</sup>, salle à manger, salon avec feu ouvert, bureau, 2 salles de bains, grenier aménagé, grand jardin avec terrasse couverte, garage, cave à vin. Prix de vente : € 1.295.000.-

## VERTRAUT OCH DIR ÄR IMMOBILIEN FARE UN



+352 26 897 897

contact@fare.lu

# Quand manger devient une obsession

Des troubles alimentaires, les plus courants sont incontestablement l'anorexie et son opposé, la boulimie. Pourtant, l'hyperphagie compulsive plus connue sous son équivalent anglais de «binge eating» commence à faire parler de lui. Sa prévalence serait même bien plus importante que ses troubles frères.



28

Dans une société où la nourriture est omniprésente, elle peut aisément devenir une valeur refuge pour ceux qui souffrent d'un mal-être ponctuel ou durable. Sofia Pereira, présidente de la jeune a.s.b.l. «Be You lessstéierung Lëtzebuerg» y voit entre autres le corollaire «d'une société qui dans ses fondements déconnecte les gens de leur moi intérieur. Nous finissons par écouter trop, voire exclusivement, l'extérieur au détriment de notre intériorité». Le regard et le jugement des autres deviennent jalons de sa valeur propre et lorsqu'ils ne véhiculent plus que des critiques, le réflexe est trop souvent de se laisser submerger. Coincé entre les mâchoires de l'étau de l'opinion de son entourage, l'individu oublie ses besoins et ses aspirations intrinsèques et glisse insidieusement dans la nasse des insatisfaits. Rajoutez à cela un traumatisme antérieur, la concurrence, le stress et le manque de reconnaissance et la bascule vers une compensation (ou une addiction) risque de s'opérer. Cependant comme pour de nombreux autres troubles du comportement, les causes, souvent complexes, sont un amalgame de facteurs biologiques, psychologiques et sociaux.

C'est suite à des maltraitances que Louise est tombée dans l'engrenage de la nourriture comme palliatif: «Petite déjà j'avais plaisir à manger. Puis au fur et à mesure de mes années lycée, j'ai commencé à ingurgiter quantité

d'aliments, après l'école. Je cuisinais des féculents, de la viande ou des légumes, je continuais avec des sandwiches, je poursuivais avec des céréales. Je prenais ce que je trouvais dans le réfrigérateur. Toujours à l'insu de mes parents, quand ils étaient au travail. Ensuite je me faisais parfois vomir. Mais ce n'était pas systématique. Souvent ma crise d'hyperphagie était suivie de sentiments de culpabilité et de dégoût. J'étais prise dans un cercle vicieux: plus je me sentais mal plus je mangeais, plus je mangeais plus je me sentais mal.» Son histoire est semblable à beaucoup d'autres histoires de personnes souffrant de «binge eating». Car d'après Zoé van Dyck, chercheuse à l'Université de Luxembourg, l'on recense, dans les pays industrialisés, entre 2% (pour les hommes) et 3,5% (pour les femmes) de personnes dont les troubles s'apparentent au «binge eating» - le Luxembourg ne dérogeant pas à cette tendance - contre une prévalence inférieure à 1% pour l'anorexie et environ 1,5% (des femmes) pour la boulimie (0,5% pour les hommes).

Mais le «binge eating», qu'est-ce exactement? Depuis qu'il est référencé au DSM 5 (Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux), le «binge eating» se distingue de la boulimie en ce sens qu'après ingestion d'une quantité importante de nourriture, la personne ne cherche



pas à compenser pour limiter la prise de poids. Il se caractérise également, d'un point de vue scientifique, par le constat «d'un minimum d'une crise hebdomadaire au cours des trois derniers mois», précise Zoé van Dyck.

### Les éléments extérieurs

«Nous rencontrons fréquemment des personnes ayant souffert d'anorexie à l'adolescence qui développent une boulimie ou du «binge eating» plus tard dans leur vie», constate Zoé van Dyck. Une règle? Non, une tendance assez marquée, généralement discrète aux yeux de la famille. Lors de la phase de boulimie, souvent la personne cherche à compenser pour limiter la prise de poids soit en se faisant vomir, cas le plus fréquent, parfois aussi en usant de laxatifs ou de diurétiques, enfin en pratiquant assidûment une activité physique. Sans oublier la panoplie des régimes de toutes tendances qui, hélas, ne font qu'aggraver le processus par effet yoyo. Que reste-t-il alors comme solution pour sortir de ce cercle vicieux? L'opération chirurgicale? «Elle peut compléter une thérapie mais n'est pas toujours une solution à elle seule, surtout lorsqu'un trouble du comportement alimentaire est observé», admet Zoé van Dyck qui poursuit: «Une prise en charge multidisciplinaire (médecin, nutritionniste,

