

Nach Rettung am Eixer See: DLRG warnt vor Gefahren beim Schwimmen

Ulrike Hofmann gibt **nützliche Tipps** – Schwimmbojen können Leben retten

VON DENNIS NOBBE

Eixe. Die warme Jahreszeit hat begonnen – und damit auch die Badesaison. Doch immer wieder kommt es zu gefährlichen Situationen, so wie jüngst am Eixer See: Zwei Jugendliche hatten dort beim Schwimmen ihre Kräfte überschätzt, sie mussten gerettet werden. Was sollte man unbedingt beachten, damit solche Situationen gar nicht erst entstehen? Ulrike Hofmann von der DLRG-Ortsgruppe Peine hat wichtige Tipps und Hinweise.

Die Deutsche Lebensrettungsgesellschaft (DLRG) hat schon seit 50 Jahren einen Wachdienst am Eixer See und hat somit Rettungsschwimmer in Bereitschaft – während der Badesaison. Diese hatte an dem Tag, als es zu dem besagten Vorfall mit den beiden Jugendlichen kam, aber noch gar nicht begonnen. Eröffnet werden soll sie offiziell erst am 15. Mai. Darum waren jetzt Feuerwehr und Rettungsdienst in Einsatz, nachdem diese von einem Mitarbeiter des Restaurants „Eixer Haus am See“ alarmiert worden waren.

Zwei Jugendliche im Alter von 15 und 16 Jahren wollten am Abend zu einer Boje auf dem See schwimmen und kamen an dieser auch an – doch zurück schafften sie es aus eigenen Kräften nicht mehr. Sie wurden von den alarmierten Kräften per Boot an Land und anschließend per Rettungswagen ins Krankenhaus gebracht.

Vorfälle wie diesen gebe es am Eixer See Jahr für Jahr immer wieder, sagt Ulrike Hofmann. Häufig würden Schwimmerinnen und Schwimmer sich bei ihren eigenen Kräften verkalkulieren und sich zu weit hinauswagen. „Wenn man nicht regelmäßig schwimmt, kann man die Strecke womöglich nicht ein-

schätzen“, weiß Hofmann, die bei der DLRG Peine auch für die Rettungsschwimmausbildung zuständig ist. Etwas, das man tun könne, wenn die Kräfte auf dem Wasser schwinden: „toter Mann“ spielen. Also: sich mit entspannten Muskeln auf den Rücken legen und an der Wasseroberfläche treiben lassen. Doch das sollte man vorher geübt haben, sagt Hofmann: „Viele können das gar nicht.“ Obwohl es an sich gar nicht so schwer sei. Wenn man es denn kann, sollte man sich im Fall der Fälle mit leichten Armbewegungen langsam in Richtung Ufer begeben.

Am vernünftigsten sei es ohnehin, beim Schwimmen immer in Ufernähe zu bleiben, wenn man keine „Vollprofi-Wasserratte“ ist. Ganz besonders, wenn man ohne Begleitung einen Badeausflug macht und allein ins Wasser geht. Ist man hingegen mit mehreren Leuten am Gewässer und will ohne Begleitung hinausschwimmen, sollte man den anderen in der Gruppe wenigstens vorher Bescheid geben, sagt Hofmann.

In jedem Fall hilfreich sein könne eine Schwimmboje: Diese gebe es unter anderem in Sportgeschäften für um die 25 Euro. Modelle gebe es in unterschiedlichen Größen, also geeignet für Menschen mit verschiedener Körpergröße und Gewicht. Die aufblasbare Boje ziehe man mit einem am Körper befestigten Gurt hinter sich her, schildert Hofmann. „Sie gibt Sicherheit – und beim Schwimmen stört sie überhaupt nicht.“ Es müsse einem auch überhaupt nicht peinlich sein, wenn man mit Boje im Wasser unterwegs ist – Rettungsschwimmer hätten schließlich auch welche.

