

DLRG Ortsgruppe Goch

- schwimmen verbindet -



DLRG Jugend

Wir stellen vor!

Das Training im Goch Ness startet

Rätselspaß

Schwimmen im Rhein

Entspannungspause für den Alltag

...und vieles mehr

Wichtige Informationen zum Schwimmtraining im Goch Ness

Liebe Kinder, liebe Eltern, liebe Mitglieder und Mitgliederinnen,

die Ausbildung der DLRG Goch startet zum 23.08.2021 endlich wieder mit der Schwimmausbildung.

Pünktlich hierzu haben sich auch die Corona-Bestimmungen des Landes NRW geändert, sodass auch die Regeln im Goch Ness für uns alle angepasst wurden.

So schnell hatten wir mit einem Schwimmstart nicht gerechnet. Aus diesem Grund bitten wir euch noch um ein wenig Geduld, damit wir unser Ausbildungskonzept zur Sicherheit aller Trainer/innen sowie Schwimmer/innen anpassen können.

Wir gehen ab dem 23.08.2021 mit dem aktuellen Konzept ins Rennen und werden ca. alle zwei Wochen die Gruppen zusammenlegen und somit wieder schrittweise zu einem „normalen“ Training am Montagabend im Goch Ness zurückkehren.

Die Kinder, die sich bereits online angemeldet haben, erhalten ihre Trainingszeiten und alle wichtigen Informationen per E-Mail. Alle anderen, die sich noch nicht angemeldet haben, können die aktuellen Veränderungen auf unseren digitalen Medien oder im Newsletter erfahren.

Mit freundlichen Grüßen



Dirk van Sambeck
Ausbildungsleiter



Schwimmen im Rhein

Jedes Jahr ertrinken mehrere Menschen sowohl Erwachsene als auch Kinder im Rhein, weil sie die Gefahren unterschätzen.

Bei gefährlichen Strömungen wirkt der Sog so stark, dass er selbst geübte Schwimmerinnen und Schwimmer bis auf den Grund zieht. Die Strömungen sind unberechenbar und meist nicht zu erkennen. Wellen von großen Schiffen können arglos im Wasser stehende Menschen umwerfen und in die gefährliche Strömung treiben. "Ebbe und Flut" innerhalb weniger Minuten: Stromaufwärts fahrende Schiffe saugen das Wasser vor ihnen an. In Ufernähe sinkt dann der Wasserpegel. Badende lassen sich durch die kurzfristige "Ebbe" dazu verleiten, weiter ins Wasser zu gehen. Sobald jedoch das Schiff vorbeigefahren ist, kommt die "Flut" mit unerwarteter Kraft und reißt selbst Erwachsene in die Hauptströmung. Folgen von Rheinunfällen sind Knochenbrüche, Unterkühlung, Herz-Kreislauf-Störungen und im schlimmsten Fall Ertrinken.

Wie verhältst du dich im Notfall?

Mit der Strömung schwimmen

Selbst für uns als geübte Schwimmerinnen und Schwimmer ist das Ankämpfen gegen die Strömung aussichtslos. Schwimme immer mit der Strömung ans Ufer und mache durch lautes Rufen auf dich aufmerksam. Das ist die einzige Überlebenschance.

Bleibe immer am Ufer

Niemals selbst in den Rhein springen. Schon oft mussten Menschen nach einem Rettungsversuch selbst aus dem Fluss gezogen werden.

Notruf 112 wählen

Melde der Feuerwehr den Notfall unter der Rufnummer 112.

Wo ist der Notfallort?

Beachte die Rheinstromkilometer-Tafeln. Nenne die Straße mit Hausnummer in der Nähe oder bekannte Örtlichkeiten, zum Beispiel Brücken, Häfen, markante Bauwerke.

Was ist passiert?

Warte auf weitere Fragen und Anweisungen.

Rettungsring zu werfen

Wenn du in der Nähe einen Rettungsring siehst, versuche diesen der Person im Rhein zuzuwerfen. Begebe dich dabei oder beim Versuch, die Person zu retten, keinesfalls selbst in Gefahr.