psychothérapeute, etc.) est à mon sens la meilleure voie à suivre pour qui veut s'en sortir». Car l'intérêt pour le patient est d'apprendre à écouter son corps, «en mangeant par exemple de manière attentive, en se concentrant sur le goût des aliments, en ressentant la satiété venir, en bannissant les repas expédiés en quelques minutes ou encore les repas devant la télé», conseille-t-elle. Il est également intéressant de tenir un journal de son alimentation sur lequel sera noté tout ce qui a été mangé (grignotages inclus), la sensation de faim ressentie avant et après, mais aussi les émotions qui ont précédé et suivi le moment du repas ou de l'encas. Par ailleurs, identifier les facteurs favorisant les crises d'hyperphagie et s'astreindre à les remplacer par des alternatives apaisantes (téléphoner à une amie, se balader dans la nature, etc.) en fonction de ses goûts et plaisirs. Bien entendu, il est nécessaire d'appliquer toutes ces mesures en travaillant, en parallèle, sur la cause des maux. Enfin, la tendance fréquente de garder pour soi ses troubles alimentaires conduit à maintenir voire accroître un sentiment de mal-être. C'est pourquoi l'association «Be You lessstörung Lëtzebuerg» propose depuis peu des groupes de paroles pour toutes personnes qui connaissent des troubles alimentaires, quels qu'ils soient. Pour que, petit à petit, manger redevienne «simplement» un plaisir...

# Alle 5 Jahre wieder...

...werden die Leitlinien zur Wiederbelebung angepasst.

Fortsetzung der Septemбераusgabe



Dr. Jörn Adler

**Leblose Person...**

**...was kann ich tun?**

30

**1**

Finden Sie eine bewusstlose Person, sprechen Sie sie laut an und rütteln Sie sie. Reagiert die Person nicht, rufen Sie um Hilfe. Weisen Sie neu hinzugekommene Helfer an, einen Notruf abzusetzen, sowie einen automatischen externen Defibrillator, AED auf Deutsch, DEA auf Französisch genannt, zu holen. Das nebenstehende Zeichen weist auf einen Standort hin.



**2**

Öffnen Sie die Atemwege, suchen Sie nun nach Lebenszeichen wie normaler Atmung, gezielter Bewegung oder Husten. Verwechseln Sie eine schnappende Atmung nicht mit normaler, ruhiger Atmung. Schnappende Atmung tritt oft noch für einige Minuten nach Herz-Kreislaufstillstand auf und ist ein Zeichen des eintretenden Todes. Den Puls sollten Sie nicht versuchen zu tasten, wenn Sie darin nicht geübt sind. Im Zweifel sollten Sie immer mit der Wiederbelebung anfangen.



**3**

Zeigt der Patient Lebenszeichen, legen Sie ihn in die stabile Seitenlage, wärmen Sie ihn, wenn notwendig, kontrollieren Sie ihn regelmäßig auf Lebenszeichen und warten Sie auf professionelle Hilfe.

Ist der Patient leblos, drehen Sie ihn auf den Rücken. Öffnen Sie die Oberbekleidung, legen Sie die Hände übereinander auf den Brustkorb und drücken Sie den Brustkorb um 4-5 cm ein. Sie sollten dies 30-mal tun, um dann zweimal zu beatmen. Danach sollten Sie sofort wieder mit der Herzdruckmassage weitermachen. Die Druckfrequenz sollte 100-120/Minute betragen. Wenn Sie die Atemspende nicht durchführen können, führen Sie Herzdruckmassagen alleine mit einer Frequenz von 100-120/Minute durch. Wenn sie einen AED zur Hand haben, legen Sie diesen an und folgen Sie den Sprachanweisungen.





## Enovos vous souhaite de joyeuses fêtes

Nous rêvons tous à demain. Et pour que demain vous puissiez rayonner de bonheur et voir les étoiles briller dans les yeux de vos proches, Enovos vous fournit toute l'énergie dont vous avez besoin durant les fêtes de fin d'année. Enovos vous adresse ses meilleurs vœux.

Energy for today. Caring for tomorrow.

[enovos.lu](http://enovos.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.  
B.P. 24 • L-5201 Sandweiler  
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](http://www.lar.lu) aus.

