

**Ambulanter
Pflegedienst
Tagespflege**

Pleißenaue

Inh. Julia Honert

Unsere Öffnungszeiten:
Montag–Freitag
08:00–16:30 Uhr

Ambulanter Pflegedienst Pleißenaue
Ramsdorfer Straße 9, 04617 Haselbach
Telefon: +49 34343 909193
Fax: +49 34343 909194

Tagespflege
Ramsdorfer Straße 9, 04617 Haselbach
Telefon: +49 34343 919313

info@apd-pleissenaue.de - www.apd-pleissenaue.de

**NATURHEIL-PRAXIS
Altenburg**

Simone Hubersberger
Heilpraktikerin

Benno Hubersberger
Heilpraktiker

Seit über 20 Jahren in Altenburg

Traditionelle und moderne Naturheil-Verfahren wie:

Akupunktur/Akupressur/Akupunktmassage nach Penzel
klassische Homöopathie/Phytotherapie
Sauerstoff-Therapie
Injektionen/Infusionen/Quaddeln/sportmedizinisches Taping
Magnetfeld/Tiefenwärme

BIORESONANZ auch für Kleinkinder und Säuglinge

Behandlung von Erkrankungen wie zum Beispiel:

- > Herz-Kreislauf-Probleme, hoher Blutdruck
- > Hauterkrankungen, Allergien
- > Ohrgeräusche/Tinnitus/Durchblutungsstörungen
- > Unverträglichkeiten Magen-Darm-Probleme
- > Rheuma/Arthritis/Gicht
- > Schlafstörungen/Depressionen
- > Schmerzen aller Art

**04600 Altenburg - Kanalstraße 6
03447/513239 oder 0174/1901646
www.hubersberger.de**

Wegen geänderter Sprechzeiten
Termine bitte telefonisch vereinbaren

Montag bis Freitag
08:30 - 18:00 Uhr
möglich

Alle Infos zur Praxis

BICOM optima

Testung auf Pilze, Allergene, Bakterien,
Unverträglichkeiten, Viren, Toxine,
Schwermetalle usw.

Erstes Informations-Gespräch – kostenlos!

Was tun bei Bade-Notfällen: So hilft man Ertrinkenden richtig

Im Juni sind so viele Menschen ertrunken wie lange nicht mehr. Wie bemerkt man, dass jemand in Not geraten ist? Was sollte man wissen, wenn man einen **RETTUNGSVERSUCH** wagt? Zwei Experten geben Ratschläge.

Leise verschwindet der Kopf unter der Wasseroberfläche. Auf einmal ist er weg, vielleicht unbemerkt. „Ertrinken läuft klassischerweise nicht so ab, wie wir uns das immer vorstellen, also dass jemand laut um Hilfe schreit und wild mit den Armen fuchtelte“, sagt Andreas Paatz, Bundesleiter der DRK-Wasserwacht. „Dafür fehlt Betroffenen oft schon die Kraft.“

Allerdings geraten Menschen im Wasser nicht nur deshalb in Not, weil sie ihre Kräfte überschätzt haben und die Erschöpfung überhandnimmt. Oft sind auch medizinische Notfälle wie Herzinfarkte oder Schlaganfälle im Spiel, wie Philipp Pijl, Teamleiter Einsatz von der Bundesgeschäftsstelle der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) erklärt. „Diese Menschen fassen sich zum Beispiel ans Herz, konzentrieren sich nicht mehr auf die Schwimmbewegung oder werden ohnmächtig - und versinken dann einfach.“

Mindestens 99 Menschen sind im Juni dieses Jahres ertrunken, wie die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) mitteilt. Das sind viele: Zuletzt wurden im Hitzesommer 2003 mit 107



AN VIELEN BADESTELLEN SIND RETTUNGSRINGE ZU FINDEN. Ihr großer Vorteil: Sie kann man Badenden in Not zuwerfen, ohne sich als Retter oder Retterin selbst in Gefahr zu bringen.