Person im Blick behalten

Bleibe nach Möglichkeit in der Nähe der Person im Rhein und lasse diese nicht aus den Augen. Vielleicht kann sie sich festhalten oder sich sogar selbst aus dem Wasser retten.

Rufe nochmals den Notruf 112 und schildere der Feuerwehr deine Beobachtungen. Ist es nicht möglich der Person zu folgen, warte an der Stelle auf das Eintreffen der Einsatzkräfte, wo du das erste Mal die Feuerwehr alarmiert hast. Deine Angaben sind lebenswichtig und beschleunigen den Rettungseinsatz.

<https://www.stadt-koeln.de/leben-in-koeln/freizeit-natur-sport/ferien-freizeit/schwimmen-im-rhein-ist-lebensgefaehrlich>

DLRG Jugend – wie geht's weiter?

Wer kennt die Veranstaltungen wie Ostereiersuchen, Back-und Basteltag oder Kinotag nicht?

Schon viele Jahre sind der Jugendvorstand und die damit verbundenen Veranstaltungen der DLRG Goch im Ortsgruppenalltag bekannt.

Eine bunte Truppe aus Jugendlichen bis hin zum Erwachsenenalter organisiert und führt Ausflüge und Programme für Jung und Alt durch.

Aufgrund der Pandemie fanden leider keine Veranstaltungen statt. Mit einher geht die Tatsache, dass es der aktuell gewählten Jugend nicht möglich war, Nachwuchs zu gewinnen.

Und nun zu dir – du bist zwischen 14 und 21 Jahre alt und hast Zeit und Lust in die Arbeit der DLRG Jugend reinzuschnuppern? Hast du in der Zukunft Pläne in der Jugendarbeit oder im Management beruflich Fuß zu fassen und benötigst Erfahrungsräume? Super. Dann melde dich gerne bei Oliver Koch unter jugendvorsitz@goch.dlrg.de.

Vom 12. bis 14. November 2021 wird es ein Jugendwochenende geben, wo du alles rund um den Jugendvorstand erfährst. Einladungen dazu folgen noch. Den Termin darfst du dir gerne schon einmal vormerken.



Wir stellen vor!



Sascha Wolf

- 45 Jahre
- Teil einer wunderschönen Patchwork Familie
- Prokurist und Verkaufsleiter bei einem Mittelständigen Nutzfahrzeughändler in Goch
- Mein Motto: „Gemeinsam mehr bewegen“
- Mit meiner offenen und ehrlichen Art ecke ich oft an. Ich sage immer was ich denke, da können leider viele nicht mit umgehen. Meistens meine ich das aber nicht persönlich.

In der DLRG Goch bin ich seit:

37 Jahren

Das übe ich in der DLRG Goch aus:

- Stellv. Leiter der Ortsgruppe
- Ausbilder / Multiplikator im Bereich Einsatz
- Wachführer im Wasserrettungsdienst
- Aktives Mitglied in der Einsatzeinheit der örtlichen Gefahrenabwehr / Katastrophenschutz

Außer in der DLRG Ortsgruppe Goch bin ich noch in unserm Bezirk als Leiter Einsatz und im Landesverband Nordrhein als Referatsleiter Katastrophenschuss aktiv. Im Bundesverband der DLRG arbeite ich an verschiedenen Projekten im Bereich Katastrophenschutz mit.

Darum bin ich aktiv:

Ich finde das die DLRG für jeden was zu bieten hat. Jeder kann sich in seinem Bereich engagieren, ob Schwimmausbildung, sportlichen Wettkampf, Jugendveranstaltungen, Katastrophenschutz oder Wasserrettungsdienst. Welche andere Hilfsorganisation ist so vielseitig?

Mich persönlich hat der Bereich Einsatz immer interessiert. Hier gibt es neben der Hilfe am Menschen auch noch viel Technik die mich begeistert. Boote, Fahrzeuge usw. ein Traum für jeden Jungen

Außerdem darf ich mit vielen tollen Menschen, die mittlerweile Freunde sind zusammen schöne Tage am Wisseler See oder auch am Goch Ness verbringen. Das ist wie ein Kurzurlaub mit Freunden. Das motiviert mich jedes Mal aufs Neue.

