

Editorial

Liebe Leserinnen und Leser,



Vor euch liegt eine Jubiläumsausgabe. Vor genau zehn Jahren erschien die nordrheinische Regionalausgabe des *Lebensretter* zum ersten Mal.

Damals hatte der regionale Teil acht Seiten, der bundesweite Mantel umfasste inklusive Umschlag 24 Seiten. Das Titelthema befasste sich mit dem „langen Weg zum sicheren Schwimmer“ – und ist heute noch so aktuell wie damals, zum Beispiel im NRW-weiten Kooperationsprojekt „QuietschFidel“ (vgl. *LR Nordrhein 3/2011*). Das regionale Schwerpunktthema war die „boot“ in Düsseldorf, der DLRG-Stand war damals noch ausschließlich von unserem Landesverband organisiert. Natürlich spielt die größte Wassersportmesse der Welt auch in dieser Ausgabe wieder eine Rolle, denn der Empfang auf dem Messestand hat unter anderem durch die Intensivierung der Kooperation mit unserem Schwesterverband Westfalen inzwischen durchaus auch eine politische Dimension erreicht.

Und damit sind wir in der Gegenwart angekommen: Auch wenn der Rückblick zeigt, dass die Themen der Vergangenheit für uns immer noch aktuell sind, so ergeben sich auch ständig neue Felder, in denen wir am Ball bleiben. Ein Beispiel dafür ist die Finanzierung unserer Aufgaben, wie sie bei der Podiumsdiskussion beim boot-Empfang zum Teil thematisiert wurde. Aber wir blicken optimistisch in die Zukunft. Denn auch für den Landesverband gilt, was der *Lebensretter* uns gezeigt hat: Eine gute Entwicklung, trotz oder gerade wegen aller Schwierigkeiten, eine hohe Aktualität und eine enge Beziehung zu den Mitgliedern des LV. Das macht uns aus und so starten wir in die nächsten zehn Jahre.

Reiner Wiedenbrück
Präsident

Bewegung?
Veränderung?
FÜR MICH?

Keine CD eingeklebt? Kein Problem. Dirk Zamiara in der LV-Geschäftsstelle hat noch ein paar: DLRG LV Nordrhein, Jan-Schmitz-Haus, Niederkasseler Deich 293, 40547 Düsseldorf, Tel.: 0211/53606-20, E-Mail: Dirk.Zamiara@nr-dlrg.de



Zeit für gute Nachrichten



Foto: Dieter Franzen

Die Ortsgruppe Kerpen und ihr neues Bad

Vierorts führen erdrückende Kosten zur Schließung von Bädern in kommunaler Hand. In Kerpen fällt demnächst ein Bad dem Braunkohletagebau zum Opfer, für ein anderes wäre die Sanierung unwirtschaftlich gewesen. Dank Konjunkturpaket II wurde ein Neubau unter energetischen Gesichtspunkten möglich. Bedauert wird nur, dass es weder einen Drei-Meter-Turm noch die nötige Wassertiefe für Tauchabnahmen gibt. Schon seit mehreren Jahren wurde in Kerpen über die zukünftige Sicherstellung des Schul- und Vereinsschwimmens diskutiert. Die Instandsetzung des in den 1970er-Jahren erbauten alten Hallenbades war keine Lösung, die Sanierung wäre unwirtschaftlich gewesen. Dazu muss der Kerpener Ortsteil Manheim aufgrund des Braunkohletagebaues in Kürze umgesiedelt werden und das dortige Hallenbad fällt weg. Nach Inkrafttreten des Konjunkturpaketes II entschloss sich die Stadtverwaltung zu einem Neubau, den die angespannte Haushaltslage früher nicht zugelassen hatte.

Nun steht das Bad neben dem Kerpener Gymnasium. Beim Bau spielte Energieeffizienz eine große Rolle: Wärmerückgewinnung und ein Blockheizkraftwerk, das mit der Heizungsanlage der Schule energetisch verbunden ist, waren mitentscheidend für die Standortfrage.

Das Bad ist aufgrund der drei Glasfronten lichtdurchflutet, das Schwimmerbecken mit sechs 25-Meter-Bahnen und das Lehrschwimmerbecken sind mit Edelstahl ausgekleidet. Morgens früh kann das Bad von Frühschwimmern genutzt werden, danach steht es 14 Schulen und ab 16 Uhr den Wassersport-Vereinen zur Verfügung. Im Zuge der offiziellen Eröffnung Mitte November zeigte die OG Kerpen Transport- und Abschleppetechniken sowie Anlandbringen und Lagerung einer bewusstlosen Person. Einziger, aber gravierender Nachteil des neuen Bades: Es fehlt der Drei-Meter-Turm und somit die nötige Wassertiefe zum Tief tauchen. Im Winter kann im Erlebnisbad



Vorführungen der DLRG während der Bad-Eröffnung



Foto: OG Kerpen

Erftlagune und im Sommer im Freibad der Turm genutzt werden. Beide Bäder liegen in anderen Ortsteilen und werden von der Öffentlichkeit genutzt, die wegen des Verunsicherungs-Einschränkungen hinnehmen muss.

Jahrelang hatte die DLRG für den Sprungturm und die entsprechende Wassertiefe gekämpft, damit die Schwimm- und Rettungsschwimmabzeichen ordnungsgemäß abgelegt werden können. Es war ein Kampf ohne große Unterstützung durch die anderen Vereine und die Schulen, der verloren ging. Heute – im neuen, schönen Bad angekommen – bedauern alle das Fehlen der Voraussetzungen für die laut Deutscher Prüfungsordnung vorgeschriebene Abnahme der Abzeichen.

Gerade jetzt, da nur noch die durchgehende Wassertiefe von 1,80 Metern zur Verfügung steht, baut sich in der DLRG OG Kerpen eine starke Tauchgruppe auf.

