

PRESSEAUSSENDUNG

SICHER IM WASSER – ERTRINKEN IST VERMEIDBAR!

SELBSTRETTUNGSKOMPETENZEN DURCH DEN WASSER-SICHERHEITS-CHECK

Mit den warmen Temperaturen startet auch die Hochsaison für Ertrinkungsunfälle. Dabei sind Kinder am meisten gefährdet. Sicheres Vorarlberg weist deshalb eindringlich darauf hin, Kinder im und am Wasser nie aus den Augen zu lassen und Schwimmkenntnisse zu fördern.

Ertrinken passiert meist lautlos. Sowohl Kinder als auch Erwachsene haben normalerweise keine Möglichkeit mehr auf sich aufmerksam zu machen. So sind in 90 Prozent der Ertrinkungsunfälle von Kindern, Erwachsene in unmittelbarer Nähe, jedoch abgelenkt.



„Ertrinken ist die häufigste Unfallursache mit Todesfolge bei Kleinkindern und die zweithäufigste bei Kindern. Auf ein tödlich verunglücktes Kind kommen vier Kinder, die stationär aufgenommen werden müssen und oft das Krankenhaus mit irreversiblen Gehirnschäden verlassen“, so **Landesrätin Martina Rüscher**. Bereits wenige Minuten unter Wasser reichen, um schwere Schäden herbeizuführen. Einer der Gründe für das hohe Ertrinkungsrisiko bei den Kleinsten ist der sogenannte „Totstellreflex“, der bei Kindern bis drei Jahre auftritt. Aus bisher ungeklärter Ursache können sie den Kopf nicht aus dem Wasser heben, selbst wenn die Wassertiefe nur wenige Zentimeter beträgt. Dabei gibt es einfache Maßnahmen, um Ertrinkungsunfälle zu verhindern. „Denken Sie daran, im privaten Bereich alle Gefahrenquellen entsprechend abzusichern, wenngleich sie auf den ersten Blick als ungefährlich erscheinen. Platschbecken immer nach Gebrauch ausleeren, Biotop einzäunen, Pools und Regentonnen abdecken und die Aufsichtspflicht bewusst wahrnehmen“, appelliert Martina Rüscher. Sie ist überzeugt, dass die Sensibilisierung hinsichtlich Ertrinkens absolut notwendig ist. „Abschließend ein Dankeschön an das Team von Sicheres Vorarlberg für diese wichtige Initiative und die wertvolle Arbeit, die hier geleistet wird“, so die Landesrätin für Gesundheit und Sport.

Selbstrettungskompetenzen mit dem Wasser-Sicherheits-Check

Neben der Absicherung von Gefahrenquellen und der uneingeschränkten Aufsicht durch Erwachsene sind gute Schwimmkompetenzen ein wichtiger Schutz vor dem Ertrinken. Umso erschreckender, dass immer mehr Kinder nicht ausreichend Schwimmen können. „Ein absolvierter Schwimmkurs allein macht ein Kind noch nicht zum/r sicheren Schwimmer:in. Nicht selten gibt es nach Ende des Schwimmkurses einen starken Peak bei den Unfallzahlen, da Eltern ihr Kind in Sicherheit glauben. Und darin liegt auch eine gewisse Gefahr. Deshalb wurde von Sicheres Vorarlberg in Zusammenarbeit mit weiteren Expert:innen der Wasser-Sicherheits-Check entwickelt, um Kindern zusätzlich notwendige Selbstrettungskompetenzen zu vermitteln,“ so **Mario Amann, Geschäftsführer von Sicheres Vorarlberg**. Der Wasser-Sicherheits-Check basiert auf jahrelangen Erfahrungen der bfu Schweiz und

der Lifesaving Society Kanada und wurde auf die Bedürfnisse der Kinder in Vorarlberg angepasst. Im Zuge der Programmentwicklung wurden für Schwimmer und Nicht-Schwimmer folgende Kategorien festgelegt und bei den jeweiligen Kursen eingeteilt:

- ✓ Nicht-Schwimmer: Kann in keinem Stil 12 Meter schwimmen und nicht tauchen
- ✓ Leicht-Schwimmer: 12 Meter schwimmen sind möglich, Stellungs- und Atmungsfehler
- ✓ Schwimmer: 12 Meter schwimmen sind leicht zu schaffen, Atmung sowie Bein- und Armbewegungen stimmen

Das Angebot ist für Volksschüler:innen der zweiten und dritten Klasse konzipiert, da die Einheiten körperlich fordernd sind. In den Jahren 2019 bis 2022 haben 1.191 Kinder den Wasser-Sicherheits-Check vollständig absolviert (Anmerkung: aufgrund der Corona-Pandemie konnten nicht alle Kurse durchgeführt werden). Basierend auf den oben angeführten Kriterien wurden von allen Absolvent:innen in der Gruppe der zweiten und dritten Volksschulklassen 27 Prozent als Nicht-Schwimmer, 33 Prozent als Leicht-Schwimmer und 40 Prozent als Schwimmer eingestuft.