Das will ich unbedingt mal in meinem Leben machen:

Das schwankt schon mal, zurzeit würde ich gerne mal die Vierdaagse mitlaufen. Dafür muss ich allerdings noch viel trainieren.

Da will ich unbedingt mal hin:

Ich würde gerne mit dem Wohnmobil durch Skandinavien fahren.

Das mache ich für mein Leben gern:

Mit meiner Familie an der Nordsee campen

Das war bisher mein größtes Abenteuer:

Das Leben 😊

Zeit zum Lachen



<http://www.medi-learn.de/cartoons/versenkt/>

Die Gewinner des Kreuzworträtsels – Ausgabe 01/2021

Familie Litjes ist der erste Gewinner des Adler News-Kreuzworträtsels.

Stellvertretend für die ganze Familie nahm Mattis Litjes den Hauptgewinn aus dem ersten Adler News-Kreuzworträtsel gerne entgegen.

Als Wasserratte durch und durch, wie man unschwer erkennen kann, freut er sich besonders über den GochNess Gutschein, der für einen Familienausflug dienen soll.

Richtig gelöst wurde das Kreuzworträtsel mit dem Lösungswort „LEBENSRETTET“.

Nicht nur Mattis ist in der DLRG, auch seine Geschwister sind aktiv, sobald Corona es wieder zulässt. Wie ich beim Termin erfuhr, unterstützt sogar Papa Heinz-Peter als Ausbilder in der Schwimmbildung. Eine DLRG Familie durch und durch.

Du siehst, es lohnt sich am Kreuzworträtsel teilzunehmen.

Also ran an den Stift, Kreuzworträtsel direkt in dieser Ausgabe ausfüllen und einsenden.

Der nächste Hauptgewinn wartet schon auf Dich.