Heide Gehring/stemu

Menschenleben gerettet

Zunächst sah alles nach einem normalen Einsatz aus an diesem späten Novembertag in Essen am Baldeneysee. Feuerwehr und DLRG bargen gemeinsam ein gekentertes Ruderboot und dessen beiden ehemaligen Insassen. Erst später, als sich einer der Geretteten zum Dank meldete, wurde klar, dass hier ein Menschenleben gerettet wurde.

Es war der 27. November 2011, kurz nach 12 Uhr mittags. Die Wassertemperatur bei 7° Celsius, der Wind kräuselte das Wasser auf dem Baldeneysee zu immer höher werdenden Wellen. Beim Führungsdienst der DLRG Essen, in diesem Falle Andreas Wieser, ging der Alarm ein: Zwei Ruderer sind gekentert. Nach kurzer Rücksprache mit der Feuerwehr setzte er alle Hebel in Bewegung, um den dort bereits angelauteten Einsatz zu unterstützen. Henning Westerkamp, unweit der Wache wohnend, eilte herbei und zog Paul Kemper, der gerade einen Theoriekurs Schnorcheltauchen abhielt, hinzu. Mit den Worten „Theorie war bis jetzt – wir machen jetzt Praxis“ unterbrach er den Kurs. In kürzester Zeit brachten sie das Motorrettungsboot „Cosmas II“ zu Wasser und waren um 12:19 Uhr am Einsatzort. Insgesamt waren vier Boote im Einsatz. Die Feuerwehr nahm die beiden Ruderer an Bord und übergab sie an den Rettungsdienst.

Bis hierhin ein ganz normaler Einsatz – doch der sollte ein unerwartetes Nachspiel haben. Einer der beiden Geretteten, Professor Dr. Hans Loew, meldete sich nach wenigen Tagen per E-Mail. Er wollte seine Lebensretter kennenlernen. „Für mich war es die allerletzte Sekunde, da ich schon nicht mehr bei vollem Bewusstsein war, als mich eine kräftige Hand (*ich glaube aus dem Feuerwehrboot*) herausgezogen hat. Danach war ich für zwei Stunden bewusstlos und hätte keine Chance mehr ohne Sie alle gehabt ...“, schrieb er in der elektronischen Post. Am 8. Dezember schließlich kamen Retter und Gerettete an der Rettungswache der DLRG erneut zusammen, begleitet von lokalem Medienaufkommen. Bei Kaffee und Kuchen tauschte sich die Gruppe untereinander aus und Dr. Loew brachte erneut seinen Dank zum Ausdruck. Er habe den beiden Surfern, die den Notruf abgesetzt und ihnen zu helfen versucht hatten, selbstverständlich auch danken wollen. Es sei ihm bis zu diesem Tag jedoch bedauerlicherweise noch nicht gelungen, diese ausfindig zu machen. Er gebe die Suche aber nicht auf.

Mike Filzen, Pressesprecher der Feuerwehr Essen, machte in diesem Zusammenhang auf die Gefahren des Wassersports zu jener Jahreszeit aufmerksam: Zum einen könne sich das Wetter schnell ändern, zum anderen erfordern die Außentemperaturen bei einem Einsatz wie diesem ein besonders schnelles Handeln für alle Einsatzkräfte, da sonst schnell mit Unterkühlung der Opfer zu rechnen sei. Auch wies er darauf hin, dass das Tragen von Schwimmwesten eine große Hilfe für alle Wassersportler darstellen kann. Die Strömung und die Temperatur des Wassers würden besonders in den kalten Jahreszeiten oft unterschätzt. *stemu/Jacqueline Schürmann*



Foto: Bezirk Essen



Tag des Wasserretters

Ihr seid eine Gruppe junger Wasserretter und möchtet ein Wochenende voller Spaß und Action erleben und dabei auch noch eine Menge lernen? Dann ist der Tag des Wasserretters vom 24. bis 26. August in Eitorf genau die richtige Veranstaltung für euch. An diesem Wochenende treffen sich Wasserretter aus dem gesamten LV, um gemeinsam zu üben, sich auszutauschen und zusammen ein spannendes Wochenende zu verbringen. In der Nähe der Sieg wird ein Zeltlager errichtet, in dem ihr in euren mitgebrachten Zelten übernachtet. Zusätzlich wird ein Zelt aufgebaut, in dem die Verpflegung für das Wochenende organisiert wird und das als Ausgangspunkt für die Aktivitäten dient. Am Samstag werdet ihr in Gruppen unterschiedliche interessante Szenarien durchspielen. Am Sonntag könnt ihr euch in verschiedenen Workshops mit Themen eurer Wahl beschäftigen. An den Abenden und zwischendurch bleibt dabei genügend Zeit, sich mit Wasserrettern aus den anderen Gliederungen auszutauschen oder gemeinsam der einen oder anderen Freizeitaktivität nachzugehen.

 **Faltblatt ab April, www.nr.dlrg.de oder tagdeswasserretters@nordrhein.dlrg.de
Die Anmeldung wird ab dem 2. Juni, 8 Uhr, freigeschaltet sein.**

Last Minute

... zur LV-Tagung
Verbandskommunikation

Die jährliche Tagung der „ÖKAs“ (Referenten für Öffentlichkeitsarbeit) findet in diesem Jahr am 24. März im Jan-Schmitz-Haus in Düsseldorf statt. Neben den Berichten der Referatsleiter sollen auch Initiativen der Gliederungen durch deren Vertreter vorgestellt werden. Dazu wird gebeten, Flyer/Faltblätter, Zeitungsartikel und Ähnliches mitzubringen. Auch wird die personelle Neugestaltung im Hinblick auf die Neuwahlen im November dieses Jahres ein Thema sein. Eingeladen sind wie immer die Leiter der Öffentlichkeitsarbeit auf Bezirksebene und alle DLRG-Aktiven mit Interesse am Thema.

