

# s'Taucherli



**4/08**

# CLUB - BULLETIN

## Konto Anschrift

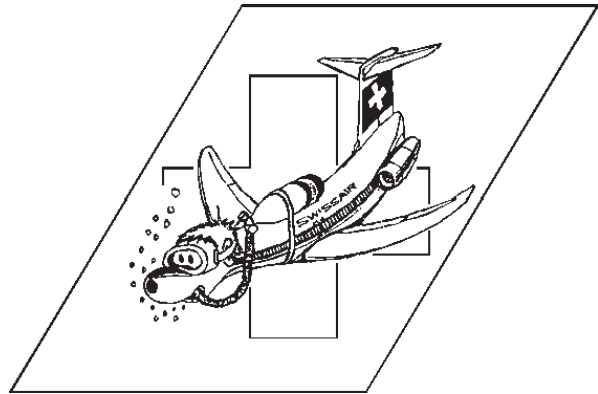
### TAUCHCLUB SWISSAIR

8058 Zürich - Flughafen

*Kontoanschrift:*

Postcheckkonto: 87-206365-9

Tauchclub Swissair, 8166 Niederweningen



## Vorstand

Präsidentin Esther Wahsel  
079 623 68 69

Vize-Präsidentin Jessica Kobelt  
079 588 998 77

Kassier Olivier Gateaux  
079 795 87 47

Techn. Leiter Ruedi Anderegg  
079 457 49 45

Redaktorin Andrea Eichmann  
079 416 92 68

## IMPRESSUM

Redaktion Andrea Eichmann  
Büelhofstrasse 11  
8185 WINKEL  
Tel. P: 044/860 22 74

E-Mail: [andrea\\_eichmann@hispeed.ch](mailto:andrea_eichmann@hispeed.ch)

Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe

**15. Februar 2009**

# Inhaltsverzeichnis

EDITORIAL .....	3
UNSER PROGRAMM / JAHRESPROGRAMM .....	4
CLUB NEWS .....	5
Wichtige Telefonnummern .....	6
Fundgrubenseite.....	7
Protokoll der GV 2008 .....	8-10
Eistauchen / ASCA Weekend .....	11
Einladung GV 2009... ..	12
Fotos Schnuppertauchen .....	13-15
Medizin .....	16-19
Skiweekend Lenzerheide .....	20/21
Chlausparcour und Chlausabend .....	25
Witzseite.....	26
Anmeldungen .....	27

## Editorial

Liebe Freunde,

Nun die Tage werden kürzer, die Temperatur sinkt, das Jahr neigt sich dem Ende zu. Ich kann leider nicht auf ein typisches Tauchjahr für mich zurücksehen, da ich leider wegen Unfällen und Anderem, viel vom Tauchen abgehalten wurde.

Darum habe ich mir ein kleines Hobby im Club gesucht, das man auch mit gerissenen Bändern ausüben kann, zum Beispiel eine Homepage schreiben. ☺

Ich habe letzte Woche mal ein Resümee gezogen, wie viel Arbeit das darin steckt, obwohl ich aus meiner Sicht noch lange nicht fertig bin. Momentan stehe ich bei zirka 50-55 Stunden voller `<html><head>` ☺

Darum bitte ich Euch, wenn Ihr Anregungen betreffend der Homepage habt, diese an mich weiter zu leiten, ich werde dann versuchen diese einfließen zulassen.

So nun bleibt mir nur noch Euch für das restliche Jahr eine gemütliche Zeit zu wünschen.

Liebe Grüsse und „Guet Luft“

Marius

---

## UNSER PROGRAMM

### Clubtraining

Jeden Freitag !!

19.30 Uhr **Hallenbadtraining** im Zentrum Schluefweg, Kloten



---

## Jahresprogramm 2008

- |                      |                                                                      |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------|
| <b>4.1. 2008</b>     | <b>Neujahrsapéro im Clublokal</b>                                    |
| <i>1.-3.2.2008</i>   | <i>Skiweekend in Grindelwald</i>                                     |
| <b>1./2.3.2008</b>   | <b>Eistauchen und Schneeschuhlaufen Arnisee</b>                      |
| <b>7.3.2008</b>      | <b>GV TCSR BXA ab 19.00 Uhr</b>                                      |
| <i>3.5.08</i>        | <i>Antauchen im Riff Williams / Anschliessend Essen im Clublokal</i> |
| <i>9.5.08</i>        | <i>1. Seetraining im WZT</i>                                         |
| <b>1.6.2008</b>      | <b>Tauchtage Vierwaldstättersee, Schiferenegg oder Riedsart</b>      |
| <i>28./29.6.2008</i> | <i>Tauchweekend Annecy oder Arnensee</i>                             |
| <b>13.7.2008</b>     | <b>Tauchtage Zugersee</b>                                            |
| <i>17.8.2008</i>     | <i>Rheinschnorcheln</i>                                              |
| <i>30.8.2008</i>     | <i>Seeputzete Anmeldeschluss ist der 15.6.</i>                       |
| <b>20.9.2008</b>     | <b>Schnuppertauchen Freibad Schuefweg</b>                            |
| <i>17.10.2008</i>    | <i>erstes Hallenbadtraining</i>                                      |
| <i>Oktober</i>       | <i>Bergsee-Weekend Garichtensee TC Aquarius Infos folgen</i>         |
| <b>18. -29.11.08</b> | <b>Oman Extra Divers</b>                                             |
| <i>6.12.2008</i>     | <i>Chlausparcours und Chlausabend</i>                                |

Anlässe versehen mit einem (?) gelten zeitlich oder örtlich als nicht definitiv !  
Anlässe mit \*\* sind neu, oder geändert worden !