Foto: Carola Frenzen/dpa/dpa-tmn

verunglückten Menschen mehr Badetote im Monat Juni gezählt.

Was kann man tun, um Badenden in Not zu helfen, und um brenzlige Situationen überhaupt erst einmal zu erkennen? Vier Fragen und Antworten.

1 Woran kann ich festmachen, dass jemand im Wasser in Not ist?

Vorab: Das als Laie zu erkennen, ist gar nicht so leicht. Philipp Pijl nennt allerdings Alarmzeichen, bei denen man an einen Notfall denken sollte. Dazu zählt, wenn eine Person nahezu keine

Schwimmbewegungen mehr macht „und mit dem Kopf nicht eindeutig über der Wasseroberfläche ist, sondern die Wasserlinie im Gesicht hat“.

2 Bei Verdacht: Was kann ich konkret tun?

Ist die Person in Rufweite, rät Philipp Pijl, beispielsweise zu fragen: „Hallo, ist alles okay?“. Reagiert die Person nicht oder wirkt panisch, sollte man auf jeden Fall aktiv werden.

Gibt es Rettungsschwimmer an der Badestelle, sollte man sie auf die Beobachtungen aufmerksam machen.

Sie können die Situation fundiert einschätzen und professionell helfen. An unbewachten Badestellen hingegen setzt man bei Verdacht auf einen Badeunfall sofort einen Notruf ab, rät Andreas Paatz.

Übrigens ist es eine gute Idee, andere Menschen an der Badestelle um Unterstützung zu bitten - und sei es nur, damit sie die Situation einfach im Blick behalten. „Denn nun sollte man die Person auf keinen Fall aus den Augen verlieren, damit man genau weiß, wo sie untergeht, sollte das tatsächlich passieren“, sagt Philipp Pijl.

3 Was muss ich beachten, wenn ich selbst einen Rettungsversuch wage?

Zur Person hinschwimmen und versuchen, sie ans sichere Ufer zu bringen, sollte man nur wagen, wenn man dafür auch wirklich qualifiziert ist. Heißt: wenn man zumindest eine Schwimmbildung gemacht hat, in der die Gefahren der Selbst- und Fremdreueung behandelt wurden.

Die zentrale Frage, die man sich stellen sollte, lautet Andreas Paatz zufolge: „Bringe ich mich durch einen Rettungsversuch selbst in Gefahr?“ Signalisiert das Bauchgefühl ein „Ja“, sollte man besser am Ufer bleiben.

Wer sich für eine Laienrettung ins Wasser begibt, sollte unbedingt einen Gegenstand mit Auftrieb dabei haben, den man der Person in Not anreichen kann. Der Grundgedanke: Sie hält sich daran fest und kann ans Ufer gezogen werden. Der Klassiker dafür ist ein Rettungsring. Ist der nicht verfügbar, tut es auch eine Luftmatratze oder ein Schwimmflügel. Entscheidend ist, dass der Gegenstand Abstand zwischen der ertrinkenden Person und Retter oder Retterin schafft. **DPA-TMN**



FAMILIEN-SPECIAL IM HARZ

2 Erwachsene inkl. 2 Kindern

Im Familienpreis enthaltene Inklusivleistungen

- 3 Übernachtungen in deiner Zimmerkategorie
- täglich abwechslungsreiches Frühstücksbuffet
- täglich 4-Gang Wahl-Menü am Abend
- Nutzung von Pool und Sauna
- Inkl. Parkplätze am Hotel
- Inkl. WLAN im Hotel
- Inkl. Spielplatz am Hotel
- Inkl. Spielzimmer im Hotel

