



't Geitenpad

Weekblad van en voor personeel 1 (NL/BE) VN Transportbataljon

Alpha trekt aan langste eind

De bataljonssportdag kwam op een geschikt moment. Eén van de laatste weekeinden van rotatie T4 en misschien het laatste warme weekend van dit jaar. Het was een spannende strijd tussen vooral Alpha en de Bravo die pas op het laatste moment definitief werd beslist.

"Gij lijkt wel een Ollander", roept een Belg boos naar zijn landgenoot Koen van Snick die als scheidsrechter de voetbalwedstrijden in de hand probeert te houden. Inderdaad, het is een discutabel moment tijdens de match. Is de bal achter de doellijnen geweest of niet? Helaas, er is geen 'replay' mogelijk en de wedstrijd eindigt onbeslist. Een momentopname uit de wedstrijd tussen de SSV cie en de Belgen. Een wedstrijd die niet echt van belang was, want zoals de traditie betaamt, wint A cie gewoon het voetbaltoernooi. Eigenlijk is het vreemd dat er nog tegenstanders zijn die tegen deze compagnie willen voetballen. Het is niet meer dan het noodlot tarten.

Gruwelijke nederlaag

Dat de sportdag wordt gehouden op de lokatie van de staf is op zich niet vreemd. Anders dan op Costa Bravo zijn er hier nog lokale toeschouwers die achter het prikkeldraad de sportieve verrichtingen van het transportbataljon willen bijwonen. In vergelijking met de A cie, die wel over veel lokaal publiek beschikt, heeft de hotel Nunspeet meer sportfaciliteiten zoals een tennisbaan en een jeux de boulesbaan. Alleen het ommuurde volleybalpleintje van de staf zal, volgens geruchten, binnenkort verdwijnen. Een gruwelijke nederlaag van de stafneuzen tegen de Belgen (0-15) schijnt, volgens dezelfde geruchten, iets mee te maken te hebben. Niet-



Het winnend Alpha-team met 'captain' Daniël in het midden

temin verslaat de B cie op het laatste moment de Rode Duivels die de eindoverwinning dan ook in haar zak steekt.

Langste eind

Ook in veel andere sporten blijken de Bravo-militairen de besten te zijn. Ondanks de mogelijkheid om dagelijks achter Hotel Nunspeet chique te tennissen, worden de elite van de SSV cie afgedroogd door de Bravo-truckers. De omstanders horen alleen wachtmeester Marcel Jacobs, één van de stafnissers, nog iets mompelen over concentratieverlies voordat hij afdruipt richting kleedkamers.

Door de vele overwinningen wordt de Bravo enigszins arrogant. Dit blijft niet onopgemerkt bij de Alpha-boys. Met een inhaalslag komen ze bij de Bravo langszij. Ten einde raad gooit de Bravo zelfs hun CC, kapitein Ben Klappe, in de strijd bij de krachtsportnummers. Ook al was zijn kracht tijdens het 'handjeddrukken' niet onverdienstelijk, het mag niet baten. Onder luid gejoel van het opringend publiek blijkt bij de mannen sgt¹ Maurice Steins van de SSV cie over de sterkste spierbundels te beschikken. Heeft dit soms iets te maken hebben met het feit dat hij in de pillenbusiness

vervolg op pagina 2

vervolg van pagina 1

zit? Ook de krachtmeting tussen de vrouwen brengt het mannelijke publiek in extase. Uiteindelijk wint sgt Carmella Woudenberg de eretitel sterkste vrouw van het bataljon. Hoewel dit krachtonderdeel er voor zorgt dat enkele 'drukkers' na afloop in een mitella lopen, mag de pret niet drukken. In de laatste wedstrijd, het touwtrekken, is het de Alpha die aan het langste eind trekt. De Brave blijft definitief in het stof en mag haarsotstandend toekijken hoe de transporteurs uit Busovaca zich laven van de twee flessen champagne en een gigantische beker wegslepen.

Onsportief

Het organiseerd comité van de staf blijkt na afloop zo teleurgesteld over de uitslag, dat ze alle wedstrijdgegevens onmiddellijk vernietigt, voordat de pers ('t Geitenpad) er beslag op kan leggen. Focci staf! Volgende keer gewoon beter.



Touwtrekken of het bekende Monatoetje nadoen?

Alpha tient le bon bout

La journée sportive du bataillon fut bien choisie. Elle se déroula un des derniers week-ends de la rotation T4 et peut-être aussi le dernier week-end consigné de l'année. Ce fut une lutte serrée entre la Cie Alpha et la Cie Bravo et il a fallu attendre la dernière épreuve pour connaître le verdict final.

