

# Sicher zu Hause & unterwegs

Das Magazin der DSH und der Unfallkasse Nordrhein-Westfalen



## Multitasking – das Unfallrisiko steigt

Kneten, ausstechen, verzieren – sicher backen mit Kindern

Unfallgefahren im Winter – Tipps für Hausbesitzer



Aktion  
**DAS SICHERE HAUS**  
Deutsches Kuratorium für Sicherheit  
in Heim und Freizeit e.V. (DSH)



**UK NRW**  
Unfallkasse Nordrhein-Westfalen



DR. SUSANNE WOELK  
CHEFREDAKTEURIN

## Liebe Leserin und Lieber Leser,

wenn, wie neulich, ein Leserbrief in der Post liegt, freue ich mich ganz besonders. Denn er zeigt zum einen, dass SICHER zuhause & unterwegs Ihnen Themen bietet, die eine nähere Beschäftigung lohnen. Zum anderen regen Sie in den Briefen oft ganz einfache und zweckmäßige Lösungen zur Unfallvermeidung an. Auf Seite 15 zum Beispiel berichtet Ulrich H. aus Herzogenrath zur „Kindersicherheit“, dass sein Nachwuchs vor rund 30 Jahren im guten alten Laufstall sicher aufgehoben war, wenn sich gerade kein Elternteil um ihn kümmern konnte – ein zeitloser

Tipp! Marianne F. aus Flörsheim wiederum beschreibt die guten Erfahrungen, die sie mit ihrem Dreirad gemacht hat. Sie geht aber auch die große Umstellung ein, die ein Umsteigen von zwei auf drei Räder bedeutet.

Wenn auch Sie finden, dass es zu unseren Themen durchaus noch etwas zu sagen gibt, würde ich mich freuen, wenn auch Ihr Brief auf meinem Schreibtisch landet.

Apropos Schreibtisch – kennen Sie auch das Gefühl, dass sich in Küche, Arbeitszimmer und Garage immer mehr Arbeit auftürmt, als Sie gerade bewältigen können? Dass ein zweiter Kopf ganz praktisch wäre, zusätzlich zu einem weiteren Satz Hände und einem Tag mit mindestens 36 Stunden? Vergessen Sie es. Lassen Sie sich nicht irre machen:

„Eins nach dem anderen“ ist angesagt. Multitasking, der Drang, mehrere Sachen gleichzeitig zu erledigen, schadet Ihrer Gesundheit, führt oft zu Unfällen und ist deshalb – zum Glück – auf einem guten Weg in die lebensweltliche Mottenkiste. Näheres dazu lesen Sie auf den Seiten 4 und 5.

*Susanne Woelk*

und das Redaktionsteam von SICHER zuhause & unterwegs



## Ausgabe 4/2012

### Impressum

**Herausgeber:** Aktion DAS SICHERE HAUS  
Deutsches Kuratorium für Sicherheit in Heim und Freizeit e.V. (DSH)  
Holsteinischer Kamp 62, 22081 Hamburg  
Telefon: 040/29 81 04 - 61 oder - 62  
Telefax: 040/29 81 04 - 71  
Fragen zu Artikeln und Recherche:  
info@das-sichere-haus.de  
Abonnenten-Service: magazin@das-sichere-haus.de  
Internet: www.das-sichere-haus.de

**Chefredakteurin:** Dr. Susanne Woelk  
**Redaktionsassistenten:** Siv-Carola Bruns und Jan Roden  
**Redaktionsbeirat:**  
**Ulrike Renner-Helfmann,** Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB)  
**Katrin Rüter de Escobar,** Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft e.V. (GDV)  
**Markus Schulte,** Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA)  
**Kirsten Wasmuth,** Unfallkasse Berlin  
**Nil Yurdadat,** Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

ISSN 1617-9099

**Fotos/Bilder:** mammamaart/istockphoto (Titel, S. 2), DSH (S. 2), Alexander-Walter, Brennenstuhl (S. 3), Ingo Bartussek/Fotolia/ (S. 4), Ally, aey/Fotolia, taramara78/istockphoto (S. 5), jeu/istockphoto, 2012 Chariot Child Transport (S. 6), AndreaS/Shotshop, Monkey Business 2/Shotshop (S. 7), Claudia Paulussen, unpict/Fotolia, Oven Knits (S. 8), gradt/Fotolia, dja65/istockphoto, stüwes (S. 9), goldencow\_images/Fotolia (S. 10), Sky-neshar\_bear/istockphoto (S. 11), senoldo/Fotolia, Alloy Photography/Veer (S. 12), DSH, kevinmayer/istockphoto (S. 13), Rättsel Schmiede (S. 14), Kindermöbel und -geräte GmbH & Co. KG, Van Raam (S. 15), Yuri\_Arcurs/istockphoto (Rückseite)

**Layout & Vertrieb:** Bodendörfer | Kellow,  
Grafik-Design & Verlag  
Alte Essigfabrik, Kanalstraße 26-28, 23552 Lübeck  
Telefon: 0451/70 74 98 30, Telefax: 0451/707 25 41  
E-Mail: info@bo-ke.de

**Erscheinungsweise:** vierteljährlich  
**Jahresbezugspreis:** innerhalb Deutschlands 5,00 EUR, europäisches Ausland 9,00 EUR  
**Einzelheft:** innerhalb Deutschlands 1,40 EUR, europäisches Ausland 2,40 EUR  
In diesen Preisen sind Versandkosten und Mehrwertsteuer enthalten.  
Abonnementskündigungen können nur zum Jahresende unter Einhaltung einer Kündigungsfrist von drei Monaten berücksichtigt werden.  
Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung der Aktion DSH.  
Für mit Namen oder Initialen gekennzeichnete Beiträge wird lediglich die allgemeine presserechtliche Verantwortung übernommen.