An der Schwimmboje könnte sich im Notfall auch eine zweite Person festhalten. Zum Beispiel

nicht nur dann, wenn einem die Puste ausgeht, sondern auch dann, wenn man einen Krampf im Wasser hat. In dem Fall wäre es schließlich auch schwierig mit „toter Mann“. Ein zusätzlicher Vorteil: Einige Bojen hätten wasserdichte Fächer, in denen sich beispielsweise Mobiltelefone oder Portemonnaies verstauen lassen, sagt Hofmann. So müsse man keine Sorge haben, dass die wertvollen Gegenstände am Ufer gestohlen werden, während man selbst im Wasser ist. Außerdem hätten die Bojen in der Regel auffällige Signalfarben, die man auch aus größerer Entfer-

nung noch sehen kann.

Kein adäquater Ersatz für eine Schwimmboje sei eine Luftmatratze. „Das ist ein Spielgerät, das nicht zur Rettung geeignet ist“, betont Hofmann. Sicherlich gebe sie auf dem Wasser den nötigen Auftrieb. Doch fällt man herunter, könne die Luftmatratze ganz schnell davontreiben oder vom Wind weggeweht werden – und dann nütze sie einem auch nichts mehr. Bei Schwimmreifen sei es ganz ähnlich, auch aus diesen könne man rauskippen, woraufhin sich der Reifen ganz schnell davonmachen könne.

Was am Eixer See auch immer

wieder vorkomme: Kinder spielen mit einem Ball, dieser landet im Wasser und treibt hinaus. Dann würden die Kinder oft versuchen, dem Ball hinterherzuschwimmen, doch das sei normalerweise ein hoffnungsloses Unterfangen, weiß Hofmann. Denn der Ball treibe in der Regel schneller ab, als die Kinder schwimmen können. Sinnvoller sei es, zu warten, bis der Ball am gegenüberliegenden Ufer ankommt, um ihn dort einzusammeln. Darauf würden die Ehrenamtlichen der DLRG die Kinder auch immer wieder hinweisen, erzählt Hofmann.



Das Team der DLRG Peine im Einsatz am Eixer See: Hier wagen sich oft unvorsichtige Schwimmer zu weit hinaus.

FOTO: ISABELL MASSEL/ARCHIV

ETTERSCHAUS
SELECTION

NATURPARK HARZ

Ab 289 € pro Person 2 Nächte

HARZTHERME – ZEIT FÜR ERHOLUNG

Reisezeitraum ab sofort bis 20.12.2024 (Feiertage ausgenommen)
Ihre Anreise ist sonntags bis freitags möglich

- ✓ 1 mal Eintritt in die Sole-Therme Bad Harzburg
- ✓ 2 Übernachtungen im Doppelzimmer „Britz“
- ✓ täglich abwechslungsreiches Frühstück
- ✓ täglich Kaffee- und Kuchenzeit mit hausgebackenem Kuchen
- ✓ täglich Abendessen im Rahmen unserer beliebten Halbpension
- ✓ kostenfreie Nutzung des knapp 1000m² großen Wellnessbereiches mit Innen- und Außenpools sowie der Saunalandschaft

Weitere Zimmerkategorien und Kinderermäßigungen auf Anfrage

Sonnenresort Ettershaus in Bad Harzburg
Tel.: 05322 78789 0
eMail: info@sonnenresort-etttershaus.de

Buchungscode: PAZ-2404-SEH
www.sonnenresort-etttershaus.de

WEINGUT RÖMMERT
SELECTION

FRÄNKISCHE WEINBERGE

Ab 279 € pro Person 2 Nächte

NEUE WEINWELTEN

Reisezeitraum ab sofort bis 31.01.2025 (Feiertage ausgenommen)
Ihre Anreise ist sonntags bis freitags möglich

- ✓ 1 mal Weinführung im Wein-Sensorikum*
- ✓ 2 Übernachtungen im Doppelzimmer „Weingarten“
- ✓ täglich schmackhaftes Frühstücksbuffet
- ✓ täglich Abendessen im Rahmen der Halbpension
- ✓ freie Nutzung des über 900m² großen Spabereichs mit kombiniertem Innen-/Außenpool, Saunen, Massage- und Wellnessanwendungen, Ruhezone und Liegebereich auf der Dachterrasse

Weitere Zimmerkategorien und Kinderermäßigungen auf Anfrage

Sonnenhotel Weingut Römmert in Volkach
Tel.: 09381 71816 0
eMail: info@sonnenhotel-weingut-roemmert.de

Buchungscode: PAZ-2404-SWR
www.sonnenhotel-weingut-roemmert.de