"Tu ressembles bien à un Hollandais", crie un Belge fâché à son compatriote Keen van Snick qui en tant qu'arbitre essayait de maintenir l'ordre lors des compétitions de football. Effectivement, il s'agit d'un moment crucial dans le match. Le ballon a-t-il franchi la ligne du but? Malheureusement, aucun replay n'est possible et la partie se termine dans l'incertitude. Une vision instantanée de la rencontre entre la Cie EM et la Cie Beige. Une rencontre qui n'était pas en vérité cruciale, car comme le veut la tradition, la Cie Alpha remporte le tournoi de mini-football. Et fait, il est surprenant de constater qu'il existe encore des équipes qui osent participer dans cette discipline. Cela valant à déléger le destin.

Il n'est pas

Que la journée sportive se déroule au cantonnement de la Cie EM n'est pas surprenant. Contrairement à la Cie Bravo, il existe ici des supporters locaux qui, derrière les barbelés, veulent assister aux prouesses sportives du bataillon. En comparaison avec la Cie Alpha, qui dispose également de beaucoup de public local, l'hôtel Nauspeet possède de meilleures installations sportives tels qu'un terrain de tennis et des pistes de pétanque. Le terrain de volley entouré de terre, selon certaines rumeurs, disparaît. Une cruelle défaite des membres de l'EMF contre les Belges (0-12) en rend la raison. Malgré tout, les Diables Rouges seront battus sur le fil par la Cie Bravo qui ainsi remporte cette épreuve.

Le bon bout

Busovaca open

Eindelijk is het zover. Op 10 Oktober kon toch nog om de 'Busovaca Open' worden gestreden. Wie van het veld zou worden gespeeld was niet duidelijk. Maar als favoriet koppel stond vooral kapitein Lothar Sendar en de aal William Ruiters hoog genoterd bij de Bosnische boekmakers.

Helaas voor de gokkers. Het favoriete stel moest het sjieke toernooi voortijdig afzeggen. Sendar omdat hij Officier van Dienst was en de aal vanwege een sportblessure. Ook het paar Jan Boverhof en Jaap Kolman kon er niet bij aanwezig zijn. Onderling konden ze niet bepalen wie het minst slecht was. Na een spannende strijd wist het team van Marcel Jacobs en Tibor (KMar/ Tolk) niet het koppel Hans van de Sanden en Ramon Timmerman (Bevo/Ohpel) te verslaan. Volgens Tibor omdat z'n echtgenoot Nina als tweede scheidsrechter veel te veel de bal uit verdaarde. Onder escorte moest ze vervolgens op de tribune plaatsnemen. Verder verliep het toernooi zonder incidenten. In een beslissende 3e set droogde Marcel/Tibor het geneeskundig team Jurgen Huiskes/Armand Tilman met overtuigende cijfers af. De laatste ronde tussen de hospikken en Hans/Ramon kon door de medalparade en tegenwerking van Armand ("Ik dacht dat het was afgelepen") niet worden beslist. Beide koppels hebben beloofd het onderling alsnog te beslechten.

Dans beaucoup d'autres épreuves, la Cie Bravo semble la meilleure. Malgré la possibilité de s'entraîner journellement derrière l'hôtel Nauspeet, Pépite du tennis de PEM se fait battre par les 'Erevo-truckers'. Les spectateurs entendent uniquement le maréchal des logs Marcel Jacobs, un des tournois de Pépite, murmurer quelque chose concernant un manque de concentration avant de s'en aller tout en transpiration vers les vestiaires. Par toutes ces victoires, la Cie Bravo devient

Weg met die warmte

Deze week is het minstens 15 graden warmer dan in Nederland of België. En ook al lees je dit artikel op een zonovergoten terras achter Hotel Nunspeet of op Costa Bravo, toch zal het niet al te lang meer duren voordat in Bosnië de winter aanbreekt. Met extreme temperaturen die volgens de bataljonsarts Johan de Graaf tot 'koudeletsels' kunnen leiden. Voor hem blijven deze verschijnselen theorie, want hij roteert binnen twee weken. Niettemin komt voor de achterblijvers de winter eraan. En snel ook.