# CLUB NEWS

## Eintritte

Jupi, jupi, wir haben ein Neumitglied      Delio Schwarz



## Übertritte

Nix die Bohne...



## Austritte



## WICHTIGE NOTFALL-TELEFONNUMMERN

REGA     aus der Schweiz                   1414     Stichwort TAUCHUNFALL  
          aus dem Ausland                   +41 333 333 333

Polizeinotruf                               117

Seepolizei Tiefenbrunnen               +41 44 216 73 61

Seepolizei Mythenquai                 +41 44 216 73 66

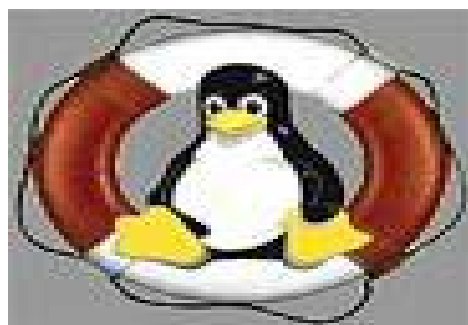
Kant. Seepolizei Oberrieden           +41 44 720 70 21

Kantonspolizei                           +41 44 247 22 11

Kantonsspital Zürich                   +41 44 255 11 11

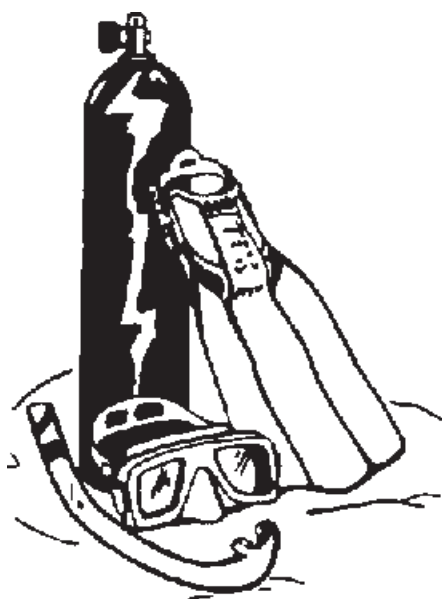
ev. auch:

DAN Europe   Emergency               033 333 3333  
              International Emg.       +39 06 4211 8685



## FUNDGRUBENSEITE

BITTE EINFACH PER MAIL AN Andrea:  
[andrea\\_eichmann@hispeed.ch](mailto:andrea_eichmann@hispeed.ch) SCHICKEN.....



## PROTOKOLL

### Der 31. ordentlichen Generalversammlung des Tauchclubs Swissair vom 07.03.2008, 19.00 Uhr in der Sportanlage in Bassersdorf

Anwesende Personen:           12   Aktivmitglieder  
                                      5   Vorstandsmitglieder  
                                      1   Ehrenmitglieder (Daniel Sudan ist ab Tranktandum 7 im Saal)  
                                      0   Passivmitglieder

Entschuldigte Personen:       16                                   Unentschuldigte Personen:     3

<b>Name</b>	<b>Vorname</b>	
Hähni	Charly	
Huremovic	Semsa	
Azzola	Angi	
Weber	Christoph	
Brugger	Thomy	
Fernandez	Oscar	
Birrer	Kurt	
Payeras	Isabel	
Ruch	Hansruedi	
Fritschi	Renate	
Schweizer	Rolf	
Schweizer	Manuela	
Romer	Suleica	
Aeschlimann	Daniel	
Jann	Brigitte	
Gröflin		Marcel

Um 19:10 Uhr übernahm Esther Wahsel in ihrer Eigenschaft als Clubpräsidentin den Vorsitz, erklärte die Generalversammlung als eröffnet und begrüßte sämtliche Mitglieder.