WoWo



100 Jahre DLRG

Fünf Bootsstaffeln werden mit einer zentralen Veranstaltung offiziell am 6. April 2013 in Minden gestartet. Auch an den jeweiligen Übergabestandorten werden kleinere oder größere Veranstaltungen den Staffelstab begleiten. Auf westfälischer Seite fahren die Boote über Datteln-Hamm-Kanal, Mittellandkanal und Dortmund-Ems-Kanal, auf nordrheinischer Seite sind Ruhr und Rhein die Wasserstraßen, die die Staffel von den äußeren Punkten der Landesverbände zum zentralen Familienfest am 13. Juli nach Düsseldorf führen. Dort wird dann ein Bootskorso mit 100 DLRG-Booten vom Landtag zum Familienfestgelände fahren.

Im Rahmen der „Tour de Ruhr“ ist der erste Übergabepunkt von Westfalen aus in Essen geplant. Weitere liegen in Mülheim, Oberhausen und Duisburg. Der Rhein hat seine Übergabepunkte von Norden aus in Kleve, Wesel, Duisburg und Krefeld, von Süden betrachtet wird der Stab in Bonn starten und über Wesseling, Köln, Leverkusen, Mettmann und Neuss nach Düsseldorf gelangen. Im Landesverband Nordrhein ist der stellvertretende Einsatzleiter Richard Bergsch Ansprechpartner für Bootsstaffeln und Bootskorso.

E-Mail: bootsstaffel@nordrhein.dlrg.de stemu

Gefordert:
 Professioneller
 Umgang mit einem
 Tabu-Thema

Sexualisierte Gewalt – Wir passen auf!

Es ist alles ganz normal: sich mit anderen in der Umkleidekabine umziehen, nebeneinander duschen, in die Schwimmhalle gehen, Einschwimmen und dann wird etwas Neues gelernt oder trainiert. Vor allem bei den jüngeren Gruppen gibt es viel zu korrigieren: Hier muss das Bein besser gestreckt werden, dort müssen die Finger aneinandergehalten werden.

Manchmal reichen bei der Verbesserung die Erklärung oder das Vormachen allein nicht aus und man muss Hilfestellung geben. Hier wird das Ganze dann heikel. Wo darf ich als Übungsleiter (oder Übungsleiterin) das Kind berühren? Und wem sage ich als Teilnehmer, wenn mir etwas zu weit geht?

Vor allem im Schwimmsport ist sexualisierte Gewalt ein Thema für alle Beteiligten. Das liegt vor allem daran, dass Sportarten generell sehr körperzentriert sind. Der Körperkontakt bei besonderen Übungen wie zum Beispiel dem Schleppen, die enge Sportbekleidung und das Umziehen sind nur einige Gründe, warum man am Beckenrand besonders wachsam sein muss.

Auch das Verhältnis Übungsleiter/Teilnehmer ist eine schwierige Situation, da über den Teilnehmer eine „Macht“ ausgeübt wird – eben indem der Übungsleiter den Teilnehmern sagen kann, was sie tun und lassen sollen. Der LSB NRW erklärt, dass dieses Machtverhältnis besondere Aspekte der sexualisierten Gewalt, die mit Machtausübung zu tun haben, begünstigt. Hier steht nicht die gewalttätige Sexualität im Vordergrund, sondern die Ausübung von Macht durch sexuelle Handlungen oder sexualisierende Bemerkungen, Berührungen und Gesten.

Dabei nutzt der Übungsleiter seine Machtposition für zum Beispiel Übergriffe bei der Hilfestellung aus. Betroffene trauen sich aus Scham oft nicht, sich an jemanden zu wenden. Darum ist es besonders wichtig, dass diejenigen, die etwas bemerken, sich an eine Ansprechperson wenden.

In der OG sollten klare Ansprechpartner für



Foto: Stefan Mülders

Berührungen sind in der Schwimmbildung alltäglich

solche Fälle bekannt sein. Die OG Euskirchen hat dazu die Projektgruppe „Prävention und Intervention gegen sexualisierte Gewalt (PISG)“ gegründet, bei der verantwortungsvolle Ansprechpartner genannt wurden. Eine weitere Maßnahme zur Vorbeugung von Übergriffen ist das polizeiliche Führungszeugnis, dessen Vorlage bei der Kinder- und Jugendarbeit mehr Sicherheit geben kann. Diese Maßnahme ist nur ein Beispiel der zahlreichen notwendigen Vorkehrungen. Dabei darf man aber auch nie zu vorsichtig sein und die Teilnehmer unnötig verunsichern.

„Nicht die Tatsache, dass es in der eigenen Organisation zu Übergriffen kommen kann, diskreditiert eine soziale Einrichtung oder

den Sportverein, sondern allenfalls ein unprofessioneller Umgang damit“, erklären Dr. Birgit Palzkill und Professor Michael Klein in ihrer Studie zum Thema „Gewalt gegen Mädchen und Frauen im Sport“.