De kou kan veel vervelende gevolgen hebben voor ons lichaam en in het ergste geval zelfs tot de dood leiden. Dat klinkt hard, maar redding is mogelijk. Heel eenvoudig zelfs. Zo kan hypothermie, beter bekend als ondertemperatuur, worden voorkomen door een aangepaste voeding. Niet voor niks noemen we voeding de brandstof voor het lichaam. We moeten er voor zorgen dat ons kachelletje flink wordt opgestookt. Dit heet met een moeilijk begrip de 'calorische behoefte van het menselijk lichaam'. Ook het dragen van extra kleding is een simpele manier van warm houden. Het dragen van speciale winterkleding is gebaseerd op het principe van isolatie door lucht. Aangezien luchtlagen nauwelijks warmte doorgeven zijn verschillende lagen kleding een prima bescherming tegen extreme kou. Denk ook aan de aangepaste hand-, hoofd- en voetbeschermende kleding. Maar wat moet je doen als iemand toch onderkoeld raakt? In ieder geval niet opwarmen met sterke drank. Het lekker warme gevoel is slechts schijn en van zeer korte duur. Alcohol verwijdt de bloedvaten in de huid zodat juist meer warmte verloren gaat. Bij onderkoeling moeten we het slachtoffer langzaam opwarmen. Verwijder daarom eerst natte kleding en vervang ze door droge. Plaats het slachtoffer vervolgens in een warme, beschutte omgeving. Het klinkt misschien raar, maar hem (of haar) in een slaapzak stoppen met een droge en warme deken is de beste manier van opwarmen. Voordel omdat het heel geleidelijk gaat. Let er ook op dat het hoofd voldoende bedekt is. Vooral via dit lichaamsdeel verliezen we een grote hee-

veelheid warmte.

Loopgraafvoeten

Een andere gevaarlijke koude-aandoening zijn de loopgraafvoeten. Deze ellende wordt veroorzaakt door blootstelling van de voeten aan koude en natte omstandigheden. Vooral tijdens de Eerste Wereldoorlog was dit een beruchte kwaal in de loopgraven. Door de kou en nattigheid wordt de bloed-

verkleuring optreden die gevoelloos en koud is, waarna deze rood verkleurt en zeer pijnlijk en heet wordt. Deze aandoening kan met name voorkomen bij te lang stilstaan. Bijvoorbeeld tijdens het wachtkloppen. Dit kun je voorkomen door regelmatig te lopen en je tenen te bewegen. Hierdoor houdt je de bloedsomloop op gang. Verder is het raadzaam om de schoenen niet te vast te knopen, aange-



Het kan vriezen, het kan dooien in Bosnië

circulatie in de aangedane delen verstoord. Als dit niet wordt voorkomen of verholpen kan zich gangreen ontwikkelen. Dit betekent dat het weefsel afstort en hierdoor een deel van je voet, of nog erger de hele voet kwijt raakt. De symptomen zijn in een aantal fases te verdelen. Zo zal er eerst een witte

zien je dan de circulatie afknelt. Houdt vooral de voeten droog en wissel regelmatig je sokken. Bovendien kun je de circulatie verbeteren door je benen hoog te leggen. Wat niet betekent dat je in een voertuig je voeten op het dashboard moet leggen met de smoes: "Het is goed

vervolg op pagina 3

Verkeerd gevallen

Twee weken geleden verscheen een artikel van de KMar over verkeersongevallen in 't Geitenpad. Hierin werd vooral de beschuldigende vinger naar de chauffeurs van het bedrijf uitgestoken. Een prietonsencommandant wil via een korte notitie de gevoelens van een groot deel van de chauffeurs verwoorden.

Na het lezen van het verhaal 'Verkeersongevallen' in 't Geitenpad was ik met stomheid geslagen over de toonzetting en het woordgebruik in deze bijdrage van de KMar. Kreten als 'van het behandelen van verkeersongevallen krijgen we geen buikpijn' en 'het is frustrerend om zoveel ongevallen te behandelen' horen niet thuis in de woordenschat van mensen die met zulke ernstige zaken bezig zijn. Als deze woorden op waarheid berusten, raad ik de betreffende mensen aan (dit geldt zeker niet voor allen) naar een andere werkring uit te zien. Omdat we fatsoenlijk zijn wil ik de bij iedereen bekende kreet 'opzoeten' hierbij maar niet gebruiken.

Voorbeeldfunctie

Wie denken de schrijver en zijn medestanders wel dat zij zijn? Wat zij niet zijn, weet ik in ieder geval zeker. Geen echte militaire collega's, want ze ga je niet met elkaar om. Ook geen militairen die de eerste steen mogen werpen, want ook hun voorbeeldfunctie is niet altijd even goed. Zo zien de chauffeurs regelmatig dat zij geen voorbeeld voor, tijdens en na het gebruik ploeg. Men en toets met de leers van radio en procedure. Hopenkt is. Zelfs in een rit van 270 km naar Mierke te vergeten ze af te tanken en een lokaal oosthang te



Elit Gubbels voor één van zijn kantonniers

antennepot niet op. Maar vooral vinden we het dat een aantal dienaars van Hermandad ons niet met open vizier tegemoet treedt. Een voorbeeld hiervan: Een konvoicommandant krijgt het verzoek van de KMar om mee te mogen rijden. Geen probleem. Belangstellend vraagt de commandant: "Wat is het doel van de reis?" "We moeten een zaak afhandelen", is het antwoord. Later blijkt dat de KMar gewoon controleert en rapporteert aan de sectie S2/3. Met controleren en rapporteren hebben we uiteraard geen probleem. Met stiekum doen wel!