**Privatpersonen, die eine Hilfe in Haus oder Garten beschäftigen, erhalten die Zeitschrift kostenfrei von ihrer gesetzlichen Unfallversicherung.**

## Inhalt

### Aktuell

Eins nach dem anderen ..... 4/5

### Freizeit

Von Erfrierungen bedroht ..... 6  
Wenn Haustiere krank machen ..... 11

### Haushalt

Kohlenmonoxid ..... 3  
Vorsicht, glatt! ..... 7  
Advent, Advent, ein Lichtlein brennt ..... 12/13

### Kinder

Fröhliche Weihnachtsbäckerei ..... 8  
Höheres Unfallrisiko für hyperaktive Kinder ..... 10  
Kinderspaß ..... 14

### Kurz gemeldet

Ski-Helme können schwere Verletzungen verhindern ..... 9  
Ene Mene Miste, was rappelt in der Spielzeugkiste? ..... 9  
EU: Verpackungs-Verordnung für Lampenöle und Grillanzünder ..... 9

### Leserbriefe

Kinder sind im Laufstall sicher aufgehoben ..... 15  
Senioren: Spaß am Fahrradfahren ..... 15

# Tückisch und lebensgefährlich Kohlenmonoxid

**Im Winter ist die Gastherme in der Küche, im Bad oder im Keller ständig in Betrieb. Sie sorgt für wohlige Wärme. Und produziert dabei Kohlenstoffmonoxid, kurz Kohlenmonoxid (CO). Tritt CO aus, kann es für die Bewohner innerhalb kürzester Zeit lebensgefährlich werden.**

„Die Zahl tödlicher Kohlenmonoxid-Unfälle ist zum Glück sehr überschaubar. Das liegt auch daran, dass bei modernen Brennwertgeräten, die raumluftunabhängig betrieben werden, nur bei grober Beschädigung oder bei massiven Montagefehlern Abgas austreten kann“, sagt Matthias Wagnitz vom Zentralverband Sanitär Heizung Klima. Solche Schäden kann auch ein Laie meist mit dem bloßen Auge erkennen.



## Raumluftabhängige Heizungen und blockierte Lüftungen bergen Risiken

Eine höhere Unfallgefahr besteht bei alten Geräten, die Luft aus dem Raum für die Verbrennung ansaugen. Ihre Abluft steigt durch den entstehenden Unterdruck im Schornstein nach oben. Wird dieses sensible Gleichgewicht gestört, besteht Vergiftungsgefahr.

Zum Beispiel kann die Frischluftzufuhr behindert sein. „Wir beobachten oft, dass die notwendigen Schlitze in der Raumtür zugeklebt sind“, sagt Hartmut Ziebs vom Deutschen Feuerwehrverband (DFV). Sanitärexperte Wagnitz kennt eine andere

typische Situation: „In der Küche hängen Gastherme und Dunstabzugshaube nebeneinander. Durch den Betrieb der Therme entsteht in der Küche ein Unterdruck. Die Dunstabzugshaube saugt dann die verbrannte Thermenabluft aus dem Schornstein zurück in die Küche.“ Dort steigt dann die CO-Konzentration. Diese gefährliche Situation vermeiden Besitzer eines raumluftabhängigen Geräts, wenn sie eine Umlufthaube anstelle einer Abzugshaube einbauen. Alternativ können Abzugshaube und Therme miteinander verschaltet werden: Sobald die Abzugshaube läuft, geht die Therme aus. Ähnlich lässt sich im Bad verfahren, wenn dort Gastherme und Wäschetrockner installiert sind.

Gefährlich kann es auch werden, wenn die Abfuhr der Abgase behindert ist, weil etwa ein Vogelneest die Lüftungsanlage blockiert. DFV-Experte Ziebs berichtet von zwei solchen Fällen: „Kohlenmonoxid ist in den Lüftungsleitungen hochgestiegen, kam dort nicht durch und suchte sich durch Abluftschächte den Weg zurück in Wohnräume.“

## Wartungen beugen Unfällen vor

Der erste Beitrag zur Prävention ist das regelmäßige Warten der Heizung. „Wer neue, dichte Fenster eingebaut hat, sollte außerdem den Fachmann bitten, den Raumluftverbund zu kontrollieren, um sicher zu sein, dass ausreichend Frischluft zur Verfügung steht“, rät Wagnitz. Maßnahme Nummer zwei ist die jährliche Kontrolle durch den Schornsteinfeger: Er sorgt für die ungehinderte Abfuhr der Abgase.

Doch auch Wartungen sind keine Garantien. Im Notfall ist entscheidend, die erhöhte CO-Konzentration rechtzeitig zu erkennen. „Es gibt mittlerweile Rauchmelder, die auch vor CO-Freisetzung warnen“, erklärt Ziebs. Ein lautes Alarmsignal und eine Warnleuchte zeigen den steigenden Kohlenmonoxid-Wert im Raum an. Ein CO-Melder hat seinen sinnvollen Platz in der Nähe der Gastherme.

Kleinste Mengen von Kohlenmonoxid verursachen zunächst Übelkeit, Schwindel und Benommenheit sowie Bewusstseins-eintrübung und dann Ohnmacht. Wie lange der Körper unter Einfluss des Atemgiftes noch funktionsfähig ist, hängt von der CO-Konzentration, der Dauer der Einwirkung und eventuellen Vorerkrankungen ab. Im Notfall ist deshalb schnelles Handeln oberstes Gebot. „Wer an sich oder einer anderen Person solche Anzeichen bemerkt, muss umgehend so viel wie möglich lüften, sich selbst dann aus dem Raum heraus in Sicherheit bringen und den Notarzt oder die Feuerwehr rufen“, betont Ziebs.



VON EVA NEUMANN, JOURNALISTIN, BERLIN.





## Statt Multitasking

# Eins nach dem anderen

Wer kennt das nicht: So viel zu tun und so wenig Zeit. Warum also nicht manche Dinge gleichzeitig erledigen? Während der Autofahrt frühstücken oder beim Kochen telefonieren, das klingt machbar, ist aber öfter ein Risiko, als man denkt. Denn wer versucht, mehrere Dinge gleichzeitig zu tun, wird mindestens eine der Tätigkeiten mit verminderter Aufmerksamkeit verfolgen. Folgen des versuchten Multitaskings im Büro sind höchstens mal ein umgefallener Kaffeebecher oder eine an den falschen Adressaten abgeschickte Mail. Im Haushalt und im Straßenverkehr aber lauern ganz andere Unfallrisiken.