#### TRAKTANDENLISTE:

1. Wahl der Stimmenzähler + Tagespräsident
2. Abnahme des Protokolls der GV vom 02.03.07
3. Abnahme des Jahresberichts
4. Abnahme der Jahresrechnung + Revisorenbericht
5. Entlastung des Vorstandes
6. Wahl des Präsidenten, des Vorstandes und der Revisoren
7. Festsetzen der Mitgliederbeiträge
8. Budget 2008
9. Anträge
10. Verschiedenes



	<b>Ja</b>	<b>Nein</b>	<b>E</b>
<b>1.WAHL DER STIMMENZÄHLER</b> Walti Kobelt wird vorgeschlagen und gewählt	17	0	0
<b>2.WAHL DES TAGESPRÄSIDENTEN</b> Christian Brügger wird vorgeschlagen und gewählt	17	00	00
<b>2.ABNAHME DES PROTOKOLLS DER LETZTEN GV</b> Das Protokoll der letzten GV vom 02.03.2007 wird angenommen	18	0	00
<b>3.ABNAHME DES JAHRESBERICHTS</b> Die Präsidentin stellt anhand einer Powerpoint-Präsentation ein Jahresbericht zusammen (Rückblick)	18	0	0
<b>4.ABNAHME DER JAHRESRECHNUNG</b> Olivier Gateaux präsentiert die Jahresrechnung. Diese schliesst mit einem Verlust von CHF 1'636.45. Das Vermögen beträgt per 31.12.2007 / CHF 22'632.05Die Revisoren empfehlen die Jahresrechnung zu genehmigen.Die Jahresrechnung 2007 wird angenommen.	18	0	0
<b>5.ENTLASTUNG DES VORSTANDES</b> Esther Wahsel übergibt das Wort dem Tagespräsidenten Christian Brügger. Dieser dankt dem Vorstand für die geleistete Arbeit. Dem Vorstand wird Entlastung erteilt.Olga hat sich nach 5 Jahren entschieden, vom Amt der Vizepräsidentin zurückzutreten. Als Nachfolgerin hat sich Jessica Kobelt gemeldet.Die Präsidentin überreicht ein Geschenk an Olga und dankt für die Arbeit im Vorstand.	12	0	0
<b>6.WAHL DES PRÄSIDENTEN, DES VORSTANDES UND DER REVISOREN</b>			
<u>Wahl des Vorstand:Präsidentin:</u> Esther Wahsel stellt sich zur Wiederwahl sowie,	13	0	0
Technischen Leiter Ruedi Anderegg Kassier: Olivier Gateaux Redaktorin Andrea Eichmann Es gibt keine weiteren Vorschläge seitens der GV-Anwesenden			
<u>Wahl der neuen Vizepräsidentin</u> Vizepräsidentin: Jessica Kobelt	18	0	0
Es wird nur eine Abstimmung durchgeführt. <u>Homepage</u> Die Homepage wird durch Oscar Fernandez weitergeführt.			
<u>Wahl der Revisoren:</u> Die Revisoren Bea Brugger und Christian Brügger bleiben noch für ein Jahr im Amt, da sie letztes Jahr für 2 Jahre gewählt wurden.			
Andere Ämter:			
<b><u>Hallenbadtraining :</u> Walti Kobelt übernimmt für die Saison 2008/2009 wieder die Leitung des Trainings.</b>			
<b><u>Clubraumverwaltung:</u> Jürg Felder hat sich nach 11 Jahren entschlossen, das Amt abzugeben. Für die Hallenbadsaison 2008/2009 wird Helena Kobelt dieses Amt innehaben. Für den Sommer 2008 wurde noch niemand gefunden, der die Leute am See mit Grill und Getränken versorgt. Die Präsidentin dankt allen Mitgliedern die sich für den Club einsetzen. Nur mit engagierten Mitgliedern lebt ein Club.</b>	<b>19</b>	<b>00</b>	<b>00</b>

7. FESTSETZEN DER MITGLIEDERBEITRÄGE(neu dazugekommen ist Daniel Sudan, er ist stimmberechtigt)**Die Mitgliederbeiträge werden für das Jahr 2008 gleich bleiben.SUSV Beiträge bleiben ebenfalls unverändert. Eine Mitgliedschaft beim SUSV ist weiterhin freiwillig.** 19 0 0

8. BUDGET 2008Olivier Gateaux präsentiert das Budget 2008. Es wird mit einem Verlust von CHF 2'746 gerechnet, bei dem aktuellem Mitgliederstand. Nachdem alle Fragen geklärt waren, wurde dem Budgetantrag zugestimmt. 19 0 0

9. ANTRÄGEDem Vorstand wurden keine Anträge eingereicht.

10. VERSCHIEDENESVorstellung von 4 möglichen Destinationen für Clubferien. Die Clubferien werden dieses Jahr im Spätsommer / Herbst stattfinden. Kroatien 10 Mitglieder sind interessiertSüdfrankreich, es ist niemand interessiertOman 14 Mitglieder sind interessiertThailand 4 Mitglieder sind interessiertDie Präsidentin wird nun Kroatien und Oman mit näheren Angaben prüfen und die Mitglieder via Mail informieren. Schnuppertauchen Schluefweg Abklärungen laufen. ca. Juni 2008Nächste GV wird am 06.März 2009 stattfinden.

Die GV wurde um ca. 20:20 Uhr durch Esther Wahsel geschlossen. Alle Anwesenden wurden zum gemeinsamen Nachtessen im Clublokal eingeladen.

Zürich 13. März 2008

Für das Protokoll

Ex - Vizepräsidentin  
Olga Fernandez



## Eistauchen

Aus Kostengründen kann das Eistauchen nicht mehr im Arnisee stattfinden.