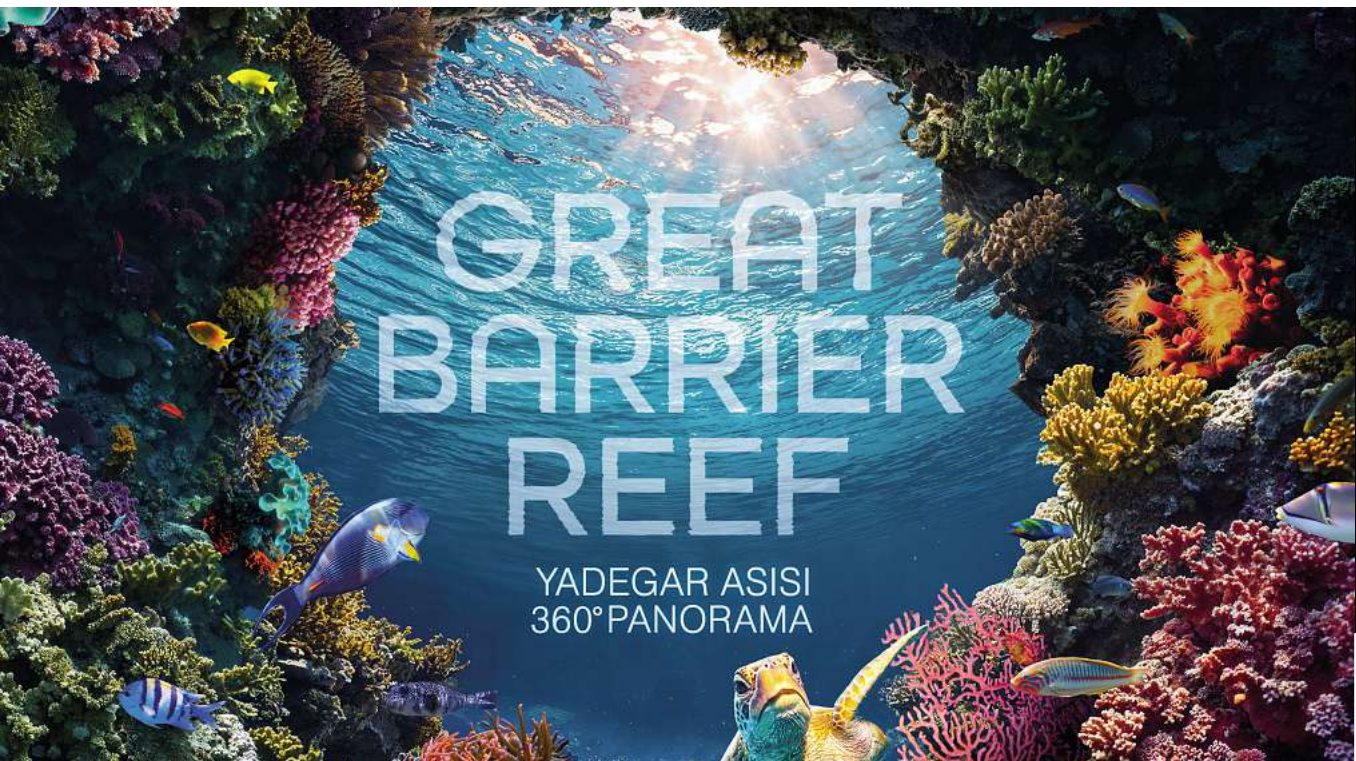
DER WOLFSHOF
DEIN ZUHAUSE IM HARZ

Reisezeitraum:
ab sofort bis 22.12.2026

Preis für 2 Erwachsene inkl. 2 Kindern (bis 15 Jahre)

Familienappartement	ab 699€
Verlängerungsnacht	129€
Familien-Suite	ab 759€
(ab dem 3. Kind erforderlich)	
Verlängerungsnacht	149€
Hunde pro Nacht	10€

DER WOLFSHOF | Kreuzallee 22-26 | 38685 Wolfshagen im Harz | info@wolfshof.de | 05326 7990 | www.wolfshof.de



WUNDERWELT KORALLENRIFF

**Abtauchen ohne
Tauchausrüstung**

**PANOMETER
DRESDEN***

Panometer Dresden
Gasanstaltstr. 8b, 01237 Dresden
www.panometer-dresden.de
service@panometer-dresden.de