Das musste auch Holger Thomas\* feststellen, als er nach einem stressigen Tag im Büro noch schnell die letzten E-Mails auf seinem Smartphone lesen wollte. Weil aber seine Frau aus der Küche nach ihm rief, kontrollierte er die E-Mails, während er durch das heimische Wohnzimmer eilte. Der Vater zweier Töchter achtete zwar stets darauf, dass Spielzeugautos und Bauklötze nicht als Stolperfallen herumlagen, die umgeschlagene Teppichkante aber übersah er. „Ich dachte, in meinen eigenen vier Wänden fände ich mich blind zurecht.“ So aber stolperte T. und zog sich einen komplizierten Bruch am Arm zu.

\* Name geändert

### Multitasking funktioniert nur, wenn eine Tätigkeit kaum Aufmerksamkeit erfordert

So wie Holger T. ergeht es vielen Menschen, die glauben, zwei Tätigkeiten ließen sich problemlos zur gleichen Zeit erledigen. „Der Mensch ist nur dann in der Lage, Dinge ohne Risiko gleichzeitig zu erledigen, wenn zumindest eine dieser Tätigkeiten keine große Aufmerksamkeit erfordert“, sagt Dr. Eva Bamberg, Professorin für Organisationspsychologie an der Universität Hamburg. Silber putzen und dabei Kinder Vokabeln abfragen, ist ein Beispiel. Aber auch tippen und gleichzeitig zu telefonieren ist möglich. „Multitasking wird erst dann zum Problem, wenn ein plötzliches Ereignis auftreten kann, auf das ich reagie-



ren muss“, sagt die Psychologin. Wie im Falle von Holger T. die umgeklappte Teppichkante: Wäre er nicht durch das Handy abgelenkt gewesen, hätte er das unvorhersehbare Hindernis unfallfrei passieren können.

Die ungeteilte Aufmerksamkeit sollte auch den meisten Hausarbeiten gelten – selbst denen, von denen wir meinen, dass wir sie routiniert und damit sicher ausführen. Auf der Leiter stehen und die Fenster putzen, während man im Fernsehen die Lieblingsquizshow verfolgt: eigentlich kein Problem. Aber was ist, wenn Sie genauso konzentriert über die Antworten nachdenken wie der Quizkandidat und nicht bemerken, dass die Leiter gefährlich wackelt? Können Sie dann noch schnell genug reagieren, um einen Sturz zu verhindern? „Anders als in der Erwerbsarbeit, wo es viele Regeln zur Arbeitssicherheit gibt, mit denen Gefahrenquellen wie Treppen oder Geländer ausgeschaltet würden, gibt es solche im Haushalt kaum“, gibt Bamberg zu bedenken.

### Auf der Leiter stehen und fernsehen funktioniert nicht

Deswegen ist es umso wichtiger, auch vermeintliche Routine-tätigkeiten konzentriert zu erledigen. Der Fernseher sollte ausgeschaltet sein, wenn Sie auf der Leiter stehen und Fenster putzen oder in der Küche mit scharfen Messern hantieren. Und wenn das Telefon klingelt oder der Ruf eines Familienmitglieds stört, beenden Sie Ihre aktuelle Tätigkeit bewusst, bevor Sie sich der Unterbrechung widmen. Ein weiterer Tipp der Psychologin: „Ein kurzes ‚Ich komme gleich‘ oder ‚Moment noch‘, signalisiert dem anderen, dass Sie gleich Zeit für ihn haben, während Sie in Ruhe von der Leiter steigen oder das Messer beiseitelegen können.“

### Multitasking im Auto

Das Prinzip Eins-nach-dem-anderen gilt natürlich auch beim Autofahren. Denn mal kurz einen Blick aufs Handy werfen, das Ziel ins Navigationsgerät eingeben oder fix den „Coffee to go“ umrühren: Die Versuchung, zwei Dinge oder mehr gleichzeitig zu tun, ist hier besonders groß. So wie bei Sandra S. Die Anwältin hatte ausgerechnet an dem Morgen verschlafen, an dem sie ein wichtiges Klientengespräch hatte. Also erledigte sie all das, wofür die Zeit zuhause nicht mehr gereicht hatte, unterwegs im Auto: ihrem Mann eine SMS schicken, Kaffee trinken und mit einem Blick im Rückspiegel das Make-up checken. „Ich dachte noch, wir Frauen sind ja multitaskingfähig, als es plötzlich heftig krachte.“ Sandra S. hatte die Vollbremsung des Vordermanns zu spät registriert und war mit voller Wucht auf dessen Kofferraum geknallt. Ein Schleudertrauma und zwei PKW-Totalschäden forderte der Moment der Unachtsamkeit.

„Dem Straßenverkehr sollte ständig die volle Aufmerksamkeit gelten“, sagt Bamberg. In die Praxis umgesetzt bedeutet das, alle Aufgaben, die nichts mit dem Autofahren zu tun haben, rechtzeitig zu erledigen. Vor der Fahrt

gehört das Handy in die Handtasche, der Lieblingsradiosender vorab eingestellt und das Navigationsgerät fertig programmiert. Auch die Freisprechanlage birgt Risiken, wenn sich der Fahrer stark auf das Gespräch konzentrieren muss. Dann sinkt automatisch die Aufmerksamkeit für den Verkehr. Deshalb gilt für schwierige Gespräche: Fahren Sie lieber rechts ran und führen das Telefonat in Ruhe oder sagen dem Anrufer kurz, sie rufen ihn später zurück.