Ruedi Anderegg wird mit Cerniasub abklären, ob sich der TCSR anschliessen könnte an deren Eistauchweekend.

Falls dies möglich wäre, würde diese Info direkt an die Mitglieder per Mail verschickt.

## ASCA Weekend

Nächstes Jahr wird es wieder ein ASCA Weekend geben.

Termin: 12.06.2009

Ort: Hamburg.

Wer daran interessiert ist, kann sich direkt bei Ruedi Anderegg anmelden und/oder weiter informieren.

Weiterre Infos über ASCA gibt es unter: Link [www.asca.cc](http://www.asca.cc)



## 32. Generalversammlung Tauchclub Swissair

Datum 6 März 2009

Ort ex- FPS-Anlage,(BXA)

Zeit 19.00 Uhr (Mehrzwecksaal 1. Stock)

### Traktanden

1. Begrüssung
2. Wahl der Stimmzähler, Wahl des Tagespräsidenten
3. Abnahme Protokoll der 31. Generalversammlung vom 7. März 2008
4. Abnahme des Jahresberichtes (Rückblick und Ausblick)
5. Abnahme der Jahresrechnung 2008
6. Entlastung des Vorstandes
7. Wahl der Präsidentin, Wahl des Redaktors, Wahl des übrigen Vorstandes.  
Wahl der Revisoren
8. Festsetzen der Mitgliederbeiträge
9. Budget 2009
10. Anträge
11. Verschiedenes

Das Protokoll der 31. Generalversammlung wird nur auf ausdrücklichen Wunsch verlesen.  
Inhaltsverzeichnis

- Erfolgsrechnung 2008 mit Budgetvergleich
- Bilanz per 31. Dezember 2008
- Budget 2009
- Kontrollstellenbericht 2008 der Revision

## Schnuppertauchen Freibad Schluefweg Kloten







## MEDIZIN

### Diabetes und Tauchen

Die steigende Zahl der Diabetiker und der Wunsch vieler betroffener Diabetiker tauchen zu dürfen, führte in den letzten ca 12 Jahren zu einer Anzahl wissenschaftlicher Studien, die nachweisen konnten, das Tauchen mit Diabetes möglich ist. Die Anforderungen an tauchende Diabetiker in Bezug auf Kenntnisse der Tauchmedizin und Auswirkungen von Sport, Flüssigkeitsverlust und Ernährungsanpassung sind hoch. Die Regeln, welche für Diabetiker einzuhalten sind, sowohl um Tauchtauglichkeit zu erlangen, als auch im unmittelbaren Zusammenhang mit dem Tauchen, sind umfangreich. Das prinzipielle Risiko besteht keineswegs nur durch einen möglichen Unterzucker mit Bewusstlosigkeit während des Tauchens. Und ein prinzipielles Risiko besteht nicht nur für den Taucher, sondern auch für den Buddy, wie viele Doppelunfälle bei Nichtdiabetikern belegen. Kritische Situationen werden eben nicht immer wie im Lehrbuch gemeistert. Warum sollen nun Diabetiker Tauchen dürfen?- Fragen Nichtdiabetiker. „Die beste Antwort, ..., wäre ein Blick in die leuchtenden Augen der Kursteilnehmer gewesen - die haben einfach alles gesagt!!!“ beantwortet Ulrike Thurm diese Frage nach einer Studie.

Wir unterscheiden Diabetiker Typ I vom Diabetiker Typ II. Über 6 Millionen Diabetiker leben in der BRD mit erheblich steigender Tendenz, davon ca. 6% Diabetiker Typ I.

Der Typ I Diabetes wird auch als primär insulinabhängiger Diabetes bezeichnet. Das heißt die Betroffenen müssen vom Beginn der Erkrankung an Insulin spritzen. Dem liegt ein Versagen der Insulinproduktion in der Bauchspeicheldrüse zu Grunde. Der Typ II Diabetes wird auch als primär nicht insulinabhängige Diabetes bezeichnet. Der Krankheit liegt in den meisten Fällen eine „Insulinresistenz“ zu Grunde. Die Betroffenen benötigen zunächst nur eine Diät ( je nachdem in welchem Krankheitsstadium der Diabetes aufgedeckt wird ggf. auch gleich Tabletten). Die Krankheit schreitet über die Jahre voran, weswegen dann bei den meisten Patienten irgendwann auch Tabletten und später Insulin notwendig werden. Da der Typ II Diabetes zumeist im Rahmen eines „metabolischen Syndroms“ auftritt und damit weitere Probleme angesprochen werden, die die Tauchtauglichkeit betreffen, werden beide Diabetes-Erkrankungen getrennt behandelt.



