

# Gefahren im und am See

Die Seen in unserer Region sind meist unbewachte Gewässer.

Hier ist im Notfall ggf. nicht mit schneller Hilfe zu rechnen. Bei einigen Gewässern besteht sogar ein konkretes Badeverbot, an das Sie sich halten sollten.

Rufen Sie im **Notfall** immer schnellstmöglich die **112** an.

## Halten Sie sich an einem Badesee unbedingt an folgende Regeln:

- Achten Sie immer auf Ihre Kinder. Halten Sie Nichtschwimmer oder schlechte Schwimmer immer im Auge und sorgen sie dafür, immer schnellstmöglich reagieren zu können.
- Gehe Sie generell nur zum Baden, wenn Sie sich wohl fühlen.
- Gehe Sie niemals mit vollem oder ganz leerem Magen baden. Meiden Sie alkoholische Getränke vor dem Baden. Alkohol vermindert die Reaktionsfähigkeit und kann schneller zu Muskelkrämpfen führen. Außerdem führt Alkohol zu einem enthemmten Verhalten und lässt reale Gefahren schlechter einschätzen.
- Kühlen Sie sich ab, bevor Sie ins Wasser gehen.
- Personen die nicht oder nur schlecht schwimmen können, sollen nur bis zum Bauch ins Wasser gehen. Der Grund des Sees kann sehr schnell abfallen.
- Nehmen Sie Rücksicht auf andere, besonders auf kleinere Kinder und ältere Menschen.
- Überschätzen Sie niemals Ihre Kraft und Ihr Können. Schwimmen Sie nie alleine und zu weit raus. Die Entfernung zum anderen Seeufer ist oft länger als Sie das einschätzen.

## Wichtige Hinweise für Ihre Sicherheit

- Springen Sie nur ins Wasser, wenn es tief genug ist und Sie keinen anderen Schwimmer gefährden.
- An bewachten Badestellen verlassen Sie nicht die gekennzeichneten Badezonen. Die Wassertiefe kann ab dort stark abfallen. Das Wasser hinter der Kennzeichnung kann meist durch Rettungsschwimmer nicht mehr eingesehen werden.
- Bewachsene und sumpfige Zonen sind gefährlich und es besteht hier oft ein Badeverbot.
- Baden Sie nicht, wo Schiffe, Boote und Surfer fahren.
- Schützen Sie sich vor starker Überhitzung in der Sonne. Halten Sie sich ggf. im Schatten auf. Springen Sie nicht direkt nach einem Sonnenbad ins erheblich kältere Seewasser. Das Wasser ist nur an der Oberfläche warm.
- Luftmatratzen, Autoschläuche, Gummitiere oder ähnliche mit Luft gefüllten Gegenstände bieten Ihnen keine Sicherheit. Nichtschwimmer begeben sich damit ggf. in Lebensgefahr. Außerdem können Sie bei aufkommenden Winden schnell auf den See abgetrieben werden.
- Verlassen Sie das Wasser sofort, wenn Sie frieren.
- Bei Gewitter ist Baden lebensgefährlich. Verlassen Sie das Wasser sofort.
- Halten Sie das Wasser und die Umgebung immer sauber. Abfälle entsorgen Sie in den Mülleimer oder nehmen diese wieder mit. Vermeiden Sie Glasbruch.

<https://rhein-sieg.dlrg.de/gefahren-am-see>