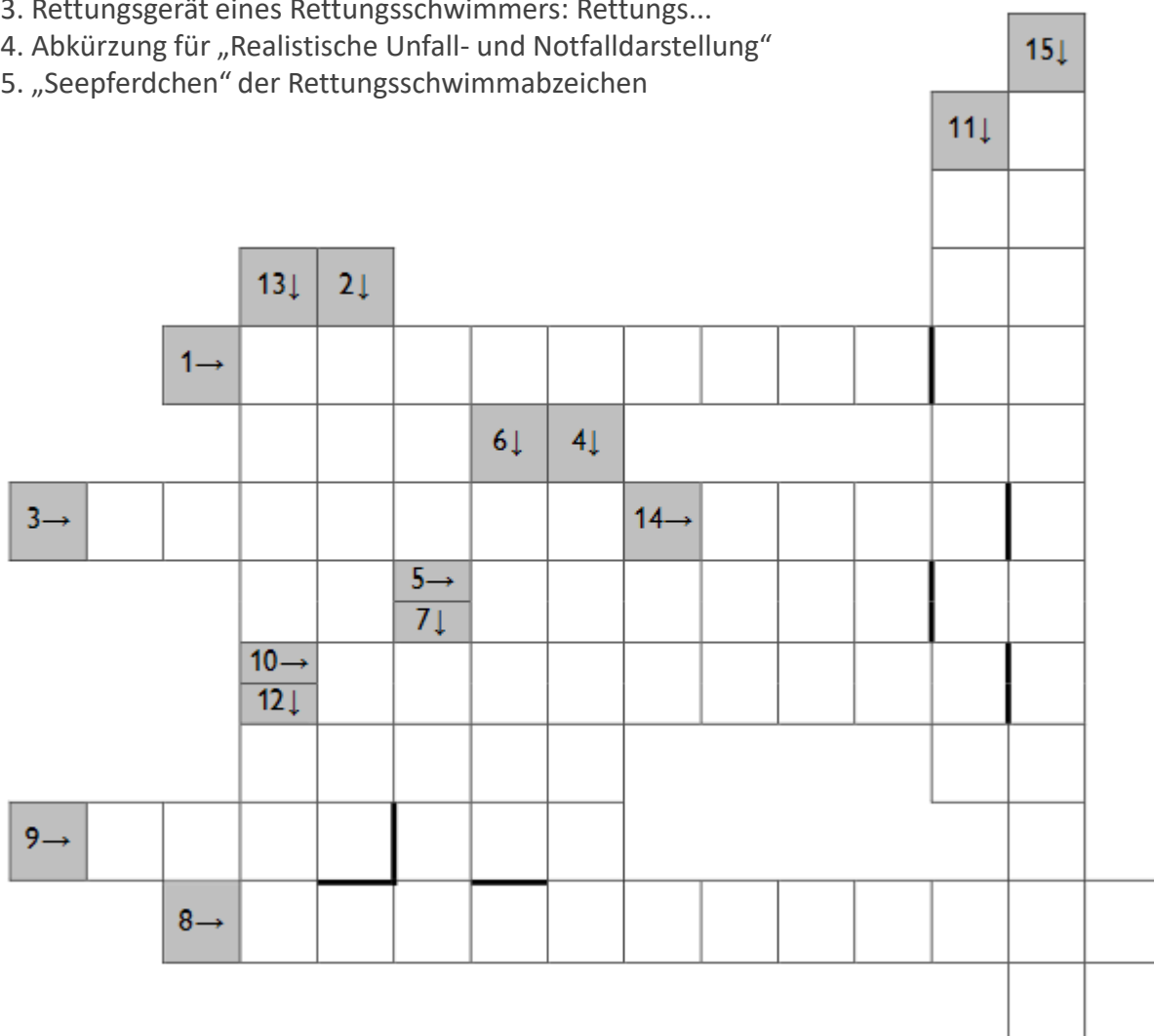


Rätselspaß

Teste dein Wissen über die DLRG!



1. Teil einer Sondersignalanlage
2. Gründungsort der DLRG
3. Funkrufname der DLRG
4. Die 112 ist der...
5. Wetterphänomen, bei dem man das Wasser verlassen sollte
6. Tier auf dem Logo der DLRG
7. Kann einen beim Schwimmen im Meer hinausziehen
8. Gebräuchlicher Name für Frschwimmer
9. Präsident der DLRG: Achim...
10. Jugendfreizeit ohne Haus
11. Bundessitz der DLRG: Bad...
12. Ein W des Notrufs
13. Rettungsgerät eines Rettungsschwimmers: Rettungs...
14. Abkürzung für „Realistische Unfall- und Notfalldarstellung“
15. „Seepferdchen“ der Rettungsschwimmabzeichen



Unter allen Einsendungen wird ein toller Preis verlost!

Schicke dein gelöstes Rätsel bis zum 30.09.2021 an kommunikation@goch.dlrg.de.

Entspannungspause für den Alltag

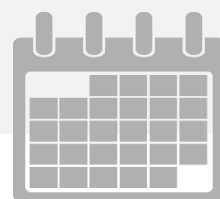
Entspannung durch Malen

Malen macht nachweislich ruhiger, aufmerksamer und gesünder. Du reduzierst Stress und gönnst deinem Körper einen Entspannungspause.

Du glaubst es nicht? Dann teste es doch gleich mal aus:



Save the Date



06.09.2021

Ausbildung kehrt sukzessive zu normalen Trainingszeiten zurück (mit allen Online-Anmeldungen)

08.09.2021

DLRG Goch - Vorstandssitzung

04.10.2021

Rückkehr zum „normalen“ Schwimmbetrieb für alle Mitgliederinnen und Mitglieder (sofern Corona es zulässt)

09.10.2021

DLRG Goch - Jahreshauptversammlung

12. – 14.11.2021

Wochenende "Fit für den Gocher Jugendvorstand"

Kontakt

**Du hast kreative Ideen für den nächsten Newsletter?
Du möchtest im Redaktionsteam mitwirken?**

Dann melde dich bei

Frederik Bremer

0170 7961939

kommunikation@goch.dlrg.de

Wir freuen uns über deine Unterstützung!

Hier geht's zur Newsletter-Anmeldung. Einfach den QR Code scannen.



Geschäftsstelle
DLRG Ortsgruppe Goch
Royland 24-26
47574 Goch

02823 4195559
info@goch.dlrg.de

