

# Das Lebensretter-Team

*Debbie strampelt mit den Beinen, ihre Arme rudern, ihr Kopf taucht immer wieder unter Wasser. Es sieht ernst aus. Mit einem Satz ist Ines im Schwimmbecken, legt Debbie die Rettungsboje um. spleens trifft die DLRG-Lebensretter und erfährt mehr über ihre wichtigen Aufgaben.*

Ines weiß genau, wie sie Debbie aus dem Wasser retten muss, gekonnt schwimmt sie mit ihr an den Beckenrand. Geschafft. Beide lachen, denn zum Glück war dieser Einsatz nur eine Übung.

Doch wie schnell aus Spaß Ernst werden kann, hat DLRG-Lebensretterin Debbie (22) schon selbst miterlebt. „Ich war dabei, als meine Kollegen einen Schwimmer aus dem Meer retten mussten“, erinnert sie sich. „Zum Glück war er dann bei Bewusstsein und wurde in ein Krankenhaus gebracht. Gut, dass wir schnell helfen konnten.“ Debbie ist mit Leib und Seele bei der DLRG, der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft, aktiv. Und das hat viele Gründe.

## Viel Verantwortung und viel Spaß

Wer zur DLRG geht, bringt anderen das Schwimmen bei, wird selbst zum Rettungsschwimmer und oft auch noch Ausbilder, damit weitere Helfer lernen, wie sie Menschen aus dem Wasser retten können. „Das ist eine sehr verantwortungsvolle Aufgabe, was hier jedem sehr bewusst ist“, bekräftigt Debbie. Sie gibt schon den Kleinsten und Jüngsten in der DLRG Schwimmunterricht. „Die Kinder, die hier schwimmen lernen, sind zwischen fünf und zwölf Jahre alt.“ Größere Kinder, die dabeibleiben, werden dann vielleicht sogar Juniorretter. Debbie ist schon seit ihrem neunten Lebensjahr in der DLRG. „Es macht mir so viel Spaß, anderen das Schwimmen oder die Rettung beizubringen und selbst als Lebensretter im Einsatz zu sein. Ich habe hier viele Freunde und die Leute hier sind wie eine große Familie.“ Debbie strahlt über das ganze Gesicht. „Das ist einfach mein Ding.“

## Tolle Aufgaben, echter Teamgeist

Und es ist immer viel los bei den gelb-rot gekleideten Lebensrettern. Debbie ist in der Woche oft für die DLRG im Einsatz: Sie bringt nicht nur Kindern das Schwimmen bei, sondern übernimmt auch die sogenannte externe Rettungsausbildung, zum Beispiel für Kindergärtnerinnen oder Polizeianwärter. Auch bei Ruderwettkämpfen ist sie vor Ort und überwacht gemeinsam mit ihren Kollegen das Treiben auf dem Wasser. „Damit ich fit bleibe, gehe ich zum Training und besuche regelmäßig Lehrgänge. Außerdem haben wir viele Jugendveranstaltungen und Projekte, bei denen ich mithelfe. All das im Team, das verbindet. Wir sitzen oft zusammen, tauschen uns aus und feiern auch gemeinsam.“

Alle Aufgaben erledigen die DLRG-Retter ehrenamtlich. Viel Freizeit investieren sie, „aber man bekommt wirklich viel dafür zurück“, bestätigt auch Debbies Kollegin Ines (24). „Man lernt ständig neue Leute kennen, die ähnlich ticken. Der Freundeskreis erweitert sich und man kann sich aussuchen, wo man mithelfen möchte. Es gibt keinen Zwang.“

Junge Athleten können hier sogar leistungsorientiert trainieren. „Viele Jugendliche kommen auch vom Leistungsschwimmen zu uns“, erzählt Debbie. „Mein eigener Weg zur DLRG war genauso. Wenn man will, kann man hier ordentlich reinklotzen und zu internationalen Wettkämpfen fahren.“ Wer darauf keine Lust hat und es lockerer angehen möchte, besucht einmal die Woche das Training. „Das kann jeder selbst bestimmen. Übrigens muss man nicht super sportlich sein, wenn man bei uns mitmachen möchte. Nur der Spaß am Schwimmen, der ist schon wichtig. Sonst wird es schwierig“, lacht Ines.