Scannez le code QR ci-joint et remplissez votre demande d'affiliation sur [www.lar.lu](http://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	<input type="checkbox"/> m / <input type="checkbox"/> f <input type="checkbox"/>
Name, Vorname / Nom, Prénom: Kinder / Enfants	Geburtsdatum / Date de naissance	<input type="checkbox"/> m / <input type="checkbox"/> f <input type="checkbox"/>
Name, Vorname / Nom, Prénom: Kinder / Enfants	Geburtsdatum / Date de naissance	<input type="checkbox"/> m / <input type="checkbox"/> f <input type="checkbox"/>
Name, Vorname / Nom, Prénom: Kinder / Enfants	Geburtsdatum / Date de naissance	<input type="checkbox"/> m / <input type="checkbox"/> f <input type="checkbox"/>

## Einzugsermächtigung / Ordre de domiciliation

Identifikationsnummer Zahlungsempfänger/Identifiant unique du créancier: LU98ZZ000000008398002002

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

ermächtigt 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.

# Kichechef

40 Joer  
Miwwel a méi...

Schéi  
Feierdeeg!

 [kichechef.lu](http://kichechef.lu)

Ouvert du lundi au vendredi de 10h à 19h et le samedi de 9h à 18h  
69, parc d'activités Mamer-Cap • L-8308 Capellen | Tél.: 26 30 30 1

Bons à découper 

JOYEUX NOËL!

BON CADEAU

10€\*

 40 Joer  
Miwwel a méi...

\* Bon cadeau valable à partir d'une valeur d'achat de 40€. 1 bon cadeau par passage en caisse. Pas valable sur les promotions, listes de mariage/naissance, petit électroménager & accessoires et au département BABIBUTZ. Pas de remboursement en espèces. Non cumulable. Valable jusqu'au 31 décembre 2016.

JOYEUX NOËL!

BON CADEAU

20€\*

 40 Joer  
Miwwel a méi...

\* Bon cadeau valable à partir d'une valeur d'achat de 80€. 1 bon cadeau par passage en caisse. Pas valable sur les promotions, listes de mariage/naissance, petit électroménager & accessoires et au département BABIBUTZ. Pas de remboursement en espèces. Non cumulable. Valable jusqu'au 31 décembre 2016.

JOYEUX NOËL!

BON CADEAU

30€\*

 40 Joer  
Miwwel a méi...

\* Bon cadeau valable à partir d'une valeur d'achat de 120€. 1 bon cadeau par passage en caisse. Pas valable sur les promotions, listes de mariage/naissance, petit électroménager & accessoires et au département BABIBUTZ. Pas de remboursement en espèces. Non cumulable. Valable jusqu'au 31 décembre 2016.

JOYEUX NOËL!

BON CADEAU

40€\*

 40 Joer  
Miwwel a méi...

\* Bon cadeau valable à partir d'une valeur d'achat de 150€. 1 bon cadeau par passage en caisse. Pas valable sur les promotions, listes de mariage/naissance, petit électroménager & accessoires et au département BABIBUTZ. Pas de remboursement en espèces. Non cumulable. Valable jusqu'au 31 décembre 2016.

# Erdkunde mit der LAR Tallinn



34

Dieses Jahr stellen wir euch auf der Kinderseite immer das Land oder eine Region dieses Landes vor, aus dem wir eines unserer Mitglieder nach Hause gebracht haben, weil es im Ausland krank geworden ist oder sich verletzt hat. In unserer aktuellen Ausgabe handelt es sich um einen Luxemburger, der während seines Aufenthaltes in der estnischen Hauptstadt Tallinn einen Herzinfarkt erlitt. Deswegen stellen wir euch diesmal diese Stadt vor.

Es war einst eine der mächtigsten Städte an der Ostsee, am Finnischen Meer. Bis Februar 1918 wurde diese Hansestadt Reval genannt. Wie reich diese Stadt einst war, sieht man noch heute an den prächtigen Häusern und der imposanten Wehranlage. Tallinn oder damals noch Reval wurde im frühen Mittelalter gegründet und die Ursprünge gehen auf eine hölzerne Burg zurück.

Wer heute Tallinn besucht, kann eine Geschichte nach der anderen erzählen, denn eine Reise in die Hauptstadt Estlands ist wie ein Ausflug ins Mittelalter, in die Sowjetzeit und ins Internetzeitalter zugleich. So kann heutzutage jeder in der ganzen Stadt jederzeit kostenlos im Internet surfen. Und am Flughafen steht seit kurzem

sogar die weltweit erste Skype-Video-Telefonzelle.