Es sei wichtig, Übungsleiter zu diesem Thema zu schulen und aufzuklären. Dazu findet vom 29. Juni bis 1. Juli in Hachen ein Seminar zum Thema „Sexualisierte Gewalt“ statt. Die jüngsten Aktivitäten zeigten bislang: Sexualisierte Gewalt ist ein Thema in der DLRG! So wurde sich auch auf dem Landesjugendforum 2011 in Radevormwald ein ganzes Wochenende mit diesem brisanten Thema beschäftigt. Es wurden Probleme diskutiert, Do's und Dont's und eine „Rettenkette“ erstellt. *Lisa Bertram*

Eine CD gibt Informationen für Interessierte

Der LSB NRW hat die CD „Schweigen schützt die Falschen“ konzipiert, die man beim LSB bestellen oder im Internet unter www.wir-im-sport.de/lsb-nrw/politik/sport-sexualisierte-gewalt einsehen kann. Darin wird nicht nur ausführlich auf die verschiedenen Themenbereiche der sexualisierten Gewalt eingegangen, sondern auch Tipps für den Alltag genannt, angefangen vom ersten Verdacht, über die konkrete Mitteilung bishin zum Umgang mit dem mutmaßlichen Täter. Es empfiehlt sich, alle Übungsleiter/-innen am Beckenrand darüber aufzuklären und Kompetenzen zu vermitteln, damit niemand aus Nichtwissen hilflos ist.



weitere Websites: www.zartbitter.de/gegen_sexuellen_missbrauch
www.bzga.de/infomaterialien/forum-sexualaufklaerung



Fotos: Michael Grohe

Seniorenmeisterschaften in Waldfeucht

„Eine Familie“



Jedes Jahr im Herbst lockt eine ganz besondere Veranstaltung einen ganz besonderen Kreis von Teilnehmern aus dem ganzen Landesverband Nordrhein an: die Seniorenmeisterschaften im Rettungsschwimmen. In diesem Jahr stand Anfang November bereits die 28. Ausgabe dieses Events auf dem Programm, durchgeführt von der Ortsgruppe Waldfeucht.

Austragungsort war das Hallenbad Waldfeucht-Haaren mit vier 25-Meter-Bahnen. In den Einzeldisziplinen (Retten einer Puppe, Hindernisschwimmen, kombiniertes Schwimmen) waren insgesamt 78 Starter gemeldet, der älteste im stolzen Alter von 79 Jahren, die jüngsten sind gerade mal 25. Sehr viele sind schon seit den ersten Seniorenmeisterschaften jedes Jahr wieder dabei. „Man hat das Gefühl, wir sind alle eine große Familie“, betont Veranstaltungsleiterin Birgit Jansen-Howitz. Auch für die Mannschaftswettbewerbe war eine beachtliche Anzahl von 36 Teams mit jeweils fünf Teilnehmern gemeldet. Insgesamt hatten 24 Ortsgruppen aus dem gesamten Landesverband Schwimmer für die Meisterschaften angemeldet.

Eine solche Veranstaltung braucht natürlich eine entsprechende Vorbereitung. So haben die ersten Vorgespräche bereits im Februar stattgefunden. Die Organisation vor Ort lag in den Händen der OG Waldfeucht, ge-

nauer gesagt von Tina Loechel und ihrem 30-köpfigen Team.

Gut die Hälfte davon stieg übrigens zudem auch noch selbst als Teilnehmer mit ins Wasser. Loechel und ihre Helfern waren maßgeblich am Erfolg der Veranstaltung beteiligt. Auch Manfred Schmitz als OG-Leiter und Peter Theissen als OG-Geschäftsführer haben die Meisterschaften nach Kräften unterstützt und gefördert.

Die Siegerehrung findet traditionsgemäß im Rahmen einer Abendveranstaltung statt, zu der alle Teilnehmer und Helfer eingeladen sind. Diese fand in diesem Jahr in der Selfkanthalle statt und kann ohne Übertreibung als besonderer Höhepunkt bezeichnet werden. Die Teilnehmer waren trotz des langen Tages absolut entspannt.

Für Aufsehen sorgte, neben der Siegerehrung, das von einer ansässigen Eisfabrik gesponserte Eisbuffett. Die gigantischen Eisportarten wurden extra für diese Veranstaltung entworfen. Sie wurden in Traumschiffmanier mit Wunderkerzen hereingetragen. Ein bewegender Augenblick, der von Standing Ovations der Teilnehmer begleitet wurde. Für die 29. Seniorenmeisterschaften in diesem Jahr gibt es bislang noch keinen Austragungsort. Das Referat Rettungssport des LV freut sich über jede Meldung einer Gliederung, die Interesse hat, als Gastgeber zu fungieren.

Michael Grohe

personalia

Ehrungen

Verdienstzeichen Silber

Philipp Beckmann, Vanessa Bohnes, Dr. Sven Brucker, Birthe Linscheid, Katharina Schuh, Björn ter Schüren, René Töller (alle Bezirk Mülheim a.d. Ruhr), **Beate Wahren, Günter Helbig, Manfred Gloger** (alle Bezirk Kreis Wesel)

Verdienstzeichen Gold

Bianca Schreiber, Volker Seitz (beide Bezirk Mülheim a.d. Ruhr)

Verdienstzeichen Gold mit Brillant

Wolfgang Worm (LV Nordrhein), **Reiner Sinemus** (OG Dinslaken)

40 Jahre Mitgliedschaft

Wolfgang Meyer-Zalka, Dr. Ferdinand Rüschenbaum, August-Wilhelm Schmitz, Dr. Günther Wortmann (alle Bezirk Mülheim a.d. Ruhr), **Hans-Hermann Rieder** (OG Radevormwald), **Willi Künkels** (OG Wegberg), **Hartmut Arndt, Michael Geiser, Liesel Hauser, Edgar Heinen** (alle OG Wickrath)

50 Jahre Mitgliedschaft

Rolf-Dieter Monning (Bezirk Mülheim a.d. Ruhr)

75 Jahre Mitgliedschaft

Hans Segschneider (OG Rheydt)