## Typ I - Klinik/Symptome

In diesem Rahmen sollen nur die für das Tauchen relevanten Symptome erwähnt werden:

*Unterzucker = Hypoglykämie:* Werte unter 50-60 mg/dl. Heisshunger + Schwitzen treten bei Werten zwischen 40 – 70 mg/dl auf, je nachdem wie die Gewöhnung des Diabetikers an niedrige Werte ist. Bei weiterem Abfall des Blutzuckers zunehmende Verlangsamung der Wahrnehmung bis zur Schläfrigkeit und Koma. Es können in diesem Stadium Symptome eines Schlaganfalles aber auch eines epileptischen Anfalles auftreten. Rasche Gabe von Glucose intravenös oder Glucagon intramuskulär können die Symptome schnell beseitigen

*Überzucker = Hyperglykämie:* Symptome treten frühestens bei Werten um 300 mg/dl auf. Langfristig erhöhte Werte über 200 können allerdings die Leistungsfähigkeit herabsetzen. Die Symptome beginnen mit starkem Durst, übermäßigem Wasserlassen und damit gefolgt allen Symptomen der Austrocknung: zunehmende starke Müdigkeit, Verlangsamung, Schläfrigkeit bis Koma. Problem Ketoazidose: insbesondere jüngere Diabetiker zeigen als Komplikation relativ früh eine Übersäuerung, Azeton im Urin, auffällige Atmung und Mundgeruch nach Azeton und der Gefahr, dass sich ein Hirnödem entwickelt.

Während sich der Unterzucker schnell entwickelt (Minuten) und bei Therapie ebenso schnell beseitigt werden kann, entwickelt sich der Überzucker zumeist langsam in Tagen und benötigt eine längere Therapie, bei starken Symptomen ist eine Behandlung auf Intensivstation erforderlich

## Typ I - Bedeutung der Klinik für das Tauchen

*Hypoglykämie:* Zunächst besteht natürlich die Gefahr, dass ein Diabetiker während eines Tauchganges durch körperliche Aktivität und Stoffwechselfvorgänge soviel Glucose im Blut verbraucht, dass er so niedrige Blutzuckerwerte erreicht, die bei ihm zur Bewusstseinsstrübung oder Bewusstlosigkeit führen. Die Blutzuckergrenze, bei der ein Diabetiker Unterzuckersymptome wahrnimmt, ist von Patient zu Patient unterschiedlich (in der Regel zwischen 40 und 60mg/dl Blutglucose). In diesem Schwellenbereich kann zumeist dem Unterzucker durch Kohlenhydrataufnahme noch entgegengewirkt werden. Es gibt aber auch Individuen, die bemerken keine Symptome und werden ohne Vorwarnung bewusstseinsgetrübt. Andere zumeist schlecht eingestellte Diabetiker verspüren bereits Symptome bei Werten deutlich darüber.

*Ernährungsanpassung, Insulindosisanpassung, Muskelauffülleffekt:* Auch wenn viele Taucher glauben, Tauchen sei kein Sport, -man bewegt sich ja kaum. Gerade die Diabetesstudien belegen das Gegenteil. Nicht die körperliche Bewegung alleine macht den Verbrauch an Kohlenhydraten aus. Die Aktivierung des Organismus durch Immersionseffekte, der Auskühleffekt bzw. die Aufwärmarbeit, die Atemarbeit usw. führen zu einem erheblichen Energieeffekt. Dieser hält nach einem Tauchgang noch Stunden an und steigert sich bei Wiederholungstauchgängen. Die Glukosevorräte der Muskulatur leeren sich und müssen wiederaufgefüllt werden. Die Empfindlichkeit der Muskelzellen steigt unter körperlicher Aktivität. Diese Effekte führen dazu, dass ein Diabetiker seine Kohlenhydratzufuhr steigern, seine Insulindosen absenken muss, um einer Hypoglykämie entgegenzuwirken und dies kontinuierlich je mehr Tage er

hintereinander taucht.

**Anstieg des Hämatokrit:** Um der Hypoglykämie entgegenzuwirken muss der Diabetiker mit mässig erhöhten Blutzuckerwerten den Tauchgang beginnen. Blutzuckerwerte über ca. 160mg/dl führen durch osmotische Vorgänge zur verstärkten Diurese. Deutlich stärker als beim gesunden Taucher, der ja ohnehin schon am Tauchgangsende das Problem auf unterschiedliche Weise löst. Durch diese osmotische Diurese steigt der Hämatokrit an. Dieser Anstieg erhöht das Risiko eines Dekompressionsunfalles. Aus diesem Grunde muss der Diabetiker ca 1 Liter je Tauchgang mehr trinken als der gesunde Taucher ohnehin schon trinken muss.

**Langzeitfolgen eines Diabetes:** Je länger eine Diabeteserkrankung auf einen Organismus wirkt, um so höher besteht das Risiko von Folgeerkrankungen, und dies um so mehr je schlechter ein Diabetiker eingestellt ist. Der schädigende Einfluss insbesondere auf kleine Arterien und Nerven, macht vor nahezu keinem Organsystem halt. Ob Retinopathie (Augengefässerkrankung) oder Gefahr eines Herzinfarktes. Es würde den Rahmen sprengen alle Varianten zu besprechen. Bei Auftreten von Langzeitfolgen ist die Tauchtauglichkeit in der Regel nicht mehr gegeben. Andererseits müssen Diabetiker besonders gut untersucht sein.