## Sich für andere engagieren

Wer sich für die DLRG entscheidet, sollte außerdem gerne für andere da sein und auf Menschen zugehen können. „Du begegnest einfach sehr vielen Leuten, gleichaltrigen, aber auch Kindern, die man immer besonders im Auge behalten muss. Die Verantwortung für andere tragen, das will nicht jeder“, weiß Debbie. „Das Tolle ist aber, das man unheimlich viel lernt. Und was man auch nicht vergessen darf: Es kommt auch bei Arbeitgebern gut an, wenn man sich so engagiert. Und die Jugendprojektarbeit hier kann man super in den Lebenslauf schreiben.“

Sowohl Debbie als auch Ines studieren gerade. Wenn sie Semesterferien haben, fahren sie an die Nord- oder Ostsee und sind dort als Rettungsschwimmer im Einsatz. „Das ist einfach klasse. Du bist den ganzen Tag mit den anderen draußen. Abends sitzen wir zusammen, lassen den Tag Revue passieren und tauschen uns aus. Besonders dann, wenn etwas passiert ist“, erzählt Debbie. „Wenn wir einen Einsatz hatten, kommt auch der Notfallseelsorger zu uns. Er hilft uns dabei, das Geschehene zu verarbeiten. Denn wir erfahren nicht, was aus dem Menschen geworden ist, den wir aus dem Wasser gerettet haben – Datenschutz. Also hoffen wir, dass alles gut gegangen ist.“ Gibt es eigentlich einen besonderen Ort, wo sie gerne einmal aufpassen würden? Ines lacht. „Am liebsten am Strand irgendwo in Australien oder den USA. Ein bisschen wie bei Baywatch.“

Und damit auch der nächste Rettungsschwimmer-Einsatz ein voller Erfolg wird, springen Ines und Debbie erneut ins Becken und üben mit einer speziellen Übungspuppe die Rettung eines Menschen. Und sie machen dabei einen echt professionellen Eindruck. Wenn man einmal selbst in Gefahr geraten sollte, kann man wirklich froh sein, wenn die gelb-roten Lebensretter in der Nähe sind – und beherzt eingreifen.

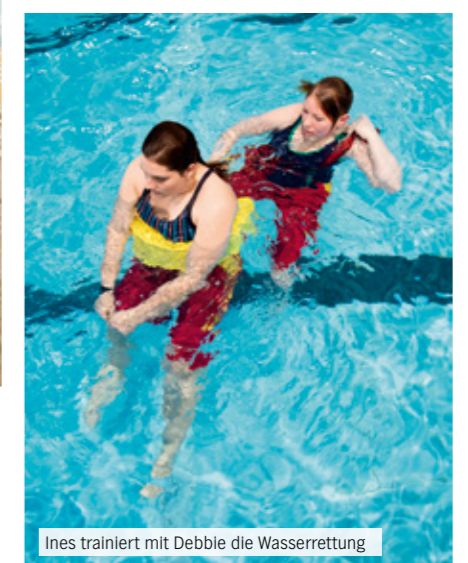


## Info

Bei der DLRG kann sich jeder zum Rettungsschwimmer ausbilden lassen. Einfach bei der DLRG vor Ort nachfragen. Du kannst dann das Deutsche Rettungsschwimmerabzeichen in Bronze, Silber und Gold machen. Weitere Infos findest du auch unter: [www.dlrg-jugend.de](http://www.dlrg-jugend.de)



Ines (links) und Debbie sind für ihr nächstes Training einsatzbereit



Ines trainiert mit Debbie die Wasserrettung