Abschied



Foto: OG Wickrath

Der Landesverband Nordrhein trauert gemeinsam mit der Familie, dem Bezirk Mönchengladbach und der OG Wickrath um **Hubert Broicher**, der am 7. Januar überraschend verstarb. Er hatte sich jahrzehntelang in der Ausbildung auf allen Ebenen um die Belange der DLRG verdient gemacht und unter anderem als OG- und Bezirksleiter sowie Mitglied des Landesverbandsrates verantwortungsvolle Positionen nicht gescheut. Für über 50-jährige aktive ehrenamtliche Tätigkeit war ihm noch im November das Verdienstkreuz am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland verliehen worden. *stemu*



Foto: Stefan Mülders

Hannemann-Preis an Bärbel Pietz-Dobmeier

Auf der Herbststratagung in Düsseldorf wurde der Referentin für Öffentlichkeitsarbeit der OG Rösrath, **Bärbel Pietz-Dobmeier**, der Herbert-Hannemann-Gedächtnispreis 2011 verliehen. Damit

würdigt der Landesverband ihre besonderen Verdienste um die Öffentlichkeitsarbeit. Pietz-Dobmeier initiiert mit ihrer OG immer wieder Kampagnen und Aktionen wie „Macht mit – wird fit“, „Bewegung – Ernährung – Kunst“ oder die „Woche zum bürgerschaftlichen Engagement“. Für Letztere erhielten die Rösrather bereits 2010 den 1. Preis „Junges Ehrenamt in NRW – wir gestalten Zukunft“ des LSB.

Vizepräsident nachgewählt



Foto: Stefan Mülders

Die intensiven Bemühungen des Vorstandes, das Amt des dritten Vizepräsidenten durch eine Frau zu besetzen, trugen leider keine Früchte. So stellten sich auf der Herbststratagung Mitte November drei Herren zur Wahl für diese Position. Mit eindeutiger Mehrheit von 30 Stimmen (35 Stimmberechtigte) wurde LV-Justitiar **Dr. Hartmut Beucker** gewählt. Im Bild das Präsidententeam des LV Nordrhein (v.li.): **Stefan Albrecht, Dr. Hartmut Beucker, Reiner Wiedenbrück, Horst Dengler**. *stemu*



Foto: Evers

Verdienstkreuz am Bande für Bernd Evers

Der Kölner Bezirksleiter **Bernd Evers** (re), wurde im September von Oberbürgermeister **Jürgen Roters** mit dem Verdienstkreuz am Bande des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland ausgezeichnet. Damit

würdigte er seinen langjährigen ehrenamtlichen Einsatz für die DLRG, bei dem sich **Bernd Evers** vor allem dem Ausbildungswesen widmete. Neben seinen vielfältigen Tätigkeiten in verantwortlicher Position in Region und Landesverband wirkte er auch auf Bundesebene in Arbeitsgruppen und Gremien mit. Zahlreiche DLRG-Lehrmaterialien tragen unter anderem seine Handschrift. *stemu*

Präventionssport wird aus einer „historischen“ Sichtweise heraus häufig noch als „Turngymnastik mit Wasserkontakt“ übersetzt und begegnet in der Bevölkerung deshalb oft einer ablehnenden Haltung. Doch Sport in der Prävention ist heutzutage viel mehr als Flachwasserbewegung mit Anleitung. Der Spitzensport hat das längst erkannt und auch die DLRG ist auf einem guten Weg.

„Prävention? Das brauche ich doch nicht!“



Fotos (4): LSB NRW/Bowinkelmann



Sport in der Prävention soll die Teilnehmer in die Lage versetzen, die eigene Gesundheit aktiv zu gestalten

Die eigene Leistungs- und Funktionsfähigkeit wird durch individuelle Gestaltung von Bewegungsangeboten erhalten und gesteigert

Impressum / Ausgabe Nordrhein

Anschrift: DLRG LV Nordrhein, Jan-Schmitz-Haus, Niederkasseler Deich 293, 40547 Düsseldorf • info@nordrhein.dlrg.de

Redaktion: Reiner Wiedenbrück (V.i.S.d.P.), Stefan Mülders (stemu, Chefredakteur), Carina Koch (ck), Wolfgang Worm (WoWo), Jörg Sonntag (jso), Stephan Jung (StJ), Georg Jansen (geja), Claudia Reisen (crei), Christian Groß (cg) • Zuschriften: redaktion.lebensretter@nordrhein.dlrg.de oder per Post an den Landesverband. Es wird keine Garantie für eine Veröffentlichung übernommen.

Adressverwaltung: abo-lebensretter@nordrhein.dlrg.de • Die Regionalausgabe Nordrhein des *Lebensretter* erscheint als Teilausgabe des DLRG-Verbandsorgans viermal im Jahr. Derzeitige Auflage: ca. 17.800 Stück • Redaktionsschluss für die nächste Nordrhein-Ausgabe: 13. April 2012

Sport in der Prävention ist kein Leistungssport und darum zumindest im jungen Alter als Gesundheitssport verpönt. Doch Präventionssport ist auch alles andere als Baden im Flachwasser. Ein guter Trainer (B-Lizenz DLRG/LSB) kann das Pensum und die Belastungsaufgaben auch für eine ganze Gruppe so individuell stellen, dass jeder innerhalb seiner eigenen Grenzen gefordert wird.

Die Vielzahl der zur Verfügung stehenden Übungselemente lassen eine größtmögliche Flexibilität zu, wie der Referent Präventionssport im LV Nordrhein, Hermann-Josef Heinisch, weiß: „Selbst Elemente aus dem Rettungsschwimmen, wie zum Beispiel Kleiderschwimmen oder Springen, lassen sich hervorragend integrieren. Auch Wettkämpfe wie Wasserball oder Spiele wie Mensch-ärgere-dich-nicht im Wasser lassen sich prima einbinden.“

Aber auch außerhalb des Wassers werden Übungen angeboten – für DLRG-Gruppen vielleicht kaum vorstellbar, aber wahr.