**Einschränkung der Tauchtauglichkeit:**

Ein Diabetiker ist zunächst einmal tauchuntauglich. Eine Tauchtauglichkeit für 6 – 12 Monate kann ausgesprochen werden, wenn folgende Voraussetzungen für die Tauchtauglichkeit eines Typ I – Diabetikers vorliegen:

Intensivierte Insulintherapie ggbf. mittels Pumpe, seit 6 Monaten stabile Werte, Hba1c zwischen 6 + 8 mg/dl Regelmässig protokollierte 3 - 4 Messwerte/ Tag Keine schwere Hypoglykämie im letzten Jahr Keine Stadien diabetischer Folgeerkrankungen:

- diabetische Retinopathie
- diabetische Nephropathie
- diabetische Polyneuropathie

bei Nachweis einer KHE gelten die Kriterien dieser Erkrankung zusätzlich, mindestens ergometrische Belastbarkeit > 150 Watt keine Wahrnehmungsstörung für Hypoglykämie

Ausstellung der Tauchtauglichkeit sollte nur von einem Tauchmediziner erfolgen, der ausreichend Erfahrung mit Diabetikern besitzt. Darüberhinaus ist der Diabetiker im Umgang mit seiner Erkrankung und Tauchen speziell zu schulen.

**Umgang mit der Erkrankung für die betroffenen tauchenden Diabetiker:**

Tauchen mit Diabetes setzt deutlich überdurchschnittliche Kenntnisse in folgenden Bereichen voraus:

physiologische Vorgänge des Insulin-Blutzuckerwechselspiels, insbesondere unter sportlicher Aktivität präzise Selbstbeobachtung der Reaktionen des eigenen Organismus auf Gabe von Insulin + körperlicher Aktivität (kein Arzt kann hier Standardvorschläge machen!!) und Entwicklung einer individuellen Strategie der Insulin- bzw. Kohlenhydratanpassung Tauchphysik und Tauchmedizin Training von Kohlenhydrataufnahme unter Wasser

Ein tauchender Diabetiker muss darüber hinaus seine Tauchgänge noch sorgfältiger planen als ein gesunder Taucher. Es ist dabei sinnvoll

Anpassung der Insulindosis (Absenken ca 30 – 50% bereits ab dem ersten Tag, weitere Anpassung bei Mehrtagestauchen), dabei steigern der Kohlenhydratzufuhr. Das Ausmass der Anpassung hängt von Klima, Trainingszustand, Taucherfahrung, Tauchgang usw. ab. 60 + 30 +5 min vor dem Tauchgang Blutzuckermessen, Wert vor dem Tauchen nicht unter 160mg/dl , die Tendenz darf nicht fallend sein. Bei Werten über 300mg/gl Ketone im Urin prüfen Nach dem Tauchgang und nach 1+2 Stunden Blutzuckermessen, (cave späte Hypoglykämien) auf Tauchgänge gegen die Strömung zu verzichten Tauchgänge unter Kälte, Dunkelheit und somit Stress zu vermeiden oder diese erfordern besonders viel Routine der Buddy muss über die Erkrankung Bescheid wissen und bei einer Hypoglykämie helfen können ( Einweisung in Glukagongabe, Hilfe bei Glukokit )

Grundsätzlich sollte ein Spezial-Kurs zur Thematik durchgeführt werden, bevor ein Diabetiker zu tauchen beginnt.



PADI Dive-Center  
CMAS  
SSI  
TDI

[www.tauchbasis.ch](http://www.tauchbasis.ch)

Die **Basis**  
für  
den **Tauchsport**

Verkauf, Miete,  
Schulung und Füllstation

Tauchbasis Inauen  
Jungstrasse 8  
CH-8050 Zürich  
Telefon 044 301 00 11  
Telefax 044 303 04 84



**Tauchclub Swissair**  
**Ski-Weekend 16.01. - 18.01.2009**



**Wann ?**

**Freitag 16. Januar 2009 abend  
bis Sonntag 18. Januar 2009**

**Wo ?**

Auf der Lenzerheide, einem der schönsten Skigebiete in der Schweiz.

[http://www.lenzerheide.ch/de/navpage\\_list-WinterLH-CarvingLH.html](http://www.lenzerheide.ch/de/navpage_list-WinterLH-CarvingLH.html)

**Unterkunft**

Ferienhaus der Stadt Rapperswil-Jona  
7078 Lenzerheide  
Tel. 081 384 17 77  
Direkt neben dem Skilift Crestas (*detailliertes Anfahrtsplan folgt*)

**Zimmeraufteilung :**

5 Vierbett-Zimmer, 1 Zweibett-Zimmer, 1 Einbett-Zimmer, d.h. insgesamt 23 Bettenplätze  
Alle Zimmer bis am 30. November 2008 vorreserviert.

***Definitive Buchung muss zu diesem Zeitpunkt erfolgen.***

**Kosten :**

CHF 54.- pro Person und pro Nacht

**Praktische Tipps**

Rabatt von CHF 10.- für eine Ski-Tageskarte der Bergbahnen Lenzerheide auf Vorlage eines **TCS-Mitgliederausweises** (in der Regel Rabatt gewährt für 2 Tageskarten pro Ausweis).