„Schön und gut“, mag man denken, „aber ich habe einfach keine Zeit, alles in Ruhe und nacheinander zu erledigen.“ Auch dafür weiß die Psychologin Rat. „Man sollte sich beobachten, um herauszufinden, wo die eigenen Multitasking-Fallen stecken“, schlägt sie vor. Wer vor allem morgens zu wenig Zeit hat, könnte eine halbe Stunde früher aufstehen oder Aufgaben an den Partner delegieren. Auch die Kinder dürfen eingespannt werden und den Frühstückstisch decken oder sich ihre Pausenbrote selbst schmieren.

So logisch die Hinweise sind, mit Sorgfalt eins nach dem anderen zu erledigen, der Stress des Alltags verlangt oft danach, möglichst viele Aufgaben in möglichst kurzer Zeit zu bewältigen. Bamberg gibt an, dass der Zeitdruck in unserer Gesellschaft steigt und als Folge davon auch Multitasking zunehmen dürfte. Das kann sogar soweit führen, dass die Hektik nicht mal in ruhigeren Zeiten abnimmt. Dann zieht man samstags, wenn es zum Einkaufsbummel geht, die Haustür genauso hektisch hinter sich zu wie in der Woche, wenn man zu spät ins Büro aufbricht. Ärgerlich nur, wenn dann der Schlüssel drinnen liegengeblieben ist oder, schlimmer noch, man in der Hektik vergessen hat zu kontrollieren, ob der Herd ausgeschaltet ist.

Da hilft dann auch früheres Aufstehen nicht mehr. Angebracht sind dann ganz andere Strategien, zum Beispiel Entspannungstechniken wie Yoga oder Autogenes Training. Sie begünstigen das sogenannte „Unwinding“. So nennen Psychologen den Prozess, der umgangssprachlich als „Runterkommen“ nach einem Arbeitstag auf Hochtouren bezeichnet wird.

Also auch, wenn die Uhr zur Eile mahnt, schenken Sie Ihren jeweiligen Aufgaben lieber die nötige Aufmerksamkeit, um auch auf Unvorhersehbares richtig reagieren zu können. Unfälle und Verletzungen lassen sich dadurch am besten vermeiden und effizient ist sowieso nur derjenige, der gesund und sicher bleibt.

VON ALEXANDRA LUDWIG,  
JOURNALISTIN,  
HAMBURG.





## Babys auf der Piste

# Von Erfrierungen bedroht

Beim Skifahren wurde die Sicherheit lange dem ungehemmten Spaß auf der Piste untergeordnet – bis schwere Unfälle, auch von Prominenten, die Öffentlichkeit wachgerüttelt haben. Helme sind heute wesentlich häufiger als früher zu sehen. Aber auch das gibt es noch: Junge Mütter mit Babys im Rucksack, Väter mit Kleinkindern in der Tragekraxe.



„Alpin-Skifahren mit einem Kind im Rucksack oder in der Kraxe ist vor allem aufgrund des Erfrierungsrisikos völlig unverantwortlich“, sagt Inke Ruhe von der Bundesarbeitsgemeinschaft Mehr Sicherheit für Kinder. Anders als Mutter oder Vater ist das Kind meist stundenlang nicht in Bewegung. „Die Füßchen, die Händchen und das Köpfchen des Kindes sind dem Fahrtwind und damit einer Kälte ausgesetzt, die man nicht unterschätzen darf.“ Kinder haben einen deutlich schlechteren Wärmehaushalt als Erwachsene, so dass selbst im Frühjahr oder an Ostern ein ganz hohes Risiko besteht, dass

sie sich Erfrierungen zuziehen. Hinzu kommt die Sturz- und Verletzungsgefahr. „Auch der beste Skifahrer stürzt einmal“, warnt Andreas König, Sicherheitsexperte im Deutschen Skiverband. Während der Skifahrer selbst im Sturz reagieren und sich so auch schützen kann, ist das Kind im Rucksack oder der Trage wie gefesselt. Das gilt auch bei Zusammenstößen auf der Piste sowie in anderen Situationen, in denen es eng wird. „Man quetscht sich in die Gondel oder fährt Lift. Bei alledem ist das Kleinkind weitgehend bewegungslos unkalkulierbaren Risiken von außen ausgesetzt“, beschreibt Ruhe. Die Sturzgefahr und das Erfrierungsrisiko bestehen in abgeschwächter Form auch beim Langlauf. „Auch dabei ist es nicht empfehlenswert, die Kinder am Körper mitzutragen“, betont Ruhe.

## Vergnügliche Alternativen für die Kleinsten

Auf winterliches Schneevergnügen müssen Eltern von Kleinkindern deshalb jedoch noch lange nicht verzichten. „Eine gute Möglichkeit ist, dass sich Familien oder Freunde zeitlich aufteilen“, schlägt König vor. „Vormittags ist der eine auf der Piste, nachmittags der andere.“

Wer die Kinder betreut, kann natürlich auch mit ihnen die gesunde Luft und die weiße Pracht genießen: Die Kleinsten kommen in den Kinderwagen oder auf den Schlitten. Da sie sich auch dort kaum bewegen, müssen sie warm eingepackt werden. „Vor allem gegen die Kälte von unten müssen sie geschützt werden, zum Beispiel durch eine wasserdichte Unterlage und Decken oder auch isolierendes Zeitungspapier“, schlägt die Kindersicherheitsexpertin vor.

Bei den Größeren sind Toben, Schlittenfahrten und Schneeballschlachten angesagt. Warme Kleidung ist da ein Muss. Schuhe und Handschuhe dürfen nicht zu straff sitzen: Luft isoliert. Besonders wichtig ist die Kopfbedeckung. Ein Schal, ein warmes Tuch oder eine Teilmaske bedeckt auch die Nase. Die Gesichtshaut wird mit einer fetthaltigen Sonnencreme vor dem Austrocknen und vor unbarmherzigen Strahlen geschützt. „Außerdem ist eine Sonnenbrille auch für die Kleinsten wichtig“, erinnert König. Nasse Kleidung muss rasch gewechselt werden. Ein Paar Wechselhandschuhe ist immer praktisch. Und ist der Schneeanzug durchweicht, hilft nur eine Aufwärmepause mit Kleidungswechsel. „Man sollte in Eis und Schnee lieber häufiger, aber kurz mit den Kleinen im Freien unterwegs sein“, rät Ruhe. Ab frühestens drei Jahren können die Knirpse dann selbst auf die Bretter steigen – natürlich mit Helm, warmer, wasserfester Kleidung, Sonnencreme und Skibrille. In den allermeisten Skigebieten gibt es Kinder-Skischulen mit unterschiedlichen Angeboten. Sie bieten den Eltern Freiraum für sportliches Vergnügen an den Abhängen.

