

# Mount Everest

De hoogste berg ter wereld. Hij is 8.848 meter hoog. De berg ligt op de grens van Nepal en Tibet in de Himalaya. De Himalaya is een gebied met veel hoge bergen bij elkaar. Die plek ligt 1.500 meter boven de zee, en wordt 'Het Dak van de Wereld' genoemd.

Veel mensen hebben al de Mount Everest beklommen, of willen dat nog doen. De bergtoppen van de Himalaya kun je niet alleen beklimmen. Je moet dus met een speciale groep gaan. Dat heet een expeditie. Zo'n groep kan wel uit 80 mensen bestaan. Naast bergbeklimmers gaat er ook altijd een dokter mee.

## Wat neem je allemaal mee?

Als je met 80 mensen de berg wilt beklimmen, dan moeten er veel spullen mee. Bijvoorbeeld speciale kleding die bestand is tegen wind, regen en sneeuw. Verder ontzettend veel eten. Wel duizenden kilo's! Patat, chips en pizza? Vergeet dat maar. Er gaat namelijk speciaal voedsel mee. Gedroogd voedsel, want dat kun je lang bewaren. Verder moet het ook gezond zijn. Dat betekent bijvoorbeeld graankoeken, mueslirepen en pruimen voor energie.

## Lastig ademen

Hoe hoger je klimt, hoe moeilijker je gaat ademen. De lucht boven op de berg is erg ijl. Veel te dun om in te ademen. Er is dan erg weinig zuurstof in de lucht. Zuurstofmaskers meenemen is dus een goed idee.

## Bevriezingsgevaar

Het weer op de Mount Everest verandert snel. Het is nooit hetzelfde. De temperaturen kunnen ook erg snel dalen. Tot wel 36 graden onder nul! Lichaamsdelen kunnen dus gaan bevriezen. Er zijn veel mensen die de top van de Mount Everest hebben bereikt. Helaas waren er ook bergbeklimmers die het avontuur niet hebben overleefd.