**Anmeldung**

**Sobald wie möglich, auf jeden Fall vor dem 30. November 2008**

bei Oli

Per Post (Olivier Gateaux, Jungholz-Str. 60, 8050 Zürich)

Per mail ([o.gateaux@bluewin.ch](mailto:o.gateaux@bluewin.ch)) oder Telefon (079 795 87 47)

**Anmeldung wird erst mit der vollen Zahlung der Unterkunft (pro Person CHF 108.- für 2 Nächte) verbindlich.**

**Kontoverbindung :**

PC - Konto Nr. 8 7 - 6 3 3 3 0 3 - 8

Lautend auf Gateaux, Olivier - 8050 Zürich

IBAN CH77 0900 0000 8763 3303 8

Geldinstitut Postfinance, 3002 Bern



# Für Ihre kleinen **Bobos**



...und fürs  
**Größere, direkt  
zum Fachmann!**

## VSCI Carrosserie

**Carrosserie Jörg Aerni**  
Industrie Grossriet  
**8606 Nänikon**

Tel. 01 941 09 48

### **Der Taucher (Sehr frei nach Schiller)**

Wer wagt es Rittersmann oder Knappe  
zu tauchen in dieser brodelnden Kacke  
ein paar rostige Groschen werfe ich in das dampfende Loch  
wer befreit sie von ihrem stinkenden Joch  
wer mir den Zaster wieder kann geben  
soll dann mit meiner Tochter leben  
Der König spricht es und wirft von oben  
den mickrigen Zaster in das brodelnde Toben  
und durch den widerlich dampfenden Schlund  
sinken die Münzen auf den heißen Grund  
wer ist der Dumme frage ich wieder  
zu tauchen in diese Tiefe nieder  
Und Ritter und Knappen um ihn herum  
glotzen ihn an ziemlich dumm  
und alle sehen voller Grausen  
hinab auf das widerliche Brausen  
der alte König brüllt fragend und voller Groll  
ob er auf seiner Brut sitzen bleiben soll  
Doch die feige Bande bleibt still und stumm  
dreht sich voller Ekel vor der Tochter um  
da tritt aus dem Rotzpopelbesudeltem Chor

ein stockbesoffener Jüngling hervor  
und umher die Männer und Frauen  
auf den garstigen Knaben schauen  
Sabbernd und schwankend tritt er vor den King  
fällt dann auch noch der Länge nach hin  
schaut gierig auf die bucklige Maid  
in der Hoffnung auf eine schöne Zeit  
und mit schmutzigen Gedanken im Schoß  
tritt er vor das brandige Geschoß  
Doch vom König zu seiner Pflicht gezwungen  
hat der Jüngling seinen Trieb niedergerungen  
und tritt zitternd an die hohe Klippe  
im schiefen Maul eine letzte Kippe  
immer noch geil er den Felsen erklimmt  
in seinen Zähnen nur noch der Filter glimmt  
Und es wallt und siedet es braust und zischt  
bis an des Jünglings Klumpfüße spritzt die Gischt  
und auch auf die umhergammelnde Gruppe  
tropft die infernalisch stinkende Suppe  
und reißend sieht man die brandenden Wogen  
hinab in den sprudelnden Trichter gezogen  
Sich Gott befohlen springt der Knabe mit lautem Schrei  
in den schillernden Brei  
die klumpige Gülle den Blödmann umschließt  
keiner für ihn eine Träne vergießt  
und wabernd über dem dummen Schwimmer  
schließt sich die Blase ,er zeigt sich nimmer



**Unser Homepage Verwalter freut  
sich über sein neues Amt!**

**Danke vielmals Marius für deinen Einsatz**

In die flockigen Fäkalien sinkt er nun ein  
viel zu zäh scheint die Kacke zu sein  
es streifen den Taucher auch feste Brocken  
die ihm ein leichtes Würgen entlocken  
doch weiter taucht er zum Kloakengrund  
er ist halt doch ein dummer Hund  
Durch die dicke Masse kämpft er sich weiter vor  
durch Abfall der schon vor Jahren vergor  
erreicht er den Grund des blubbernden Loches  
und greift nach den Groschen seines geizigen Bosses  
umklammert sie mit gichtigen Krallen  
um der häßlichen Maid zu gefallen  
Und sieh ! aus dem finster flutendem Schoß  
erwächst eine Blase gar riesig groß  
und man hört es gar mächtig tuten  
als ein verwarzter Arsch steigt aus den Fluten  
und alle erkannten auch sodann  
woher die stinkende Blase kam  
Der Taucher strampelt und rudert mit letzter Kraft  
er hat es fast bis zum rettenden Ufer geschafft  
dreimal hat er schon nach den Felsen gegriffen  
eine Welle hat ihn dann aus der Kloake geschmissen  
winzelnd und kotzend liegt er nun am Boden  
aber er hat des Königs Zaster gehoben  
Zum König kriecht er nun auf allen Vieren  
und tut so den ganzen Weg beschmieren  
die gammelige Sippe läuft neben ihn her  
ihn zu berühren wagt keiner mehr  
einen grausigen Gestank der Knabe verströmt  
sogar ein Stinktier hätte da gestöhnt  
Gar endlos lang zieht sich die Strecke  
schnell noch mal kotzen hinter eine Hecke  
er wischt sich noch einmal den Schaum vom Mund  
und sieht dann die Tochter den grindigen Schund  
so tritt er nun vor des Königs Podest  
und es regt sich in ihm ein großer Protest  
Denn nüchtern ist nun der mutige Schwimmer  
und will natürlich nie und nimmer  
des Königs mißratende Tochter zur Frau  
und dafür muß er in den Bau  
wo er viele lange Jahre lang eine Freundin hatte - seine Hand

