



MIT SICHERHEIT MEHR WASSERSPASS!

SICHER AM MEER: TIPPS FÜR EINEN UNBESCHWERTEN AUFENTHALT

Ebbe und Flut

Der Wasserstand kann sich schnell ändern – Wege, Sandbänke oder Felsen können überflutet werden und Rückwege unpassierbar machen. Das Meer kann auch beim Sonnenbaden plötzlich überraschen.

Tipp: Informieren Sie sich über lokale Gezeiten, planen Sie Strandspaziergänge und Schwimmausflüge so, dass Sie immer zurückkommen.

Ripp Currents (Rückströmungen)

Unsichtbare, starke Wasserströmungen ziehen Schwimmer:innen plötzlich vom Ufer weg – oft ohne dass man es sofort merkt.

Tipp: Bleiben Sie ruhig, kämpfen Sie nicht gegen die Strömung, sondern schwimmen Sie parallel zum Strand, bis Sie frei sind, dann schräg zurück ans Ufer.

Starke oder hohe Wellen

Grosse oder plötzliche Wellen können Sie umwerfen, unter Wasser drücken oder gegen den Strand oder Felsen schleudern.

Tipp: Bleiben Sie aufmerksam, halten Sie Abstand zum Wasser bei hohen Wellen, springen Sie nicht unvorbereitet hinein und beachten Sie Warnflaggen oder Schilder.

Überraschender Meeresboden

Plötzlich tieferes Wasser oder unerwartet abfallender Untergrund können im Wasser überraschen und zu Stürzen führen – oder sogar Panik auslösen.

Tipp: Erkunden Sie die Unterwasserumgebung, achten Sie auf sichtbare Veränderungen im Wasser und halten Sie sich in bekannten oder flachen Bereichen auf.

Riffe, Klippen und Verbauungen

Die Wassertiefe ist manchmal sehr schwer abzuschätzen. Ein Sprung am falschen Ort kann schwere Verletzungen verursachen. Die Kraft des Wassers kann Sie auf Felsen zu Fall bringen oder Sie dagegen drücken.

Tipp: Springen Sie niemals ins unbekannte Wasser, halten Sie Abstand zu Felsen und Hafenanlagen und achten Sie auf Warnschilder oder Absperrungen.

Beflaggung und Beschilderung beachten

Verschiedene Flaggen oder Markierungen zeigen, ob Schwimmen sicher ist, wo Strömungen stark sind oder bestimmte Bereiche gesperrt sind.

Tipp: Die Rettungsschwimmer vor Ort sind immer eine verlässliche Informationsquelle.

Beachten Sie zudem

- Genug trinken und leichte Mahlzeiten zu sich nehmen
- Sonnenschutz nicht vergessen
- Keine Drogen und Alkohol am Wasser
- Keine Meerestiere berühren oder füttern



Ihre Rettungsschwimmer

SLRG SSS

www.slrq.ch