Inzwischen weithin bekannte Beispiele sind Nordic Walking, Speedskating oder Soft-hockey. Präventionssport bietet also für jede Altersgruppe die Möglichkeit zur ausgewogenen, kontinuierlichen Belastung, ganz dem eigenen Leistungsstand anpassbar.

„Das bedeutet aber nicht, dass Präventionssport fernab jeglicher Anstrengung stattfindet“, sagt Heinisch. „Im Gegenteil: Durch den hohen Grad an Individualisierung kann das für den Einzelnen sogar sehr anstrengend werden.“

Und für die Gliederungen kann es sogar auch finanziell ein Anreiz sein, Präventionssport anzubieten. In Verbindung mit dem Gütesiegel „Sport pro Gesundheit“ des Landessportbundes sind die Kurse nämlich von der Bundesärztekammer anerkannt und die Krankenkassen erstatten den Teilnehmern zwischen 70 und 90 Prozent der Kursgebühren. Schon nach kurzer Zeit automatisiert sich der Verwaltungsaufwand und wird noch dazu aktiv durch den LV und den LSB unterstützt.

Für alle Fragen rund um Präventionssport, Voraussetzungen und die formalen Hintergründe stehen Hermann-Josef Heinisch und Dirk Zamiara gerne Rede und Antwort unter praevention@nordrhein.dlrg.de

stemu



Foto: Wolfgang Worm

Hermann-Josef Heinisch (links) im Gespräch mit LR-Chefredakteur Stefan Mülders

Präventionssport ist eigentlich gar nicht so neu in der DLRG. Viele bereits vorhandene Angebote passen gut hinein in das Schema der Gesundheitsangebote. Und oft sind nur wenige Anstrengungen nötig, um sie als solche zu kennzeichnen. *Lebensretter*-Chefredakteur Stefan Mülders sprach dazu mit Hermann-Josef Heinisch, dem Referenten für Präventionssport im Landesverband Nordrhein.

LR: Vielfach besteht die Meinung, dass Präventionssport für die Altersgruppe jenseits der 70 gemacht ist. Können Sie das bestätigen?

Heinisch: Ganz klar: Nein. Ich nehme an, das Bild stammt noch aus der früher weit verbreiteten „Beckenrandgymnastik“. Prävention aber ist eher als „aktive Bewegung“ zu verstehen. Dabei liegt es am Übungsleiter beziehungsweise Trainer, ob er diese durch Rettungsschwimmkurse, Aquagymnastik, -fitness, -power und ganz andere Kurse mit Leben füllt. Präventionssport spricht alle Altersgruppen vom Jugendlichen bis zum Senior an. Die Zielgruppe ist nicht krank, sondern will oder soll gesundheitlichen Beschwerden langfristig vorbeugen.

LR: Welche Voraussetzungen braucht ein Übungsleiter, um derartige Kurse anbieten zu dürfen?

Heinisch: Die Kurse durchführen dürfen Inhaber einer B-Lizenz Präventionssport, in unserem Falle (DLRG) des Teilbereiches Herz-Kreislauf-System. Dann brauche ich eine gute Idee und ein Konzept über mindestens zehn Stunden, aus dem dann – begleitet durch den LSB – ein Gütesiegel-Kurs entsteht. Dann brauche ich noch Wasserzeiten, wozu sich aber in der Regel die ohnehin vorhandenen Übungsstunden und auch die schon angebotenen Kurse nutzen lassen.

LR: Wie kann man die B-Lizenz Präventionssport erwerben?

Heinisch: Zurzeit ist dafür eine C-Lizenz die Einstiegsvoraussetzung. Innerhalb der DLRG ist das der Lehrschein, der ist aber nicht zwingend erforderlich. Es gelten nämlich auch alle anderen Trainer-C-Lizenzen der Sportverbände. Da nicht bei allen die Erste-Hilfe-Kurse und vor allem der Nachweis der Rettungsfähigkeit beinhaltet ist, gehören die auch noch zu den Voraussetzungen. Und dann fehlt nur noch die Anmeldung zum Seminar 2012-230 (Seite 10/11) im aktuellen Lehrgangs- und Bildungsplan der Landesverbände Nordrhein und Westfalen. Dieser Lehrgang läuft dann über fünf Wochenenden und einen Tag.

LR: Alle Bedingungen sind erfüllt. Wie werden Teilnehmer gefunden?

Heinisch: Da sich bereits angebotene Aquasportgruppen oftmals als Gesundheitsangebote eignen, sind einige Teilnehmer auch schon da. Zudem ist die Anerkennung des Gütesiegels automatisch mit der Eintragung bei den Krankenkassen verbunden. Die Mitglieder bekommen vom Arzt den Hinweis, sich zu bewegen und werden von den Kassen zu den Kursen in ihrer Nähe geschickt. Natürlich hilft darüber hinaus Werbung in eigener Sache: Erste Adressaten wären die Eltern der Kinder in unseren Schwimmgruppen, man kann Kursausschreibungen in Arztpraxen hinterlegen, mit VHS, anderen Sportvereinen oder kirchlichen Anbietern kooperieren oder die Aktionen des LSB nutzen. Eine Übergabe des Gütesiegels mit Einladung der örtlichen Presse ist auch immer eine wirksame Öffentlichkeitsarbeit. Der eigenen Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

