

Sikkerheit am Strand

TrygFonden
kystlivredning



Einen schönen Sommer!

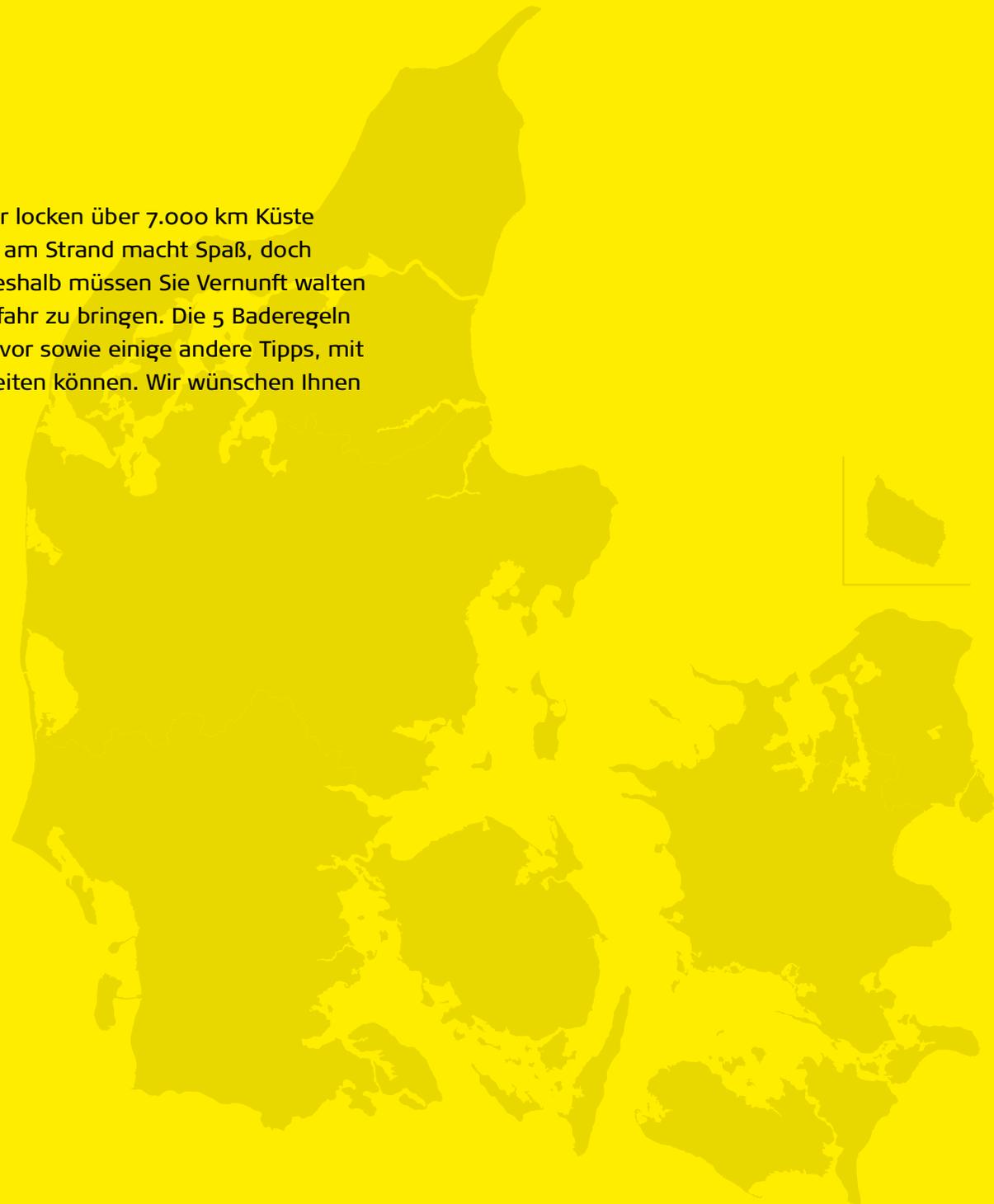
Dänemark ist von Wasser umgeben und jeden Sommer locken über 7.000 km Küste große und kleine Wasserliebhaber ins Freie. Das Leben am Strand macht Spaß, doch Wasser kann wild und die Strömung gefährlich sein. Deshalb müssen Sie Vernunft walten lassen und es vermeiden, sich selbst und andere in Gefahr zu bringen. Die 5 Baderegeln sind die Verkehrsregeln am Strand. Wir stellen sie hier vor sowie einige andere Tipps, mit denen Sie sich auf eine schöne Zeit am Wasser vorbereiten können. Wir wünschen Ihnen einen schönen und sicheren Sommer.