Samen:

Dat er veel ongelukken gebeuren kan en zal ik niet ontkennen. In plaats van voorbarig conclusies trekken en mensen te beschuldigen van te hard rijden, geen afstand houden en dergelijke, lijkt het mij echter verstandiger om met de

gegevens die KMar van verkeersongevallen heeft, in Nederland aan te tonen dat wij hier gemotiveerde, maar helaas zeer jonge en onervaren chauffeurs hebben. Uiteraard is dit niet de schuld van de chauffeurs, maar waarschijnlijk van onze organisatie. Ondanks mijn ongenoegen over bepaalde zaken wil ik het artikel afsluiten met de woorden van de KMar: 'Laten we hopen dat zij lering trekken uit dit artikel en in de toekomst gewoon met ons samen deze klus proberen te klaren. Het is immers al zo'n geitenbende in dit land!

Namens veel chauffeurs, elit Gubbels.

Na zowel de visie van de KMar als die van de chauffeurs te hebben weergegeven, sluit de redactie van 't Geitenpad deze discussie af. Waar ligt de waarheid? Misschien ergens in het midden.

Wilt u dat...

- * Het brave log pel goede en goede trekers hebben.
- * De chauffeurs een ook niet weten of ze met een loge of volk van onlogge naar de zebra rijden.
- * Willets 21 12. Oeent van t van na terugput van een orgas. de of of of met voor d' commandant hant is.

- Zij u dan gelijk uit de droom helpt door te vragen of u een minuutje heeft.

* Sinterklaas uit België moet komen.

- De Belgie in haar eentje of vier moet zoveel politjes verdueren dan de drie Nederlandse corporieën samen.

- De Helgen vreemd gebag heeft geen brieven laten.

* Weer eens over dat Paul Lorist niet te melden

Na ruim twee maanden

Wat maken onze Belgische collega's mee? Volgens korporaal-chef G Jansz genoeg. Namens Moving Star III vertelt hij over hun belevenissen en vooral hun emoties: "Zeg nu zelf, wat die kinderen hier meemaken, is niet niks."

"En we vertrekken nu!" Hoe vaak krijgen wij van het 1e peloton Belgische Compagnie, onder leiding van luitenant Deprez en zijn adjunct wachtmeeester Carlier, die woorden niet te horen. Ze klinken bij velen intussen goed in de oren. We zijn nu meer dan twee maanden in Bosnië en hebben reeds van alles beleefd en meegemaakt. Zoals onze eerste rit naar de omsingelde stad Mostar. Gelukkig kwamen de mannen van Bel 1 na wat vertraging weer heelhuids bij ons terug. We hebben verder een zeer groot genoeg gehad om in contact te komen met jullie majoor Ruiter, den aalmoezenier (of in zijn woorden: "Zeg maar Willem"), bijgestaan door z'n kompaan kapitein Sendar, den 'dubbel meter'. Nogmaals, hartelijk dank voor alles. Maar daarover heeft luitenant Collin al genoeg geschreven in 't

Geitenpad.

Cowboys en toeristen

Van de mannen van de Nederlandse Bravo-compagnie hebben wij reeds een bijnaam gekregen: de 'cowboys van het geitenpad'. Onze in het Belgische Pentec achtergebleven collega's noemen ons de 'toeristen'. Maar na meer dan twee maanden is hun idee over de humanitaire zendingen wel sterk veranderd. En wat ons zelf betreft, de vriendschappen zijn sterk gegroeid: één voor allen, allen voor één. Wat ons sterk zal bijblijven zijn de arme kinderen die om 'benben' of 'chocolat' vragen. En de vrouwen of jonge mannen die steeds hopen op een positief antwoord na hun 'Hey you, give me sigaret'. De bevolking heeft veel sympathie bij ons gewekt, maar één bepaalde man bekoort ons allo-