Im Jahr 2022 wurden von März bis Juli ca. 440 Kinder für die Notfall-Basics im Wasser trainiert. In der Auswertung dieser Kurse (Abb. 1) wird ersichtlich, dass jede:r Zehnte Schwimmer:in das Programm nicht positiv abschließen konnte. Umso wichtiger ist es, dass auch gute Schwimmer:innen diese Notfalltechniken erlernen.

Die Grafik zeigt zudem, dass 23 Prozent der Nicht-Schwimmer:innen den Wasser-Sicherheits-Check positiv abgeschlossen haben. Daraus lässt sich schließen, dass Selbstrettungskompetenzen mit einigen Trainingseinheiten erlernbar sind, wenngleich die Sicherheit beim Schwimmen noch nicht voll ausgereift ist.



Abbildung 1: Einteilung nach Schwimmkompetenzen vor Absolvierung des Wasser-Sicherheits-Checks und im Vergleich dazu jeweils die Anzahl der Kinder, die das Programm positiv absolviert haben (Zeitraum: März bis Juli 2022).

Ziele

Der Wasser-Sicherheits-Check ist die Minimalanforderung im Bereich Schwimmen und soll Kindern in drei Doppelstunden Selbstrettungskompetenzen vermitteln. „*Sie sollen aber trotzdem nie alleine und unbeaufsichtigt baden oder schwimmen gehen*“, erklärt Amann. „*Deshalb ist die Information der Eltern über mögliche Gefahrenquellen ein wichtiger Bestandteil des Projekts. Der Wasser-Sicherheits-Check ist kein klassischer Schwimmkurs, sondern ein wichtiger erster Schritt, um sicher im und am Wasser zu sein. Hier erlernen die Kinder Notfalltechniken, für Anfänger, Fortgeschrittene und Profis*“, so Amann weiter.

„*Die mit dem Programm erlangte Mindestkompetenz soll Kinder befähigen, sich nach einem Sturz ins Wasser selbst an den Beckenrand oder ans Ufer zu retten. Zusätzlich soll mehr Sicherheit im Tiefwasser gewonnen werden*“, betont Mario Amann. Ziel ist es weiterhin, den Wasser-Sicherheits-Check flächendeckend auszurollen. Im nächsten Jahr wird es dazu eine Kooperation mit der Regionalentwicklung Bregenzerwald geben, um dieses Gebiet komplett abzudecken.

Übungen

Um den Wasser-Sicherheits-Check zu bestehen, müssen folgende Aufgaben hintereinander und ohne Unterbrechung durchgeführt werden:

- ✓ Rollen vom Rand in tiefes Wasser
- ✓ 1 Minute an Ort über Wasser halten
- ✓ 50 Meter schwimmen und selbständig aus dem Wasser steigen

Vorab werden drei Unterrichtseinheiten durch die Lehrpersonen in der Klasse selbst durchgeführt. Ablauf und Materialien werden zu Verfügung gestellt. Durch unsere ausgebildeten Trainer:innen werden drei standardisierte Wasser-Einheiten durchgeführt. „*Es ist sehr wertvoll, dass wir in Kleingruppen ein fast individuelles Training umsetzen können. Damit garantieren wir eine stabile Qualität, was hier besonders wichtig ist*“, erklärt **Schwimmtrainerin Angelika Scheidl**. Abgeschlossen wird mit dem Wasser-Sicherheits-Check. Die Schule erhält im Anschluss die Ausweise für alle Kinder, die bestanden haben.

Schwimmbäder als Kooperationspartner

Auch die Vorarlberger Bäder ziehen mit und sind wichtige Kooperationspartner für die Umsetzung des Programms. „*Wir bekommen jeden Tag hautnah mit, wie schnell ein Unfall im Wasser passieren kann und wie wesentlich es ist, dass Kinder nicht nur Schwimmen können, sondern auch Techniken beherrschen, um nicht sofort in Panik zu geraten und gegebenenfalls sicher und selbständig aus dem Wasser zu steigen*“, betont **Ewald Petritsch, Geschäftsführer im Erholungszentrum Rheinauen**.

Pressekontakt für Rückfragen:

Caroline Merlin

Kommunikation & PR

T +43 5572 54343-0 | caroline.merlin@sicheresvorarlberg.at

Freundliche Grüße

Mario Amann, Dr. B.A.

SICHERES VORARLBERG

Datum 04.07.2022
Inhalt 940 Wörter | 7207 Zeichen
Beilage 1 Foto | Quelle: Bernhard Rogen