VON EVA NEUMANN.





## Hauseigentümer haften für Schäden durch Eis und Schnee

# Vorsicht, glatt!

**Im Winter verwandeln Eis und Schnee Gehwege in gefährliche Rutschbahnen. An Dachrinnen wachsen lange Zapfen und auf den Dächern türmen sich Schneebretter. Jetzt sind Hauseigentümer gefragt: Sie haften für Schäden, die von ihrem Eigentum ausgehen. Und das kann teuer werden. Also heißt es: Gefahrenquellen umgehend sichern oder – besser noch – beseitigen.**

Die offensichtlichste Gefahrenquelle sind eisglatte Wege und Treppen. Öffentliche Gehwege werden am häufigsten begangen; für sie sind zunächst die Kommunen zuständig. Die meisten Städte und Gemeinden haben jedoch die so genannte Verkehrssicherungspflicht auf die Straßenanlieger, also die Hauseigentümer, übertragen. „Details dazu, zum Beispiel Streuzeiten, die freizumachende Wegbreite oder auch Vorgaben zum Streumaterial sind in den örtlichen Straßenreinigungssatzungen oder Streusatzungen festgeschrieben“, informiert Gerold Happ, Geschäftsführer der Eigentümerschutz-Gemeinschaft Haus & Grund Deutschland in Berlin.

### Räumpflicht ist auf Mieter übertragbar

Hauseigentümer können ihrerseits die Räumpflicht auf Mieter übertragen. „Dafür sind individuelle Vereinbarungen notwendig“, sagt Happ. „Formklauseln im Mietvertrag reichen nicht aus.“ Alternativ wird ein Hausmeister oder ein professioneller Dienstleister beauftragt. Die Kosten tragen die Mieter gemeinsam. Hauseigentümer, die einen Räumdienst beauftragen, sollten darauf achten, dass der Dienstleister versichert ist und dass er die Räumpflicht ordentlich erfüllt. Denn trotz der Übertragung der Verkehrssicherungspflicht auf den Dienstleister liegt die Organisationshaftung bei den Eigentümern. Und das hat Auswirkungen: Auf dem Weg zwischen Gartentor und Haus, in der Einfahrt oder auf der Haustreppe kann zum Beispiel der Postbote ausrutschen und sich verletzen. Auch dann haftet der Hauseigentümer oder – abhängig von der vertraglichen Regelung – der Mieter für die Folgen. Regelmäßiges Kehren und Streuen sind daher wichtig. Schaufel, Besen und abstumpfendes Material, zum Beispiel Sand, gehören deshalb auf jeden Fall in Griffweite.

### Das Dach regelmäßig kontrollieren

Auch für Schäden, die vom Dach eines Gebäudes ausgehen, haftet der Eigentümer. „Dass vom Dach große Mengen Schnee rutschen und jemanden verletzen, passiert vergleichsweise selten“, sagt Katrin Rüter de Escobar vom Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) in Berlin. In gefährdeten Regionen sind Schneerückhaltesysteme für Dächer vorgeschrieben. „Eher kommt es schon zu gefährlichen Unfällen durch herunterbrechende Eiszapfen; Hauseigentümer sind gut beraten, diese Gefahrenzonen abzusperren und die Eiszapfen von Dachrinnen oder Überständen entfernen zu lassen.“ Bei einem niedrigen Eigenheim lassen sich die Zapfen möglicherweise vorsichtig von einem Fenster aus mit einem Besenstil abschlagen. Dächer allerdings sollten nicht selbst geräumt werden. Bei mehrstöckigen Gebäuden ist ein Dachdecker oder notfalls die Feuerwehr gefragt. Die Gefahr durch Eiszapfen lässt sich – zumindest für das Folgejahr – durch Vorbeugemaßnahmen reduzieren: In regelmäßig gereinigten Dachrinnen staut sich kaum Wasser zurück, das dann gefrieren kann. Bei aller Umsicht – nicht jeder Winterunfall lässt sich vermeiden. Aber man kann einiges tun, um ihn zu verhindern.



VON EVA NEUMANN.



# Fröhliche Weihnachtsbäckerei

Vanillekipferl, Lebkuchen und Zimtsterne – alle Jahre wieder versüßen selbstgebackene Plätzchen die Wartezeit auf das Weihnachtsfest. Kinder lieben es besonders, mit Nudelholz, Förmchen und Händen kleine Teig-Kunstwerke zu zaubern.

Wann die Kleinen alt genug für ihre ersten Back-Experimente sind, ist von Kind zu Kind verschieden. „Sobald Kinder ein bisschen basteln oder kneten können, sind sie in der Lage mitzubacken“, sagt Martina Abel, Geschäftsführerin der Bundesarbeitsgemeinschaft Mehr Sicherheit für Kinder. Das trifft bereits auf viele Zwei- und die meisten Dreijährigen zu. „Den Teig kneten, zu Rollen formen und Scheiben abschneiden, können Kinder schon früh“, sagt Abel.

## Am liebsten unkompliziert

Die wichtigsten Regeln für Eltern: Zeit nehmen und kreativ sein! Denn Hektik, Stress und komplizierte Rezepte fordern Chaos und Unfälle geradezu heraus.