Foto: Jannik Möller



Neuer Einsatzbus in Grevenbroich

Die OG Grevenbroich konnte im November ihr erstes Einsatzfahrzeug in Dienst stellen. Eingeweiht wurde es im Beisein von Politikern der Stadt Grevenbroich und des Kreises Neuss sowie Vertretern der Sponsoren Sparkasse Neuss und Lions Club. Eingesetzt wird der Bus als Komponente im Katastrophenschutz und im Wachdienst, den die OG am Rhein und am Nievenheimer See unterstützt. Geplant ist langfristig auch, das Fahrzeug für die Alarmierung im Rettungsdienst bereit zu stellen. Dafür aber fehlen noch ein Stellplatz in Grevenbroich und diverse Absprachen. Zudem rechnen die Grevenbroicher damit, in Zukunft ein Hochwasserboot des Bezirks zu betreuen und mit einem eigenen Bootstrupp zu besetzen.

stemu/Jannik Möller

Foto: Bezirk Essen



Essen verkauft mobile Wache

Seit 1994 verfügt der Bezirk Essen über eine mobile Wache, einen Wohnanhänger „Komtesse 650 TD“ der Firma Tabbert (L/B/H: 7,65 / 2,48 / 2,58 Meter, zul. Gesamtgewicht 1.800 kg). Anstelle eines Schlafraumes wurden damals Rundsitzgruppe, Küche und Waschraum eingebaut. Ergänzt ist der Wohnwagen durch ein Vorzelt „Husum II“, ausgestattet mit Küchenzeile mit Spüle und Kochgelegenheit sowie Regalsystem. Das Ensemble wird in altersgemäß gutem Zustand abgegeben, weil der Bezirk in dieser Wachsaison ein neues Objekt bezieht. Interessenten können sich mit Preisvorstellung wenden an leitereinsatz@essen.dlrg.de

stemu/Paul Kemper

Foto: DLRG-Jugend Nordrhein



Netzwerk in der Bildungsarbeit

Mit dem Beitritt der DLRG-Jugend Westfalen hat sich das bisherige „Netzwerk 3“ zu einem „Netzwerk 4“ vergrößert. Möglich wurde dies durch die Einstellung der Diplom-Sportwissenschaftlerin Sarah Berka, die sich nun um die Jugend-Bildungsarbeit in Westfalen kümmert. Das „Netzwerk 4“ verbindet außerdem die Bildungsangebote der Schwimmjugend NRW, der DJK-Jugend und der DLRG-Jugend Nordrhein. Durch die Kooperation wird das 2009 vereinbarte Verbundsystem des Landessportbund mit Leben gefüllt. Es soll sicherstellen, dass weiterhin flächendeckend vereinsgebundene Angebote gewährleistet sind. Auch in Nordrhein können die Teilnehmenden jetzt eine noch höhere Planungssicherheit für ihre Seminare erwarten. Schon im aktuellen gemeinsamen Lehrgangs- und Bildungsplan finden sich die miteinander ausgeschriebenen Seminare. Mit 21 von 33 angebotenen Seminaren gehören weit mehr als die Hälfte zum gemeinsamen Angebot der vier Organisationen.

Marco Lambertz

Foto: OG Rösrath



Schwerer Schlag für Rösrather

Kurz vor Weihnachten hat ein Brand das Einsatzfahrzeug der Rösrather DLRG zerstört. Ausgegangen war das Feuer, dem weitere drei Pkw zum Opfer fielen, wohl von einem neben dem Bus abgestellten Auto. Der Ford Transit war gerade mal vier Jahre alt und mit Einsatzmitteln für Wasserrettung und Sanitätsdienst ausgestattet. Auf ihrer Internetseite und in den örtlichen Medien hatte die Ortsgruppe noch vor Weihnachten zu Spenden aufgerufen, weil die Versicherungsleistung für eine komplette Neubeschaffung wohl nicht ausreichen dürfte. Das Fahrzeug stellte unter anderem einen wichtigen Baustein im Wasserrettungsdienst des Rheinisch-Bergischen Kreises dar.

Michael Goworek/stemu

Nachlese

Meldungen in Kürze

Der Kreis Wesel hat seine „Ausbildungsoffensive 2014“ gestartet. Kern sind eine umfangreiche Kursbörse und die Bildung von Teams, die sich im gesamten Kreisgebiet um die überregionale Ausbildung kümmern.

Der Bezirk Essen hat, nach ersten Tests in 2010, Ende vergangenen Jahres den (teilweisen) Digitalfunk offiziell eingeführt. Die DLRG folgt damit der Berufsfeuerwehr, die 2008 als Erste in Deutschland den Funkverkehr umstellte. Da die flächendeckende Einführung des Digitalfunks aber noch einige Zeit auf sich warten lassen wird, müssen die herkömmlichen Systeme parallel weiter betrieben werden.

Rainer Ruth aus Essen ist der neue Vorsitzende der Sportjugend NRW. Der 56-jährige Schulleiter wurde Ende November in Mülheim/Ruhr gewählt und trat sein Amt Ende Januar nach der Mitgliederversammlung des LSB NRW an. Mit Kornelia Wolfertz, Daniel Skakavac, Lisa Drube, Katrin Gehlich und Isabelle Schulte stehen ihm fünf Vorstandsmitglieder unter 27 Jahren zur Seite. Um die Finanzen kümmert sich Cedric van Beek.

Zum zweiten Mal in Folge gewannen die Rettungsschwimmer der OG Rheydt den Nachtpokal beim 24-Stunden-Schwimmen der Neusser Bäder und der Eissporthallen GmbH. Verglichen wurde die innerhalb von sechs Stunden ab Mitternacht erschwommenen Strecken der Fünfer-Teams. Mit 44,1 Kilometern sicherten sich die Rheydter den Sieg.