Respektieren Sie Wasser

Jedes Jahr ertrinken in Dänemark etwa 125 Menschen.

- Männer ertrinken viel häufiger als Frauen, da sie öfter Risiken eingehen.
- Alkohol ist ein wesentlicher Faktor bei jedem dritten tödlichen Badeunfall unter Erwachsenen und viele ertrinken, wenn sie alleine baden.
- Brandungsrückströme verursachen alljährlich Panik bei Badenden, die ertrinken, weil sie die einfache Technik nicht kennen, mit der man der Strömung entkommt.

Befolgen Sie die 5 Baderegeln und handeln Sie vernünftig, damit Sie auf sich selbst und andere im Wasser aufpassen können.



Beachten Sie die 5 Ratschläge für sicheres Baden



1. Lernen Sie Schwimmen

Wenn Sie schwimmen können, können Sie sich selbst und andere vor dem Ertrinken retten. Wenn Sie ins Wasser gehen, obwohl Sie nicht schwimmen können, sollten Sie eine Stelle finden, wo Sie stehen können und das Wasser still ist.



2. Gehen Sie niemals allein ins Wasser

Wenn Sie mit anderen ins Wasser gehen, können Sie auf einander aufpassen und schnell reagieren, wenn etwas passiert. Das ist sicherer für alle. Vermeiden Sie gefährliche Spiele im Wasser und rufen Sie niemals aus Spaß um Hilfe.



3. Beachten Sie Wind und Wasser

Sehen Sie sich gründlich um und denken Sie nach, bevor Sie ins Wasser gehen. Kontrollieren Sie die Tiefe des Wassers und die Strömungsverhältnisse und beachten Sie die Windrichtung. Bei ablandigem Wind treiben Badetiere, Gummiboote und Luftmatratzen schnell aufs Meer hinaus. Es besteht auch größere Gefahr, auf Feuerquallen zu stoßen. Bei auflandigem Wind besteht größere Gefahr für starken Strom bei Brandungsrückströme.



4. Machen Sie sich mit dem Strand vertraut

Ein neuer Strand kann voller Überraschungen sein, die mit dem bloßen Auge nicht erkennbar sind. Fragen Sie die Ansässigen oder einen Rettungsschwimmer nach den Besonderheiten des Strandes, bevor Sie ins Wasser gehen. Fährt hier eine Schnellfähre vorbei, die hohe Wellen verursachen kann? Fällt der Strand besonders steil ab? Gibt es Molen oder Buhnen, die die Strömung beeinflussen? Lesen Sie außerdem immer die Informationsschilder am Strand.



5. Lassen Sie Kinder nie aus den Augen

Bleiben Sie immer in der Nähe Ihrer Kinder, wenn Sie im Wasser sind, damit Sie einander hören können und Sie eingreifen können, falls dies notwendig sein sollte. Selbst größere Kinder, die gut im Hallenbad schwimmen können, können bei Strömung und Wellen schnell in Schwierigkeiten geraten. Lassen Sie Ihre Kinder nie aus den Augen und lassen Sie sich nicht ablenken.

So verstehen Sie Wind und Meer

Wassertiefe

Wenn der Strand steil auf das Wasser zu abfällt, ist es sehr wahrscheinlich, dass das Wasser schnell und plötzlich sehr tief wird. Hohe Wellen, die über den Strand hereinbrechen, sind auch ein Zeichen dafür, dass das Wasser in der Nähe des Strandes tief ist. Vielleicht sind es nur ein bis zwei Meter, bevor Sie den Boden unter den Füßen verlieren. Ist der Strand flach und breit, gibt es in der Regel auch Sandbänke. Oft kann man auf den Sandbänken stehen. Doch es ist nicht sicher, dass Sie auch zwischen ihnen stehen können.