Zunächst sollte ausreichend Platz zum Arbeiten sein. Bei einer kleinen Küche also lieber an den Esstisch ausweichen und ihn rechtzeitig freiräumen. Vor allem Backen mit ganz kleinen Kindern erfordert viel Geduld, deshalb liegen Eltern nicht ganz falsch, die dafür gleich einen ganzen Nachmittag einplanen. Teige, die eine Weile ruhen müssen, lassen sich auch gut schon am Vorabend zubereiten und im

Kühlschrank aufbewahren. Hohe ästhetische oder kulinarische Ansprüche sind beim Backen mit Kindern fehl am Platz. Simple Rührteige sind angesagt, denn sie erfordern nur wenige Zutaten und lassen sich nach Belieben vielfältig abwandeln. Einfache Teigkugeln oder -scheiben und Ausstechkekse gelingen leicht und bieten wenig Frustrationspotenzial. „Bei kleinen Kindern reicht auch mal nur ein gebackener Teighaufen“, sagt Abel.

## Butterplätzchen

- ▶ 250 g weiche Butter (ca. 1-2 Stunden vorher aus dem Kühlschrank nehmen)
- ▶ 250 g Zucker
- ▶ 2 Eier
- ▶ 500 g Mehl
- ▶ eine Packung Backpulver
- ▶ nach Belieben – Glasur aus Puderzucker und Zitronensaft

## Zubereitung

Butter, Zucker und Eier mit dem Mixer verrühren. Mehl, vermischt mit dem Backpulver, nach und nach unterrühren. Wenn möglich, den Teig ein paar Stunden stehen lassen, muss aber nicht.

Teig auf etwas Mehl dünn ausrollen, ausstechen und bei ca. 200° C 5-8 Minuten backen, bis die Ränder leicht braun sind. Die noch weichen Plätzchen abkühlen lassen, dabei werden sie hart. Verzieren.

## Achtung! Heiß!

Wichtiger als hübsche Keks-Kreationen sind gute Arbeitsmaterialien. „Geräte von hoher Qualität senken das Unfallrisiko“, so die Kindersicherheitsexpertin. Ausstechförmchen aus Kunststoff eignen sich für Kinder besser als Blechförmchen mit scharfen Kanten.

Besondere Vorsicht ist in der Nähe des Backofens geboten. „Eltern dürfen ihrem Kind ruhig deutlich sagen, dass es noch zu klein ist, um alleine Bleche in den Ofen zu schieben“, so die Expertin. Für Bäcker

jeden Alters gilt: Topflappen und Ofenhandschuhe benutzen und die Backofentür vorsichtig öffnen:

„Hitze ist im Haushalt die größte Gefahr für Kinder“, sagt Abel.

Bei jüngeren Weihnachtsbäckern sind heiße, flüssige Schokolade und Wasserbad deshalb tabu.

Hat sich ein Kind doch einmal verbrannt oder verbrüht, sollten Eltern es zunächst beruhigen, und anschließend die betroffene Stelle unter lauwarmem (20 °C) Wasser mindestens 20 Minuten kühlen.

Gegebenenfalls sollte ein Arzt hinzugezogen werden.

Mit der richtigen Balance zwischen Spaß und Sicherheit steht dem unbeschwertem Backvergnügen nichts im Weg.

VON MAIKE KRAUSE, WISSENSCHAFTSJOURNALISTIN, MÜNCHEN.





## Ski-Helme können schwere Verletzungen verhindern

Nur mit Helm auf die Piste – das empfehlen die Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB) und die Bayerische Landesunfallkasse (BayerLUK) großen und – vor allem – kleinen Skiläufern. Am besten erklären Eltern ihren Kindern schon früh, dass alpiner Skisport oder Snowboarden mit dem Helm deutlich sicherer ist. Und: Eltern sollten mit gutem Beispiel vorangehen und auch einen Helm tragen.

Skifahrer und Snowboarder sind sich zunehmend der Gefahren bewusst und fahren mit einem Helm. Das führte zu einem Rückgang der Kopfverletzungen um rund 20 Prozent im letzten Winter, wie die Auswertungsstelle für Skiunfälle ermittelte. Helme können Unfälle zwar nicht verhindern, aber die Schwere der Verletzung vermindern. Österreichische Untersuchungen haben ergeben, dass Helmträger 50 Prozent weniger Gehirnerschütterungen erleiden als Skifahrer ohne Helm. Daher besteht in Österreich und Italien bereits eine Helmpflicht für Kinder und Jugendliche.

Ganz wichtig: Der Helm muss passen und sollte deshalb ausprobiert werden, bevor es auf die Piste geht. Beim Kauf empfiehlt es sich daher, Mütze oder Stirnband mitzunehmen. Auch die DIN EN 1077 „Helme für alpine Skiläufer und für Snowboarder“ sollte erfüllt sein. Zu beachten sind auch die Regeln des Internationalen Ski Verbandes (FIS) zum sicheren Skifahren.



PM/WOE

## Ene Mene Miste, was rappelt in der Spielzeugkiste?

Spielzeuge aus Textilien, Metall, Papier und Holz. Klebstoffe, Fingerfarben und Filzstifte. Elektrisches Spielzeug: In der Broschüre „Ene Mene Miste, was rappelt in der Spielzeugkiste?“ finden ratsuchende Eltern von Kindern zwischen null und zehn Jahren so ziemlich alles, was es über Spielzeug und Lernmaterialien zu wissen gibt. Herausgeber der 28 Seiten starken DIN-A4-Broschüre ist die Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz, Hamburg. Die Broschüre ist bei Bestellungen von bis zu 100 Exemplaren kostenlos.

WOE

### Kostenfreie Broschüre

Zu bestellen unter:  
[produktsicherheit@hamburg.de](mailto:produktsicherheit@hamburg.de),  
 zum Herunterladen unter  
[www.hamburg.de/veroeffentlichungen](http://www.hamburg.de/veroeffentlichungen).