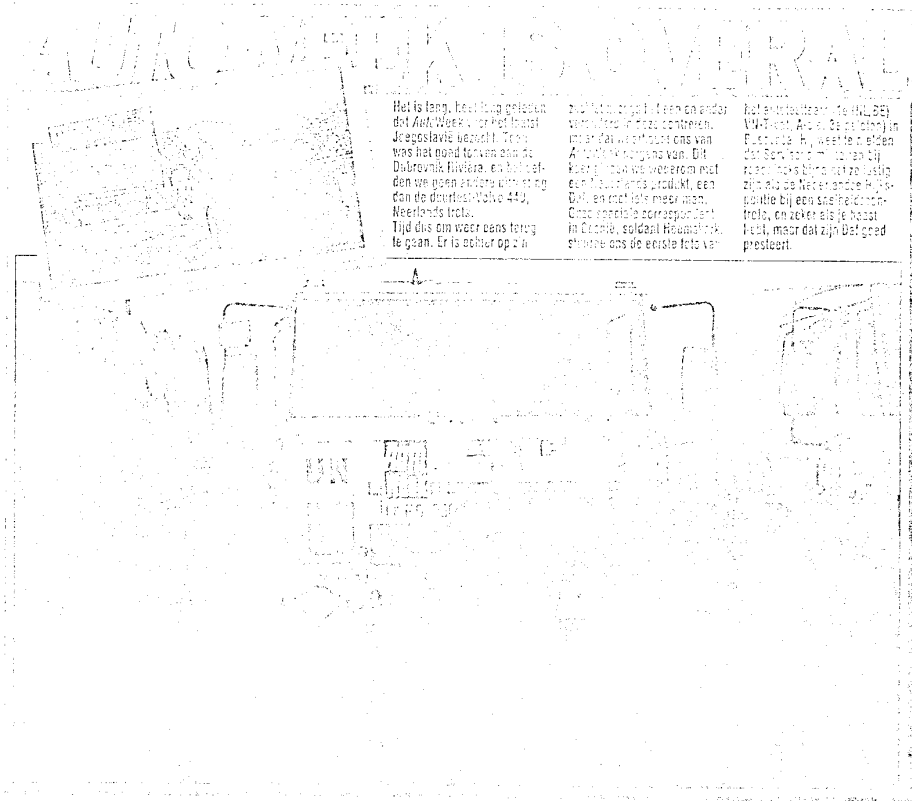
maal. Dat is die oude man die ons, net voor Vitez, steeds maar groot. Altijd kan er een grote glimlach af of het alom bekende handje van 'hallo vriend'. Wij proberen bij de kinderen wat vreugde te brengen door het zingen van wat liedjes. Zo hadden we in Olovo veel sympathisanten met het liedje 'UNPROFOR, UNPROFOR' waar we na elke kreet met de handen klappen.

Kerstmis

Zeg nu zelf, wat die kinderen allemaal meemaken is niet niks. Binnenkort is het kerstmis. Wij zijn dan misschien thuis, maar bij velen zal het hartje toch ook hier zijn. Het zijn die kinderen die de grote slachtoffers zijn van de oorlog. Dan zullen wij toch ook een gebed doen voor deze mensen die wij intussen als vriend beschouwen. Wij wensen alle VN-soldaten nog veel succes toe bij het uitvoeren van hun job. En voor deze periode gaat maar één zin op: "We were there".

Deze week kwam via de post een leuke stunt binnen. Het was de Auto/Week van 8 oktober. Op een van de pagina's stond een foto met een viertonner van het derde peloton A die. Ook de nodige mannen ontbraken niet op de plaat. Een ervan was de sgt Ralf Hendrix die zich even vrij had kunnen maken om te poseren. Terwijl de rest van het peloton 'drukke werkzaamheden' elders hadden was Ralf zijn reactie: "Altijd leuk om voor een blad als Auto/Week te poseren. Zeker wanneer dit een stuk Pr voor Daf en het transportbatalion met zich meebrengt." Het idee van de foto kwam eigenlijk van mijn neef, Michel Heemskerk die in het blad een pagina verzorgt. Vriendelijk werd mij verzocht enkele foto's te sturen die hij zou kunnen publiceren. Het idee van het transport station blijft nog even voor een originele en mooie foto's uitnodigend naar het thuisfront. Haat het Kwik Dik en na dit weer. Wie was?

de Heemskerk



Raccompagner un ami

Après avoir obtenu mon permis de conduire à l'armée, j'ai terminé mon instruction pour finalement partir en Bosnie avec la rotation T5. Arrivé au camp Costa Bravo, j'ai été affecté au Pl Appro de la Cie B en tant que chauffeur de jeep mercedes. Conduire sur les routes en Bosnie nécessite un peu d'adaptation, mais avec le temps cela s'apprend.

Mercredi 29, j'ai conduit un ami à Kiseljak. Il devait retourner prématurément car il s'était involontairement tiré une balle dans le pied. Le médecin avait pris les arrangements pour me permettre de conduire le deuxième véhicule. Simon de Jong, de la cuisine, était mon convoyeur et cela lui permettait de mettre pour une fois le nez hors du camp. Le voyage aller se déroula sans problème et dès que l'hélicoptère était hors de notre vue, nous avons pris le chemin du retour. Peu avant Visoko, deux véhicules blindés venaient en sens opposé. Avec difficulté, l'ambulance croisa la colonne. Lorsqu'ils arrivèrent à ma hauteur, j'ai dû m'écarter vers la droite. Cela n'aurait pas posé de problèmes s'il n'y avait eu un petit mur enfoui dans la verdure sur le bas-côté. Lors de la manoeuvre d'évitement, la MB (mercedens-bens) heurta le muret et fut projetée. Dans ces moments, tout va très vite. Je me souviens avoir effectué quelques tonneaux avant que le véhicule ne termine sa course 15 mètres plus bas. Durant la chute, je me suis dit: "ceci, je n'aurai plus l'occasion de le raconter".