Windrichtung

Bäume und Fahnen können Ihnen die Windrichtung anzeigen. Sie können auch eine Handvoll trockenen Sand aus der Hand rieseln lassen und sehen, aus welcher Richtung der Wind weht. Bei ablandigem Wind ist das Wasser kälter. Es kommen auch mehr Quallen vor. Verwenden Sie niemals aufblasbares Spielzeug, Luftmatratzen, Gummiboote oder Badetiere bei ablandigem Wind, da diese blitzschnell aufs Meer treiben können. Bei auflandigem Wind erhöht sich die Gefahr für aktive Brandungsrückströme.

Strömungsrichtung

Beachten Sie die Bewegungen auf der Wasseroberfläche. Wenn die Wellen Gischt bilden, können Sie sehen, wohin die Gischt fließt und so der Strömung folgen. Bei starkem, auflandigem Wind können Sie vielleicht den Ausfluss in eine Brandungsrückstrom erkennen. Hier ist das Wasser unruhig, trübe und/oder sehr gischtig und die Strömung unter der Oberfläche ist stark ablandig.



Verlieren Sie nie Ihre Kinder aus den Augen

Wenn Kinder ertrinken, geschieht dies oft schnell, plötzlich und ganz leise. Kinder rufen weder um Hilfe noch schlagen sie mit den Armen aus, wenn sie in Schwierigkeiten geraten. Sie verschwinden einfach. Deshalb ist es wichtig, dass sowohl kleine als auch größere badende Kinder von einem Erwachsenen beaufsichtigt werden. Erklären Sie Ihnen, dass wir am und im Wasser genauso gut aufeinander aufpassen

müssen wie im Straßenverkehr. Sorgen Sie für einen sicheren und überschaubaren Rahmen für Ihre Kinder und lassen Sie sie nie aus den Augen. Als Eltern dürfen Sie Ihre Kinder nie aus den Augen verlieren. Sie dürfen Ihre Kinder niemals alleine am oder im Wasser bleiben lassen. Auch nicht, wenn Sie nur auf die Toilette müssen oder etwas aus dem Auto holen wollen. Nehmen Sie sie mit.



So kommen Sie sich aus einem Brandungsrückstrom heraus



Ein Brandungsrückstrom kann an einer Lücke zwischen den Sandbänken am Strand entstehen. Aktive Rückströme führen das Wasser der Brandungswellen ins Meer zurück und verursachen den Tod vieler Badegäste, da diese in Panik geraten oder aus Erschöpfung ertrinken. Es braucht jedoch nicht so weit zu kommen, wenn Sie diese einfachen Regeln beachten:

- Kämpfen Sie nicht gegen die Strömung an.
- Bewahren Sie Ruhe. Sie werden nicht in die Tiefe gezogen.
- Schwimmen Sie zur Seite und parallel zum Strand und danach wieder an Land.

Sie können Brandungsrückströme oft vom Land aus erkennen. Achten Sie auf Stellen, an denen sich die Wellen brechen. Eine Stelle mit weniger Brandung kann auf einen Brandungsrückstrom hindeuten, da sich die Wellen hier nicht ebenso stark wie an der übrigen Sandbank brechen.

Sehen Sie sich nach den grünen Schildern um



Strände im ganzen Land erhalten zurzeit ein grünes Schild mit einer eindeutigen Zahl, die bei Notrufen (1-1-2) angegeben werden muss. Dies beschleunigt die Ankunft des Rettungswagens, da der Fahrer genau weiß, wo Sie sich befinden. Sehen Sie sich nach den grünen Schildern am Strand und den Rettungsringen und Rettungsleinen mit Schwimmkörper um.

Versuchen Sie's mit einem Kälteschutzanzug

Immer häufiger nehmen Badegäste einen Kälteschutzanzug mit an den Strand. Er verleiht Ihnen Auftrieb im Wasser und schützt vor Sonne, Kälte und Quallen. Es gibt sie mittlerweile auch preiswert in manchen Supermärkten.

Was bedeuten die Fahnen?

Fahne auf dem Rettungsschwimmerturm



Rettungsschwimmer vor Ort.



Gefahr. Z.B. starke Strömung. Seien Sie besonders aufmerksam.



Lebensgefahr. Baden verboten.