## EU: Verpackungsverordnung für Lampenöle und Grillanzünder

Lampenöle und flüssige Grillanzünder auf Paraffinbasis dürfen, so eine EU-Verordnung, nur noch in schwarzen undurchsichtigen Behältern verkauft werden. Die Behälter dürfen maximal einen Liter fassen. Dies soll Verwechslungen mit Getränken vorbeugen. Auf dem Behälter muss zusätzlich ein unverwischbarer Aufdruck darauf hinweisen, dass bereits ein kleiner Schluck Grillanzünder oder Lampenöl oder auch das Saugen an einem Lampendocht, der mit Lampenöl getränkt ist, zu einer lebensbedrohlichen Schädigung der Lunge führen kann.

QUELLE: OEKOTEST



# Höheres Unfallrisiko für hyperaktive Kinder

**Kinder brauchen Freiräume, um eigene Erfahrungen machen zu können. Sie brauchen auch Grenzen als Schutz und Orientierung. Hier immer das richtige Maß zu finden, ist nicht leicht. Fast täglich erwerben Kinder neue Fähigkeiten und erkunden beherzt ihre Umgebung. Mit zunehmender Mobilität und Neugier steigt die Unfallgefahr für die Sprösslinge.**

Für Kinder mit der Diagnose „ADHS-Syndrom“ gilt dies besonders. ADHS steht für „Aufmerksamkeitsdefizit und Hyperaktivitätsstörung“. Über kaum eine andere Diagnose wird so heftig diskutiert. Die Grenzen zwischen einer behandlungswürdigen Störung und einem impulsiven, kindgemäßen Verhalten scheinen nicht immer eindeutig.

Kinder mit ADHS haben meist einen deutlich stärkeren und im Vergleich mit Kindern ohne ADHS weniger zielgerichteten Bewegungsdrang. Die Bewegungen wirken oft übertrieben und hektisch. Gleichzeitig haben viele Kinder mit ADHS eine weniger entwickelte Eigenwahrnehmung. Ihre Aufmerksamkeit wechselt sehr schnell, sie sind leicht abzulenken und sehr impulsiv. Sie lernen nur schwer, Erfahrungen einzuordnen, Handlungen zu planen und Gefahren richtig einzuschätzen. Deshalb tragen sie ein deutlich höheres Unfallrisiko.

## Dreifach erhöhtes Unfallrisiko

Eine Langzeitstudie aus den 90er Jahren in mehreren Kinderarztpraxen zeigt, dass Kinder mit Diagnose ADHS gegenüber Kindern ohne diese Diagnose ein dreifach erhöhtes Unfallrisiko haben. Schwerere Verletzungen sind bei ihnen häufiger. Dabei gilt: Je jünger das verunfallte Kind, desto häufiger sind Kopfverletzungen. Deshalb ist Unfallprävention wichtig – besonders in Familien mit ADHS-Kindern.

Die meisten Eltern ergreifen Maßnahmen zur Vorbeugung von Kinderunfällen, wie eine aktuelle Studie der GfK Finanzmarktforschung im Auftrag der deutschen Versicherer zeigt: Sie erziehen ihre Kinder bewusst zur Risikovermeidung im Haushalt (96 %), achten auf Sicherheitsausrüstung (93 %). Sicherungsmaßnahmen im Haushalt treffen aber nur 67 Prozent der Eltern. Nicht einmal ein Drittel der Eltern, die in höheren Stockwerken leben, sichern ihre Fenster. Dabei sind mechanische Sicherungsmaßnahmen im Haushalt, zum Beispiel Fenstersicherung und Herdschutz, dringend notwendig und leicht umzusetzen. Schwieriger ist die Erziehung zu Risikobewusstsein und vorausschauendem sicherheitsbewusstem Handeln. Eltern von Kindern mit ADHS wissen, wie viel Geduld und Nerven dies kosten kann.

## Feste Regeln geben Halt

Hilfreich können feste Regeln in den alltäglichen Abläufen sein. Sie geben Halt und können Frustrationen und heftigen Stimmungswechseln vorbeugen. Wenn feststeht, wann Schlafenszeit ist, wann Zeit für Hausaufgaben, dass zum Fahrradfahren der Helm, zum Skaten auch Knie- und Ellenbogenschutz gehören, sind die emotionalen Auseinandersetzungen zu diesen Pflichten weniger heftig. Ihren starken Bewegungsdrang können ADHS-Kinder mit genügend Bewegung und Sport austoben. Dabei ist nicht jede Sportart gleichermaßen für jedes Kind geeignet. Für manche ist ein Mannschaftssport die richtige Wahl, wo neben der Koordinationsfähigkeit auch der Teamgeist gestärkt wird. Andere Bewegungsarten, etwa solche, die die Konzentrationsfähigkeit stärken, sind auch Teil von Therapien. Die meisten Kinderunfälle passieren weder beim Sport noch im Straßenverkehr, sondern zuhause. Hier sind alle Kinder auf das Sicherheitsbewusstsein der Eltern angewiesen.

## Kostenfreie Broschüre

Hinweise zur Sicherheit zuhause und in der Freizeit gibt die Broschüre „Zu Hause sicher leben. Gefahren erkennen. Unfälle vermeiden“.

### Bezugswege

per Post: DSH, Haushaltsunfälle, Holsteinischer Kamp 62, 22081 Hamburg, im Internet: [www.das-sichere-haus.de/broschueren/haushalt](http://www.das-sichere-haus.de/broschueren/haushalt).



VON KATRIN RÜTER DE ESCOBAR, PRESSEREFERENTIN DES GESAMTVERBANDES DER DEUTSCHEN VERSICHERUNGSWIRTSCHAFT, (GDV), BERLIN.