Die Moral von dem Geschichtelein  
laß dich nicht auf Weiber ein  
schon gar nicht wenn du stockbesoffen  
gerade aus der Kneipe gekrochen  
denn wer weiß was du am Morgen siehst  
wenn du dich dann im Bett umdrehst



## Chlausparcours und Chlausabend

Der diesjährige Chlausparcour wird von Jessica und Marius organisiert

Beginn: 09.00 Uhr im WZT

Der Chlausabend findet wieder im Schützenhaus Winkel statt und wird von Charly organisiert

Chlaussack zu lasten der Eltern mitbringen spätestens am Chlaussabend oder vorher zu Charly bringen!

„Sündenregister“ der Kinder auch an Charly per Mail oder Post die dem Samichlaus gegeben werden kann.

Beginn: 18.30 Uhr

**Achtung: Es wird dieses Jahr eine Tobola geben!!**

Gesucht werden diesbezügliche Sponsoren!!!



## Witzseite

Meinungsforscher zum Berufstaucher: „Und was halten sie vom Rauchen am Arbeitsplatz?“

\*\*\*\*\*

Ein blonder Taucher schlappt mit voller Ausrüstung über die Sanddünen der Sahara und fragt den Beduinen, der da vorbeikamelt:  
„Sagen Sie, guter Freund, wo geht's hier denn zum Meer?“  
„Etwa 19 Tage dort entlang geradeaus!“ „Echt?“, meint der blonde Taucher und rückt die Ausrüstung gerade, „Einen tollen Sandstrand habt ihr hier!“

\*\*\*\*\*

Treffen sich zwei Haie: Grade habe ich einen Metzger gefressen ,der war aber lecker!!  
Der andere Hai: Ich fraß gestern einen Beamten,der war innen so hohl ,daß ich zwei Stunden nicht mehr abtauchen konnte.

\*\*\*\*\*

Sitzen zwei Taucher zusammen .Der eine zündet sich eine Zigarette an.  
Meint der andere : Rauchen ist krebserregent.  
Sein Buddy: Ist mir doch egal was die Krebse erregt.

.....

ANDREA EICHMANN-INDRAK  
Eidg. dipl. Immobilien-Treuhänderin

---

IMMOBILIEN-TREUHAND

Büelhofstrasse 11  
8185 Winkel-Rüti  
Tel. 044 860 92 15  
Fax 044 860 21 73  
Natel 079 416 92 68  
[www.eichmann-immotreuhand.ch](http://www.eichmann-immotreuhand.ch)  
[andrea@eichmann-immotreuhand.ch](mailto:andrea@eichmann-immotreuhand.ch)

Verwaltung von Wohn- und Geschäftshäusern  
Verwaltung von Stockwerkeigentum  
Erstvermietung/Vermietung  
Fachberatung in allen Fragen rund ums Gebäude  
Immobilienbewirtschaftung  
Bautreuhand

## Anmeldungen

.....

Chlausparcour vom 6.12.2008 Anmeldung bis 30.11.2008

Anmeldungen an Jessica Kobelt oder Marius Zürcher

Tel. /Email: zuercherm@yahoo.de / 079/518 18 05

Chlausabend

Anmeldung an Charly und Semsä bis 22.11.2008

Tel. /Email: 079 648 55 33 / chaehni@bluewin.ch

.....

Generalversammlung vom 6.3.2009

Anmeldung bis 20.2.2009 an Esther **079 623 68 69**

**Wichtig: Wegen anschliessendem Essen ist eine Anmeldung dringend erforderlich**

.....

Anmeldung für Skiweekend vom 16-18. Januar 2009

Anmeldung mit Anzahl Personen geht an Oli

**bis spätestens 30.11.2008 079 795 87 47**

.....

## Das letzte Blatt

### Berühmte letzte Worte

... des Turmspringers: „Heute ist das Wasser aber klar.“

... des Schwimmers: „Nein, hier in diesen Gewässern gibt es keine Haie.“

... des Nichtschwimmers: „Ein Schwimmflügel wird schon reichen.“

... des Rettungsschwimmers: „Ich kann auch zwei abschleppen.“

... des U-Bootmatrosen: „Hier muß mal gelüftet werden.“