Zur Weihnachtszeit ist es besonders schön in Tallinn, wenn auch ziemlich kalt. Doch die Weihnachtsmärkte unterscheiden sich zum Beispiel sehr von denen, die wir hierzulande kennen. Und zwar durch andächtige Stille. Es gibt zwar Glögg auch Glühwein genannt, Blutwurst und Sauerkraut, und Kinder können sich auf einer Rodelbahn vergnügen. Ein Rummelplatz wie in luxemburgischen Städten ist der Markt aber nicht, eher ein Weihnachtswunderland. Ein Weihnachtsmann empfängt Kinder in seinem Haus, daneben gibt es ein Gehege mit Rentieren, die sich streicheln und füttern lassen.

Und da wären wir schon beim nächsten Thema. Tallinn hat einen der interessantesten Zoos in Nordeuropa. Über 5.400 Tiere sind hier zu sehen, auch viele Tiere aus nördlichen Zonen, darunter Sibirische Tiger. Der Streichelzoo ist ein Fest für Kleinkinder, die dort Hamster, Kaninchen und andere kleine Tiere hautnah erleben.

Außerdem gibt es auch noch den Fernsehturm im Stadtteil Pirita, der seit seiner Eröffnung 2012 das höchste Bauwerk mit einer Höhe von 314m in Tallinn und ganz Estland ist.

## Quizfrage

Wie hieß Tallinn früher?

- Riga
- Reval
- Rom

Unter allen Teilnehmern (teilnahmeberechtigt sind nur Kinder unter 18 Jahren) verlosen wir 5 Schals.

Einsendeschluss ist der 10. Januar 2017 und die Gewinner werden per Los unter allen richtigen Einsendungen ermittelt und schriftlich benachrichtigt.

Schickt uns eure Antwort mit Angabe eurer Postanschrift per  
Email an: [redaction@lar.lu](mailto:redaction@lar.lu)  
oder per Post an:  
Luxembourg Air Rescue  
Redaktion LAR report  
B.P. 24  
L-5201 Sandweiler



# Votre achat soutient LAR

SHOP



Ours en peluche 24 cm "Captain's Teddy"



Parapluie automatique



Set bic



Porte-clés



Fleece écharpe



MAGLITE® Lampe de poche



Carte USB 8Gb



Gilet fluorescent de sécurité



Fleece bonnet



\*Prix sans frais d'envoi



## Ihr Einkauf unterstützt die LAR

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

## 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.

Commander directement sur / Einfach online bestellen auf: [www.lar.lu](http://www.lar.lu)  
ou contactez-nous par téléphone / oder rufen Sie uns an unter: (+352) 48 90 06



**Maîtrisez vos dépenses de santé en bénéficiant des meilleurs soins !**



**Vos avantages avec medicis confort :**

**La tranquillité au quotidien**

- Couverture jusqu'à **100%** des frais de traitements ambulatoires, frais de médicaments, aides thérapeutiques, soins dentaires

**Les meilleurs soins à l'hôpital**

- Remboursement jusqu'à **100%**, même en cas de refus de la CNS (Caisse Nationale de Santé)
- Libre choix de l'hôpital où vous souhaitez vous faire soigner dans toute l'Europe
- Hébergement en 1<sup>ère</sup> classe ou octroi d'une indemnité journalière par jour d'hospitalisation

**La sérénité lors de vos voyages**

- Assistance 24h/24 – 7j/7
- Remboursement de vos frais de traitement ambulatoire et hospitalier à l'étranger



**Einfach fir lech do**

**Offre spéciale  
pour les  
membres LAR**

**Un mois d'assurance gratuit pour vous et les membres de votre ménage !**

Si vous souscrivez une assurance medicis confort pour votre famille avant le 31/12/2016.

Pour demander une offre, remplissez notre formulaire en ligne sur [www.foyer.lu/fr/lar](http://www.foyer.lu/fr/lar), scannez le QR code ou retournez-nous ce coupon-réponse complété.

Nom : ..... Prénom : ..... Date de naissance : .....

Téléphone/GSM : ..... Code Postal : ..... Localité : .....

Pays : ..... e-mail : .....

A renvoyer à Foyer Santé - Action LAR - 12 rue Léon Laval - L-3372 Leudelange ou par email : [contact@foyer.lu](mailto:contact@foyer.lu)  
Document non contractuel. Offre soumise à conditions, disponibles sur [foyer.lu/fr/lar](http://foyer.lu/fr/lar)

