



## Medienmitteilung

Vernier/Ostermundigen, 26. Juni 2024

### Neuer Reiseführer fürs Wandern und Velofahren

**Seit der Gründung im Jahr 1896 gehören touristische Informationen zur DNA des Touring Club Schweiz. Die Websites und Reiseführer des TCS werden jährlich mehrere Millionen Mal aufgerufen und erreichten während der Corona-Pandemie sogar Rekordzahlen. Nun ist der neue Ratgeber für Wander- und Velobegeisterte erschienen. Er enthält alle notwendigen medizinischen und touristischen Informationen für den Outdoor-Bereich und kann von TCS-Mitgliedern kostenlos heruntergeladen oder in gedruckter Form bestellt werden.**

Mit der Herausgabe des sechsten Reiseführers «Wandern und Velofahren Outdoor» setzt der Touring Club Schweiz (TCS) seine Mission fort, Reisende auf ihren Abenteuern zu begleiten. Dieser Führer wurde für Natur- und Outdoor-Fans konzipiert und bietet eine Fülle von praktischen Informationen und Ratschlägen, um das Beste aus Wanderungen und Velotouren herauszuholen.

#### Ergänzung der bisherigen TCS Gesundheits- und Reiseführern

Die Ausgabe zum Thema Wandern und Velofahren ergänzt die TCS-Reiseführer-Reihe, die bereits fünf weitere Ratgeber umfasst: «Camping und Gesundheit», «Gesund reisen im winterlichen Europa», «Gesund reisen auf Kreuzfahrten», «Gesund reisen in Südeuropa» und «Gesund reisen in Afrika». Insgesamt wurden die Reiseführer, die für TCS-Mitglieder kostenlos sind, über 100'000 Mal heruntergeladen. Sie alle enthalten Interviews und Tipps von Schweizer Ärztinnen und Ärzten zu Gesundheitsthemen rund ums Reisen. Sie sind eine wertvolle Ergänzung zu den touristischen Informationen, die der TCS kostenlos auf seiner Website zur Verfügung stellt und die mehrere Millionen Mal pro Jahr aufgerufen werden.

Alle Ratgeber dienen dazu, Reisenden medizinische und sicherheitsrelevante Ratschläge zu geben. Von «Gesund reisen auf Kreuzfahrten», in dem es um die Vorbeugung von Krankheiten und Erste-Hilfe-Massnahmen bei Notfällen auf See geht, bis hin zu «Gesund reisen im winterlichen Europa», in dem spezifische Empfehlungen zur Vermeidung von Risiken durch Wintersport und Kälte gegeben werden, bietet jeder Ratgeber der Reihe ein umfassendes Spektrum praktischer Ratschläge.

Der Ratgeber «Gesund reisen in Afrika» konzentriert sich auf medizinische Vorsichtsmassnahmen bei Reisen nach Afrika, insbesondere zur Vorbeugung von Malaria und anderen Tropenkrankheiten, sowie auf Erste Hilfe bei Notfällen. Der Ratgeber «Camping und Gesundheit» bietet spezielle Ratschläge für Camperinnen und Camper, die von Lebensmittelsicherheit bis zum Umgang mit medizinischen Notfällen auf dem Campingplatz reichen.

Der Ratgeber «Gesund reisen in Südeuropa» beleuchtet Vorsichtsmassnahmen zur Vermeidung häufiger Gesundheitsprobleme in Mittelmeerdestinationen wie Hitzschlag und Lebensmittelinfektionen. Jeder Ratgeber wird in Zusammenarbeit mit Fachleuten aus dem medizinischen und touristischen Bereich erstellt und garantiert so fundierte und zuverlässige Ratschläge für Reisende aller Art.

#### Für Sicherheit und Gesundheit

Der Ratgeber «Wandern und Velofahren Outdoor» geht über einfache Empfehlungen von Routen und Sehenswürdigkeiten hinaus. Er bietet einen ganzheitlichen Ansatz und Gesundheitstipps für die Zeit vor, während und nach einer Wanderung oder Velotour. Um ein sicheres und bereicherndes Outdoor-Erlebnis zu gewährleisten, gibt es Tipps für die Vorbereitung, die notwendige Ausrüstung, die richtige Ernährung und Erste Hilfe. Der Ratgeber kann ab Ende Juni auf der TCS-Website heruntergeladen oder in gedruckter Form bestellt werden.

#### Kontakt

Marco Wölfli, Mediensprecher TCS

Tel. 058 827 34 03 | [marco.woelfli@tcs.ch](mailto:marco.woelfli@tcs.ch)

[pressetcs.ch](http://pressetcs.ch) | [flickr.com](https://www.flickr.com/photos/tcs/)



**Touring Club Schweiz** – immer an meiner Seite.

Seit seiner Gründung 1896 in Genf steht der Touring Club Schweiz im Dienst der Schweizer Bevölkerung. Er engagiert sich für Sicherheit, Nachhaltigkeit und Selbstbestimmung in der persönlichen Mobilität, politisch wie auch gesellschaftlich. Mit 1900 Mitarbeitenden und 23 regionalen Sektionen bietet der grösste Mobilitätsclub der Schweiz seinen rund 1,6 Millionen Mitgliedern eine breite Palette von Dienstleistungen rund um Mobilität, Gesundheit und Freizeitaktivitäten an. Alle 70 Sekunden erfolgt eine Hilfeleistung. 200 Patrouilleure sind jährlich mit etwa 359'000 Einsätzen auf Schweizer Strassen unterwegs und ermöglichen in mehr als 80 % der Fälle eine sofortige Weiterfahrt. Die ETI-Zentrale organisiert jährlich etwa 57'000 Hilfeleistungen, darunter 3200 medizinische Abklärungen und über 1200 Repatriierungen. Die TCS Swiss Ambulance Rescue ist der grösste private Akteur für Rettungsdienst und Krankentransport in der Schweiz mit 50 Fahrzeugen, 17 Logistikbasen und über 35'000 Einsätzen pro Jahr. Die Rechtsschutz-Büros bearbeiten 42'000 Fälle und geben rund 10'000 Rechtsauskünfte. Seit 1908 setzt sich der TCS für die Verkehrssicherheit in der Schweiz ein, indem er Lehrmittel, Sensibilisierungs- und Präventionskampagnen entwickelt, Mobilitätsinfrastrukturen testet und Behörden berät. Der TCS verteilt jedes Jahr rund 110'000 Leuchtgürtel und 90'000 Leuchtwesten an Kinder, damit auch ihre Mobilität sicher ist. 42'000 Teilnehmende zur Aus- und Weiterbildung zählen die Fahrzentren in allen Kategorien von Fahrzeugen jährlich. Mit 33 Plätzen und rund 950'000 Logiernächten ist der TCS der grösste Campinganbieter der Schweiz. Die Mobilitätsakademie des TCS beforscht und gestaltet die Transformationen im Verkehr, wie die vertikale Mobilität der Drohnen oder die geteilte Mobilität, etwa mit den 400 elektrischen Lastenvelos «carvelo» und 40'000 Nutzenden. Der TCS ist Mitunterzeichner der Roadmap Elektromobilität 2025.