Une injection

Finallement, nous sommes sortis du véhicule par l'ouverture à l'emplacement du pare-brise. Dans un pareil moment, une panique s'installe du fait d'avoir détruit un véhicule. Malgré tout, j'étais soulagé de constater que le convoyeur était indemne. Entretemps, l'ambu-

lance était revenue à l'emplacement de l'accident. Je me suis alors écroulé à cause de la douleur. Principalement le cou et l'épaule me faisaient souffrir. Piet 'nek' Cornelissen et 'Tilly' ont examiné mon épaule et constaté une fracture de l'omoplate. Ils m'ont rassuré et donné une injection de morphine. J'ai passé la nuit à l'infirmerie de Kiseljak où j'ai été très bien accueilli. Le lendemain, je pouvais déjà rejoindre l'infirmerie de la Cie EM. Les images de ce jour me passent encore devant les yeux. Cinq jours plus tard je pouvais rejoindre mon service où je pouvais constater beaucoup d'intérêt pour ce qui m'était arrivé.

Excès de confiance

Je sais maintenant qu'un accident peut survenir très rapidement. Surtout, lorsque je pense que j'avais assuré la veille de l'accident au SgtMaj que durant mon terme il n'y aurait pas la moindre griffe sur ma jeep. Pour ma part, j'entame une période de revalidation et il est probable que je ne conduirai plus mon propre véhicule. En général, il faut compter minimum trois mois avant d'avoir un nouveau véhicule. Je suis malgré tout heureux de m'en être sorti indemne. Ce fut la première fois de ma vie que j'ai été réellement confronté avec la peur et j'ai également pu constater que toute forme d'excès de confiance peut rapidement être effacée.

Frank Veldhuizen.

Bravo jette même son Comd de Cie, le Capt Ron Klappe, dans la bagarre pour l'épreuve de la force. Même si ses mérites sont évidents, cela ne suffit pas pour l'emporter dans l'épreuve du bras de fer. Sous les encouragements du nombreux

public, il semble que le Sgt1 Maurice Stein de la Cie Em possède les plus gros muscles. Cela s'expliquerait-il par le fait qu'il travaille dans le secteur des pilules? Les épreuves de force entre les femmes sont également très appréciées par le public. Sgt Carmella Woudenberg remporte finalement le titre de femme la plus forte du bataillon. Le fait que cette compétition a pour conséquence que plusieurs participants se retrouvent avec le bras en écharpe n'enlève rien au plaisir. Dans la dernière compétition, le tir à la corde, la Cie Alpha tient le bon bout. La Cie Bravo mord définitivement la poussière et doit regarder en grinçant les dents les camionneurs de Bussovaca savourer les deux bouteilles de champagne et emporter la gigantesque coupe.

Antisportif

Le comité organisateur de l'EM semble, déçu par les résultats, avoir immédiatement détruit les résultats des épreuves avant que la presse ('t Geitenpad) ne puisse en prendre connaissance. Affreux EM! A faire mieux la prochaine fois.

Wisk
U dat...

* Er ook 's avonds wordt gehamerd in de nieuwe tent van Bravo.

- Aoo Toon Hermens dacht dat het geweevuur was.

* Het spel Risk bij de staf erg serieus wordt gespeeld.

- Zelfs de rustige sld Pascal Brentjes de dobbelstenen in de fik wil steken.

- Het spel meestal onbeslist eindigt.

* De S1, René van der Velde, en de dokter, Johan de Graaf, overdag Japanse vechttechnieken op elkaar uitoefenen.

- Zij echter 's nachts weer vredig in elkaars armen slapen.

* That André Bosters zijn konvooi slechts 40 km per uur laat rijden door Gornj Vakuf.

- Zelfs de KMar dat wel erg weinig viadt.

vervolg van pagina 2

quelque peu arrogante. Ceci ne passe pas inaperçu chez les gars de la Cie Alpha. Une contre-attaque de cette dernière lui permet de revenir à la hauteur de la Cie Bravo. Et dernier ressort, la Cie

La chaleur, du passe!

Cette semaine, il y a 15 degrés de plus qu'aux Pays-Bas ou en Belgique. Même si vous lisez cet article sur la terrasse ensoleillée de l'EM ou au camp Costa Brava, il ne faudra plus attendre très longtemps avant l'arrivée de l'hiver en Bosnie. Avec des températures extrêmes qui selon notre médecin du bataillon, Johan de Graaf, pourraient provoquer des lésions. Des phénomènes théoriques pour lui puisqu'il s'en va dans deux semaines. Malgré cela, l'hiver sera là. Très vite même.