An einigen Stränden finden Sie auch eine grüne Fahne. Diese bedeutet: „Gute Badeverhältnisse. Baden erlaubt. Seien Sie jedoch aufmerksam.“

Bei TrygFonden Kystlivredning hat die rot-gelbe Fahne die grüne Fahne, die Sie an manchen Stränden noch finden können, aufgrund internationaler Richtlinien ersetzt.

Zwei Fahnen am Strand



Fürs Baden empfohlener Bereich, von Rettungsschwimmern überwacht. Schwimmen Sie zwischen den Fahnen.



Finden Sie unsere Rettungsschwimmertürme

Unsere Rettungsschwimmertürme sind in den Kalenderwochen 26 bis 33 jeden Tag von 11:00 bis 19:00 Uhr mit ausgebildeten Küstenrettungsschwimmern bemannt. Wenn die Fahne auf dem Rettungsschwimmerturm gehisst ist, überwachen die Rettungsschwimmer den Bereich zwischen den beiden rot-gelben Fahnen. Deshalb empfehlen wir, dass Sie sich zwischen ihnen aufhalten.

Erste Hilfe bei Badeunfällen



1. Untersuchen Sie, ob der Verunglückte bei Bewusstsein ist.

Sprechen Sie den Verunglückten an und schütteln Sie ihn vorsichtig. Reagiert er nicht, ist er bewusstlos.



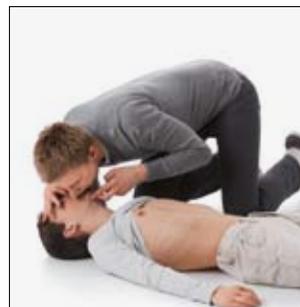
2. Sorgen Sie dafür, dass die Luftwege frei sind

Heben Sie das Kinn hoch und überstrecken Sie den Kopf.



3. Untersuchen Sie, ob der Verunglückte atmet

Versuchen Sie, den Atem zu hören und auf Ihrer Wange zu fühlen. Kontrollieren Sie, ob sich der Brustkorb hebt und senkt.



4. Führen Sie eine Atemspende durch

Atmet er nicht, muss die Beatmung sofort fünf Mal durchgeführt werden. Der Brustkorb muss sich bei der Beatmung heben und beim Ausatmen senken.



5. Beginnen Sie mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung

Führen Sie Herzdruckmassage und Atemspende durch. 30 Mal drücken und 2 Mal beatmen. Drücken Sie in der Mitte des Brustkorbs und beatmen Sie durch den Mund.



6. Rufen Sie 1-1-2

Bitten Sie jemanden in der Nähe, 1-1-2 zu rufen, während Sie den Verunglückten wiederbeleben. Sind Sie alleine, setzen Sie die Herz-Lungen-Wiederbelebung eine Minute lang fort, bevor Sie 1-1-2 rufen. Setzen Sie die Wiederbelebung fort, bis der Rettungsdienst eintrifft.

Erlebnisse wie Sand am Meer im Experimentarium

TrygFonden und das Experimentarium laden mit ihrer Gemeinschaftsausstellung „VAND – et hav af oplevelser“ („WASSER – Erlebnisse wie Sand am Meer“) zu einer knochentrocken Rutschfahrt im feuchten Element ein. Sie befinden sich auf 850 m² abwechselnd auf dem, im und unter dem Meer, um den Zauber des Meeres zu erforschen. Sie lernen mit dem ganzen Körper, wenn Sie auf einer gigantischen Surfwelle dahersausen oder die Strömung, die Sie in einem Brandungsrückstrom mitreißt, fühlen. Hier gibt es eine Planschgarantie für die Kleinsten und gewagte Wasserherausforderungen für die Großen.

Lesen Sie mehr (auf Englisch) bei experimentarium.dk

TrygFonden Kystlivredning fokussiert auf die Sicherheit am Wasser. Wir haben langjährige Erfahrung mit der Vorbeugung von Unfällen an dänischen Stränden und in Häfen mithilfe von Informationen, Ausstattung und Bemannung. Unsere International zertifizierten Rettungsschwimmer nehmen jedes Jahr an tausenden von Aktionen teil, bei denen Leben gerettet werden und die Sicherheit schaffen.

TrygFonden
kystlivredning

