

Schwimmen macht Spaß Baderegeln helfen Leben retten

Endlich ist auch in Bayern der von vielen lang ersehnte Sommer eingeleitet. Die Prognose des Wetterdienstes für das kommende Wochenende verspricht der Jahreszeit zu entsprechen: „Am Freitag sorgt Hochdruckeinfluss für viel Sonnenschein. Tagsüber ist es maximal 28 bis 34 Grad“.

Schwimmen, baden, plantschen, das ist es, wonach sich viele in Bayern seit Wochen sehnen. „Schwimmen macht Spaß“ sagt Ulrike Scharf, Vorsitzende der Wasserwacht Bayern, „im Wasser kann man seine Fitness trainieren und gleichzeitig die Seele entspannen“. Vor vielen Jahren sei das Laufen als Fitnesssport entdeckt worden, deshalb plädiert sie dafür, es sei jetzt endlich an der Zeit das Schwimmen neu zu entdecken. Scharf: „Aber Wasser macht nicht nur Spaß, es birgt auch viele Gefahren“. Trotz wochenlangen Regenfällen kam es bereits in diesem Jahr an einigen Seen und Flüssen zu tragischen und folgenschweren Unfällen. Damit das Baden und Schwimmen zum ungetrübten Vergnügen wird, weist die Wasserwacht mit Nachdruck darauf hin einige Baderegeln zu beachten und auch einzuhalten.

Ulrike Scharf: „Baderegeln retten Leben, wer dies unterlässt geht ein hohes Risiko ein.“ Nur ein Beispiel: Wer erhitzt ins kalte Wasser geht, kann sich schwere Kreislaufschwierigkeiten einhandeln. Die einfache Regel, sich vor dem Schwimmen abzukühlen, kann helfen und einen Kreislaufkollaps verhindern.

Auch wenn Schwimmer mit vollem Magen ins Wasser gehen hat dies bisweilen schwerwiegende Folgen. Scharf: „Im Wasser führt Bewusstlosigkeit, wenn kein Helfer in unmittelbarer Nähe ist, zum Tod durch Ertrinken.“ Auch passieren viele Unfälle im Wasser aus Leichtsinn und Übermut und weil sie ihre Leistungsfähigkeit überschätzen. Deshalb appelliert die Wasserwacht die Badegäste folgende Regeln einzuhalten:

- Achte auf die Wassertemperatur!
- Springe nie erhitzt ins Wasser!
- Bade nicht mit vollem Magen!
- Gehe nicht übermüdet ins Wasser!
- Schwimme und tauche nie im Bereich von Sprunganlagen!
- Unterlasse das Rennen am Beckenrand!

Landesgeschäftsstelle

Garmischer Straße 19-21
81373 München
Tel. 089 9241-1517
Fax 089 9241-1366

Hanna Hutschenreiter
Presse- und Öffentlichkeits-
arbeit der Gemeinschaften:
Bergwacht,
Wasserwacht,
Jugendrotkreuz,
Bereitschaften
hutschenreiter@llgst.brk.de
www.brk.de

Die sieben Grundsätze der Rotkreuz- und Rothalbmondbewegung

- Menschlichkeit
- Unparteilichkeit
- Neutralität
- Unabhängigkeit
- Freiwilligkeit
- Einheit
- Universalität

- Verlasse das Wasser sofort, wenn Du frierst! Trockne dich nach dem Baden gut ab!
- Stoße nie andere ins Wasser!
- Verlasse bei Sturm, Gischt oder Gewitter das Wasser!
- Gehe nicht unter Alkohol-, Medikamenten- und Drogeneinfluss ins Wasser!
- Benutze als Nichtschwimmer nie aufblasbare Schwimmkörper als Schwimmhilfe!
- Meide Wasserpflanzen

Weitere Informationen unter www.brk.de und <http://www.wasserwacht-online.de>

Rückfragen unter:

Hanna Hutschenreiter
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit der Gemeinschaften
Telefon 089-9241 1517 oder 0177-97 866 42

**Die sieben Grundsätze
der Rotkreuz- und
Rothalbmondbewegung**

- Menschlichkeit
- Unparteilichkeit
- Neutralität
- Unabhängigkeit
- Freiwilligkeit
- Einheit
- Universalität