Le froid peut avoir beaucoup d'inconvénients pour notre organisme et même provoquer la mort. Cela peut sembler exagéré mais des remèdes sont possible. Ainsi l'hypothermie, mieux connue sous le vocable de basse-température, peut être évitée par une alimentation appropriée. N'appelle-t-on pas la nourriture le carburant du corps humain? Il faut donc veiller de bien approvisionner notre chaudière. Cela s'exprime par le vocable médical de 'besoins caloriques du corps humains'. Bien se vêtir est également un bon moyen de se protéger. Le port de vêtements d'hiver est basé sur le principe de l'isolation par l'air. Etant donné que plusieurs couches d'air laissent difficilement passer la chaleur, différentes couches de vêtements offrent donc une parfaite protection contre le froid. N'oubliez pas les vêtements appropriés pour les pieds, la tête et les mains. Que faut-il faire lorsque quelqu'un est atteint d'hypothermie? Certainement pas le réchauffer avec des boissons alcoolisées. L'impression agréable de chaleur n'est qu'illusion et de très courte durée. L'alcool élargit les vaisseaux sanguins de la peau et provoque ainsi une plus grande perte de chaleur. Il faut en fait réchauffer lentement le patient. Pour cela, remplacer tout d'abord les vêtements mouillés par des vêtements secs. Placer ensuite le malade dans un endroit chaud et à l'abri. Cela peut être dans un sac en plastique ou le mettre dans un sac de couchage avec un chauffage sec et chaud comme un des réflexions mentionnés. Plus qu'il y a de tissu à se cacher de l'hypothermie, plus il faut protéger le corps du froid. Le plus grand point de danger est

fait par cette partie du corps.

Les pieds gelés

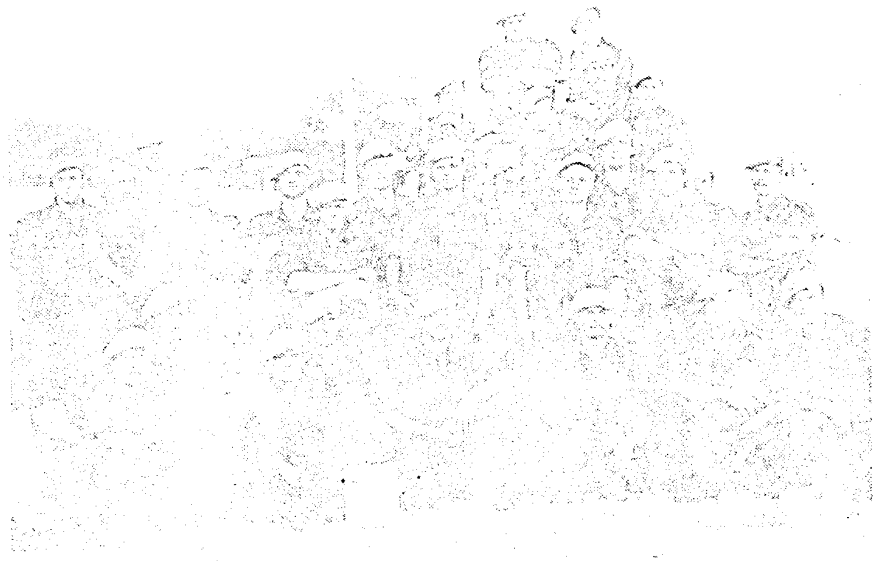
Un autre danger du froid sont les pieds gelés. Cette souffrance provient de l'exposition des pieds à l'humidité et au froid. Ce phénomène a été important durant la première guerre mondiale dans les tranchées. Par le froid et l'humidité la circulation du sang est interrompue. Si cela ne peut être évité, la gangrène peut s'installer. Cela signifie que les tissus meurent et donc qu'une partie ou tout le pied doit être amputé. Les symptômes peuvent être classés par étape.

Tout d'abord une couleur blanche apparaîtra ainsi qu'une insensibilité, après quoi une couleur rouge survient et une douloureuse chaleur. Ce phénomène survient lors d'une immobilité, par exemple lors d'une garde. Pour l'éviter il faut donc marcher et se déplacer. De cette manière, la circulation du sang est maintenue. Il est également conseillé de ne pas trop serrer les lacets afin d'éviter de couper une bonne circulation sanguine. Gardez surtout les pieds secs et changez régulièrement de chaussettes. Il est également bon de mettre les pieds en hauteur. Cela ne veut pas dire qu'il faut mettre les pieds sur le tableau de bord en prétendant: " Je veux éviter les pieds gelés".

