

Sarah Dambacher, DLRG München-Mitte

Was genau machen Sie in Ihrem freiwilligen Engagement? Was ist Ihre Aufgabe?

Ich bin bei der DLRG München-Mitte in zwei Bereichen aktiv. Während der Badesaison leiste ich Wachdienst am Fasaneriesee und bin Mitglied unserer Schnell-Einsatz-Gruppe Wasserrettung, die das ganze Jahr rund um die Uhr alarmierbar ist. Wir rücken ins gesamte Stadtgebiet und den Landkreis München aus, wenn jemand im Wasser in Not gerät.

Darüber hinaus bin ich Stellvertretende Technische Leiterin im Bereich Ausbildung. Wir organisieren jährlich rund acht Rettungsschwimmkurse mit rund 160 Teilnehmenden. Jeder Kurs muss geplant werden, wir beantworten Fragen und kümmern uns um die Registrierung der Abzeichen. Auch bei Veranstaltungen wie dem Wassersportfestival der Landeshauptstadt München bin ich stark eingebunden.

Was motiviert Sie, sich zu engagieren?

Ich kann meine Interessen wie Schwimmen und Medizin für eine gute Sache nutzen. Besonders schätze ich auch die starke Teamarbeit und das positive Miteinander in unserem Verein.

Was ist Ihr persönlicher, beruflicher Hintergrund?

Ich arbeite als biologisch-technische Assistentin in einem Labor im Klinikum Rechts der Isar in der Krebsforschung.

Gab es ein besonderes Erlebnis, das Sie schildern möchten? Hat Sie ein Erlebnis besonders gefreut oder geprägt?

In Erinnerung geblieben ist mir ein Badeunfall, bei dem ein Jugendlicher aus dem Fasaneriesee gerettet wurde. Meine Aufgabe bei diesem Einsatz war es, mich um die Familienangehörigen zu kümmern. Das war natürlich eine große Herausforderung, hat mir aber auch gezeigt, wie elementar Betreuung in so einer schwierigen Situation sein kann.

Im Bereich Ausbildung denke ich an das Wassersportfestival im letzten Jahr. Dort haben wir an einem einzigen Tag über 220 Schwimmapzeichen abgenommen – das ist natürlich eine große organisatorische Aufgabe. Neben den vielen glücklichen Kindern ist mir besonders eine über 60-jährige Dame in Erinnerung geblieben. Sie wollte unbedingt einmal ein Schwimmapzeichen machen und war sehr dankbar, dass wir das ermöglichen konnten.

Was möchten Sie als Botschaft weitergeben?

Gemeinsam Helfen macht Spaß! Bei uns gibt es viele Möglichkeiten, sich einzubringen, wenn man Freude am Wasser hat.

Wichtig ist mir aber auch der Respekt vor dem Wasser. Auch wenn wir immer einsatzbereit sind: Am besten müssen wir gar nicht ausrücken. Wenn eine Person erst einmal unter Wasser geraten ist, sinkt mit jeder Minute die Chance, den Unfall unbeschadet zu überstehen. Daher ist es auch so wichtig, dass möglichst viele Menschen im Rettungsschwimmen ausgebildet sind.

Was haben Sie durch das freiwillige Engagement gelernt?

Die fundierte Ausbildung hilft auch im Alltag. Erst vor einigen Wochen wurde ich zufällig Zeugin eines Verkehrsunfalls und konnte einen verletzten Motorradfahrer erstversorgen. Man lernt außerdem, in Stresssituationen effektiv im Team zu agieren – auch abseits des Wassers ist das immer wieder nützlich.