

## Damit nichts passiert ....

Es ist toll, dass man in unseren Flüssen wieder baden kann. Doch in strömungsreichen Flüssen wie der Elbe lauern auch Gefahren. Damit z.B. der Elbebadetag und der BIG Jump ein schönes, unbeschwertes Fest und ein großer Erfolg wird, sollten Sie beim Baden unbedingt die folgenden Grundregeln beachten. Sie wurden von Experten der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) zusammengestellt:

### Allgemeine Sicherheitshinweise

- X** Baden Sie ausschließlich an den von den Veranstaltern für diesen Tag ausgewiesenen offiziellen Badestellen, an denen die Rettungsschwimmer der DLRG bzw. der Wasserwacht anwesend sind und nur zu den offiziell bekannt gegebenen Zeiten.
- X** Jeder Schwimmer sollte sich vor dem Bad in fließenden Gewässern bei Veranstaltern oder Ortskundigen über mögliche Gefahren wie Strömungen, Wassertiefe, Brücken und Schiffsverkehr informieren.
- X** In fließenden Gewässern gibt es starke, oft unerwartete Strömungen und überraschende Untiefen. Schwimmen Sie daher in Flüssen nur, wenn Sie fit sind und über eine gute Kondition verfügen. Überschätzen Sie nicht Ihre eigene Leistungsfähigkeit.

- X** Gehen Sie stets vorsichtig ins Wasser. Ein waghalsiger Sprung führt leicht zu schmerzhaften Verletzungen. Benutzen Sie nur frei zugängliche und gut einsehbare Stellen. Meiden Sie steinige und bewachsene Uferzonen, geschützte Gebiete, Schilfgürtel, Brut- und Laichgebiete.
- X** Legen Sie schon vor dem Gang ins Wasser den Ort fest, wo Sie das Wasser wieder problemlos verlassen können. Berücksichtigen Sie dabei die Strömung.
- X** Machen Sie keine Extratouren. Denken Sie daran: Wenn Sie alleine baden, kann Ihnen bei einem Unfall niemand helfen oder Hilfe holen.
- X** Vorsicht bei Brückenpfeilern. Die unter Wasser befindlichen Sockel sind gefährliche Hindernisse. Sie verändern die Strömungsverhältnisse (Sogwirkung). Gleiches gilt für Bunenfelder. Umschwimmen Sie diese Bereiche weiträumig.
- X** Halten Sie unbedingt großen Abstand zu Häfen, Wehren, Schleusen (alle mind. 100 m), Industrieanlagen, Spundwänden und Fahrrinnen der Schiffe.
- X** Achten Sie beim Schwimmen sorgfältig auf Treibgut und Unterwasserhindernisse (entsorgte Fahrräder). Achtung Verletzungsgefahr.

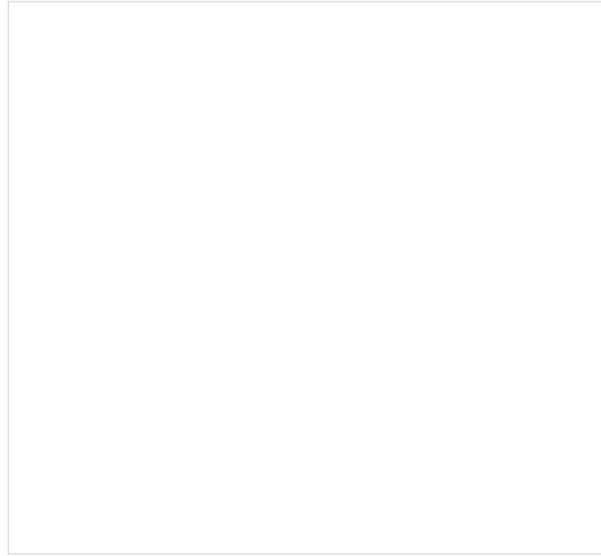
- X** Bei einem Sturz ins Wasser oder ersten Anzeichen von Erschöpfung gilt grundsätzlich: Schwimmen Sie sofort mit der Strömung (nie dagegen) ans Ufer. Sandbänke und Flachwasserbereiche sind im Falle der Erschöpfung wichtige Zufluchtsorte.
- X** Bitte beachten Sie: Die Gezeitenströmung verstärkt zum Teil die normale Flusströmung erheblich.
- X** Bleiben Sie nicht zu lange im Wasser. Flusswasser erwärmt sich nicht so stark, wie Wasser in Seen oder Bädern. Beachten Sie die Gefahr einer Unterkühlung.
- X** Aufblasbare Wassertiere, Reifen und Wasserbälle sind Spielzeug und keine Hilfsmittel zum Baden und Schwimmen. Besonders Luftmatratzen verleiten dazu, sich unkontrolliert treiben zu lassen. Diese Gegenstände haben in Fließgewässern nichts zu suchen.
- X** Trinken Sie vor dem Baden keinen Alkohol und vermeiden Sie ein Bad unmittelbar nach einer Mahlzeit.

**LEBENDIGE  
ELBE**



Bitte fragen Sie beim örtlichen Veranstalter nach, ob und wo gebadet werden kann.

Veranstalter:



Badetag: Die lebendige Elbe am eigenen Leib spüren. Sich der Strömung bewusst werden, die Segen aber auch Gefahr sein kann.

Wir freuen uns auf den 17. Juli: Menschen begegnen sich, die gemeinsam »ihre« Elbe erleben, den Fluss, der uns im Elbkinderland verbindet.

Rolf Zuckowski



[www.elbkinderland.de](http://www.elbkinderland.de)

Rolf Zuckowski ist Schirmherr des Elbkinderland e.V.. Der Verein fördert das musische Miteinander der Jugend entlang der Elbe

## Elbebadetag 17. Juli 2005



## Tipps für sicheres Baden



Deutsche Lebens-Rettungs-  
Gesellschaft e.V.

Die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft, die Deutsche Umwelthilfe e.V. und das Verlagshaus Gruner + Jahr danken Ihnen fürs Mitmachen beim Elbebadetag und für Ihre Vorsicht beim Baden!

Weitere Auskünfte über die Sicherheit im und am Wasser erhalten Sie bei der

Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft  
Im Niedernfeld 2  
31542 Bad Nenndorf  
oder im Internet unter  
[www.DLRG.de](http://www.DLRG.de)

### Herausgegeben von:

Deutsche Umwelthilfe e.V.  
Fritz-Reichle-Ring 4  
78315 Radolfzell  
Tel. 07732/99 95-0  
Fax 07732/99 95-77  
<http://www.elbebadetag.de>  
E-mail: [info@duh.de](mailto:info@duh.de)

In Zusammenarbeit mit dem Verlagshaus Gruner + Jahr und der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) anlässlich des Elbebadetages am 17. Juli 2005.