Gelure locale

Les parties exposés directement à l'air libre gèlent après 30 secondes par une température de -13 degrés celsius et une vitesse du vent de 1
vervolg op pagina 8

Alpha drie beloond



Tijdens het veldtocht op 25 oktober verschoten eenheden Duit Schij per Hongari personen bij de 1. de divisie 5. bataljon te Iulovan. In zijn korte terugtocht kwam de 1. de bataljon het om zijn veldtocht activiteiten en zijn veiligheid weerstand te zetten om een grote te winen een succesvolle verkering van de 1. de bataljon zijn voorgelopen. De eenheden de veiligheid van de opdrachten te de frequent contacte met de andere.

vervolg van pagina 7

mètre par seconde. Les membres sont les parties les plus sensibles. Souvent, cela ne se remarque pas et le sang n'atteint donc plus certaines parties du corps. Conséquence; La partie du corps meurt. Heureusement, ce phénomène est facilement détectable par la couleur blanc-marbre et l'insensibilité. Les membres sont froids et durs. Le traitement consiste en un réchauffement progressif par la chaleur du corps humain. Une autre solution possible est d'enfouir la personne dans son sac de couchage et de lui donner des boissons chaudes. En aucun cas, il ne faut réchauffer les parties du corps en les frictionnant ou en les exposant à une forte source de chaleur. Il faut également éviter que l'individu essaie de se réchauffer en courant ou en essayant de bouger. Finalement, il vaut toujours mieux prévenir que guérir. De simples mesures comme l'adaptation des habits à la température et la protection des parties exposées peuvent éviter beaucoup de désagréments.

L'aveuglement par temps de neige

Une exposition de longue durée aux rayons UV directs ou réfléchis peut provoquer un aveuglement temporaire. Ceux qui ont été aux sports d'hiver sans lunettes solaires connaissent la douleur et la difficulté d'ouvrir les yeux. D'autres problèmes sont les clignements des yeux, un regard trouble et les yeux humides. L'impression d'avoir des grains de sable dans les yeux existe et la douleur qui l'accompagne est insupportable. Les premiers soins consistent à recouvrir les deux yeux

et à rassurer la victime. Après quelque temps les phénomènes disparaissent. Cette nouvelle peut également rassurer et calmer le patient. La solution est facile; porter des lunettes solaires. Ce n'est pas pour rien que la Def Nat les a prévues dans l'équipement des partants pour la Bosnie.

Un agréable séjour?

Lors de ces symptômes il est conseillé de contacter immédiatement un membre de l'équipe médicale. Facile à dire pour un infirmier ou un médecin. Malgré tous les dangers que j'ai esquissés, je souhaite à tous les gens de la période hivernale, volontaires ou non, un agréable séjour.

vervolg van pagina 3

tegen loopgraafvoeten."

Plaatselijke bevroering

De huiddelen die direct bloot staan aan de buitenlucht bevriezen al binnen 30 seconden bij een buitentemperatuur van -13 graden celcius en een windsnelheid van 1 meter per seconde. Vooral de ledematen zijn gevoelig voor deze aandoening. Vaak wordt het begin van de bevroering niet opgemerkt en bereikt het bloed het bevroren lichaamsdeel niet meer. Gevolg; het lichaamsdeel sterft af. Gelukkig is deze aandoening wel te herkennen doordat de aangedane delen de kleur hebben van wit marmer en gevoelloos zijn. Zij voelen bovendien koud en hard aan. De behandeling bestaat uit, wederom, langzaam opwarmen van de aangedane delen door lichaamswarmte. Een andere

mogelijkheid is, het slachtoffer in een slaapzak te stoppen en hem of haar een hete drank te laten drinken. In geen geval moeten de aangedane delen worden opgewarmd door ze te wrijven of bloot te stellen aan vuur of intense warmte. Ook moet worden voorkomen dat het slachtoffer zelf de plekken gaat 'warmlopen' of bewegen. Uiteindelijk is voorkomen natuurlijk beter dan genezen. Simpele maatregelen als het aanpassen van de kleding aan de weersomstandigheden en het beschermen van de uitstekende delen, kunnen veel ellende voorkomen.

Sneeuwblindheid

Een lange blootstelling aan directe en reflecterende UV straling kan tot tijdelijke blindheid. Voor degenen die op wintersport zijn gegaan zonder zonnebril zullen de pijn en het onvermogen om de ogen te openen kennen. Andere klachten zijn veelvuldig knippen, een waas bij het kijken en waterige ogen. Verder lijkt het alsof er zand in de ogen is gekomen en de bijbehorende pijn is werkelijk ondragelijk. De eerste hulp bestaat uit het afdekken van beide ogen en het geruststellen van het slachtoffer. Na verloop van tijd verdwijnen de verschijnselen. Stel hem of haar dan hiermee ook gerust. Het ligt voor de hand, maar deze tijdelijke aandoening is simpel te voorkomen door het dragen van een zonnebril. Niet voor niks heeft Defensie de Joego-gangers zo'n ding verstrekt. Bij al deze aandoeningen is het verstandig zo snel mogelijk contact op te nemen met een lid van de geneeskundige formatie.