DLRG lud zum 47. Neujahrsschwimmen nach Düsseldorf am Rhein

Für die Düsseldorfer Neujahrsschwimmen rückt das große Jubiläum immer näher: Bereits zum 47. Mal hatte der Bezirk der Landeshauptstadt zum traditionellen Rheinschwimmen eingeladen. 248 Rettungsschwimmer und Taucher zwischen 15 und 74 Jahren waren bereits angemeldet, als der Rhein im Dezember noch Niedrigwasser führte. Bis Mitte Januar aber hatte sich der Pegel auf 4,73 Meter und die Temperatur auf rund 6° Celsius stabilisiert, so wurde eine Verlegung entgegen erster Befürch-

tungen doch nicht notwendig. Sieben Rettungsboote aus Neuss, Krefeld und Düsseldorf sowie die Wasserschutzpolizei und das große Löschboot der Berufsfeuerwehr Düsseldorf sicherten die Schwimmer auf der fünf Kilometer langen Strecke ab. Auch der nicht ganz einfache Wechsel vom Strömungswasser in den ruhigen Löricker Paradieshafen wurde von allen problemlos gemeistert. Wieder an Land erwartete die Aktiven wie gewohnt Glühwein, heißer Tee und warme Duschen. *Roland Scheidemann/stemu*



Foto: Roland Scheidemann

„Wir treffen uns am DLRG-Stand auf der boot, Herr Doktor“

Martina Eßer moderierte (von links) die Podiumsdiskussion mit Reiner Wiedenbrück, Dr. Hans-Ulrich Krüger und Anne Feldmann



Foto: Gerd Korditzke

Über 50 geladene Gäste aus DLRG, befreundeten Verbänden, Politik und Messgesellschaft waren dem Ruf der beiden Landesverbände auf den Messestand der diesjährigen „boot“ in Düsseldorf gefolgt. Neben dem üblichen „Klönchnack“ stand eine Podiumsdiskussion zur Finanzierung des Wasserrettungsdienstes im Mittelpunkt. WDR-Moderatorin Martina Eßer leitete den politischen Diskurs zwischen Dr. Hans-Ulrich Krüger, Staatssekretär im Innenministerium NRW, den LV-Präsidenten Reiner Wiedenbrück und Anne Feldmann, dem nordrheinischen stellvertretenden Leiter Einsatz Richard Bergsch und Roman

Koremann, der als Bootsführer kürzlich an einer Lebensrettung in Köln beteiligt war. Roman Koremann erläuterte zunächst, unterstützt durch Videoaufnahmen, den Notfall auf dem Rhein. Nur Sekunden nach der Rettung von drei Personen ging das Kajütboot in Flammen auf. Andere Hilfskräfte waren zu dem Zeitpunkt noch nicht in der Nähe. Martina Eßer hob den Mut der Retter hervor und Bergsch ergänzte, dass man für den „Job“ als Retter außer Mut noch viel Zeit und Verständnis der Angehörigen benötigt. Und bei der ehrenamtlichen Arbeit bringe man oft auch noch selbst Geld mit. Das griff Martina Eßer auf, um mit den Gesprächs-

partnern über die Finanzierung des Wasserrettungsdienstes zu diskutieren. Eine Grundlage dafür, machte Anne Feldmann deutlich, sei das Erhalten von Schwimmbädern als Basis für die Ausbildung in Vereinen und Schulen.

Staatsekretär Krüger unterstrich, dass die Länder mit erheblichen finanziellen Mitteln die Kommunen in ihren Aufgaben unterstützen. Als Beispiel brachte der bekennende Nicht-Schwimmer den Feuerwehr-Führerschein, der jetzt mit dem Wasserrettungsdienst direkt nicht so viel zu tun hat.

Reiner Wiedenbrück lobte dieses Engagement, stellte aber auch heraus, dass der WRD im Land oft nicht ausreichend wahrgenommen wird. Er wünschte sich mehr auch durch die Landesregierung initiierte Gespräche. Später stellte er noch heraus, dass der durch Gliederungen und Mitglieder selbst finanzierte Materialpool einen Wert von rund 13 Millionen Euro hat. Hier forderte er mehr Unterstützung, die auch anderen Organisationen zuteil wird.

Abschließend wurde noch ein bisschen Werbung gemacht für den WRD an Küste und im Binnenland – mit Hinweis auf die zur boot erschiene Broschüre „Wachstagen in NRW“.

stemu

AGENDA NORDRHEIN 16./17. März Referentenfachtagung 2, Bad Nenndorf • 16.–18. März LV-Vorstandsklausur, N.N. • 21. März (17–19 Uhr) Sprechstunde Schatzmeisterei & Verbandskommunikation, Jan-Schmitz-Haus • 23.–25. März Präsidialrat, Bad Nenndorf • 24. März Tagung Verbandskommunikation, Jan-Schmitz-Haus • 24. März Fachtagung Einsatz (TeFa), N.N. • 26. März Bezirkstagung, Krefeld • 18. April (17–19 Uhr) Sprechstunde Schatzmeisterei & Verbandskommunikation, Jan-Schmitz-Haus • 21. April Bezirksleitergespräch, N.N. • 21. April Bezirkstagung, Köln • 26. April Bezirksratstagung, Mönchengladbach • 28. April LV-Ratstagung, Jan-Schmitz-Haus • 4.–6. Mai Landesjugendforum, Radevormwald • 5. Mai Tagung Ausbildung/Einsatz/Ärzte, N.N. • 6. Mai Landesjugendrat, Radevormwald • 10. Mai „Alte Kameraden“, Düsseldorf • 12. Mai LV-Vorstand, Jan-Schmitz-Haus • 16. Mai (17–19 Uhr) Sprechstunde Schatzmeisterei & Verbandskommunikation, Jan-Schmitz-Haus • 1. Juni Tagung Einsatz/Ausbildung (Präsidium), N.N. • 20. Juni (17–19 Uhr) Sprechstunde Schatzmeisterei & Verbandskommunikation, Jan-Schmitz-Haus