# Wenn Haustiere krank machen

**In vielen Familien gehört die Schmusekatze, der freche Hund oder das Meerschweinchen einfach dazu. Die Tiere werden liebkost und gestreichelt, sind Spiel- und Raufpartner. Doch Vorsicht: Haustiere können zahlreiche Krankheiten auf den Menschen übertragen. Der Fachmann bezeichnet sie als „Zoonosen“.**

Allseits bekannt sind zunächst Probleme durch so genannte Ektoparasiten. „Ektoparasiten wie Läuse und Flöhe sind wirtsspezifische Schmarotzer, die auf der Haut oder im Fell eines Tieres sitzen“, erklärt Prof. Dr. Reinhard Mischke von der Tierärztlichen Hochschule in Hannover. „Flöhe springen gerne auf Fremdwirte wie den Haustierbesitzer über. Sie verursachen zwar lästiges Jucken, sind aber ein vergleichsweise geringes gesundheitliches Problem, weil sie sich gut behandeln lassen.“ Mit den Ektoparasiten können die Haustiere in seltenen Fällen Infektionen einschleppen. So sind Zecken Überträger der Infektionskrankheit Borreliose.

## Vorsicht bei inneren Parasiten

„Weit gefährlicher sind bei Hunden und Katzen die inneren Parasiten (Endoparasiten) und unter diesen vor allem die Spulwürmer sowie der Hunde- und Fuchsbandwurm“, erklärt Astrid Behr vom Bundesverband Praktizierender Tierärzte. Gelangen die Eier eines Katzen- oder Hundespulwurmes in den menschlichen Körper, können die Larven, die sich daraus entwickeln, durch innere Organe wandern und dort Entzündungen verursachen. „Dramatisch können auch die Folgen einer Fuchsbandwurminfektion sein: Seine Larven führen zu blasigen Veränderungen in inneren Organen, vor allem in der Leber, aber auch im Gehirn des Menschen. Diese Zysten müssen chirurgisch entfernt werden“, sagt Mischke.

Junge Nagetiere können Menschen mit lymphozytärer Choriomeningitis, also einer Hirnhautentzündung, infizieren. Reptilien sind von Haus aus stark mit Salmonellen befallen, ohne selbst unbedingt klinische Symptome zu haben. Katzen können Toxoplasmose übertragen. Sie kann beim ungeborenen Kind Behinderungen verursachen oder zu einer Fehlgeburt führen. Und Sittiche sind mögliche Überträger der Papageienkrankheit.

Die Infektionen erfolgen in der Regel über Kot, Urin, Speichel und Tränenflüssigkeit. Insgesamt gilt: „Von Haustieren werden vergleichsweise selten Krankheiten auf Menschen übertragen. Gefährdet sind jedoch Kinder und Erwachsene mit einem geschwächten Immunsystem“, so Tierärztin Behr.

## Schutz vor Zoonosen

Sorgsame Hygiene trägt dazu bei, Infektionen im Umgang mit den Haustieren zu vermeiden. „Dazu zählt, dass die Hände regelmäßig mit warmem Wasser und Seife gewaschen werden. Kinder müssen frühzeitig lernen, dass sie sich nicht vom Hund abschlecken lassen, vor allem nicht im Gesicht. Im Bett ihrer Besitzer haben Haustiere nichts zu suchen. Die Bettstätten der Tiere selbst müssen, ebenso wie Käfige oder Toiletten, regelmäßig gereinigt werden“, sagt Behr. Die Pfoten eines Hundes sollten gesäubert werden, wenn er von draußen in die Wohnung kommt.

Die zweite wichtige Vorbeugemaßnahme sind regelmäßige Besuche beim Tierarzt. Eine Entwurmung und die Kontrolle auf Ektoparasiten sind ein unverzichtbarer Teil der dortigen Untersuchungen.

Untersucht der Tierarzt ein Haustier wegen einer Infektion, muss geklärt werden, ob die Krankheit auf den Menschen übertragbar ist. Mischke nennt ein Beispiel: „Auch Durchfälle können bei Hund und Katze durch Erreger ausgelöst werden, die auf den Menschen übertragbar sind. Hier ist zum Beispiel die Giardiose zu nennen, selten kommen Salmonellen vor.“

Leidet umgekehrt der Haustierbesitzer an einer Infektion, deren Ursprung unklar ist, kann es für den behandelnden Hausarzt wichtig sein zu wissen, ob und welche Haustiere im Haushalt leben.

VON EVA NEUMANN.



# Advent, Advent, ein Lichtlein brennt



Eine Weihnachtszeit ohne Kerzen, Adventskranz und Lichterketten? Für die meisten Menschen ist das unvorstellbar. Leider birgt diese Zeit neben Besinnlichkeit und Vorfreude auch viele Unfallgefahren. In der Adventszeit zum Beispiel steigt im Vergleich zum restlichen Jahr die Gefahr eines Wohnungsbrandes deutlich an; die durch Brände verursachten Schäden gehen in die Millionen.

## Alle Jahre wieder – Gefahren vermeiden

Dabei mangelt es nicht an Ratschlägen und Sicherheitshinweisen für einen sicheren Advent und Heiligen Abend. Doch allzu oft denkt man: „Das betrifft mich nicht, ich achte schon darauf, dass hier nichts passiert“. Diese Routine und Selbstsicherheit kann zu gefährlichem Leichtsinne werden. „Den Menschen muss bewusst werden, dass Vorsichtsmaßnahmen einen Sinn haben“, sagt deshalb auch Torsten Wolf von der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA). Das heißt: Wichtige Sicherheitsregeln müssen nicht nur wahrgenommen, sondern verinnerlicht und umgesetzt werden. Denn eins ist klar: Feuer ist nur schön, solange es unter Kontrolle ist. Das beginnt schon beim einzelnen Kerzenlicht.

## Kerzen und Lichterketten

„Viele Menschen schmücken ihren Baum immer noch mit traditionellen Kerzen. Besonders wenn der Baum trocken ist, ist das aber gefährlich“, warnt Dr. Hans-Jörg Windberg, BAuA-Experte für Produktsicherheit. „Wenn überhaupt, sollten Kerzen

verwendet werden, die kontrolliert abbrennen. Die Dochte sollten zum Beispiel nicht zu lang sein, sonst kann ein glühendes Stück abbrechen.“

Aus Sicht der Feuerwehr geht die höchste Brandgefahr aber gar nicht einmal von Weihnachtsbäumen aus: „Das größere Brandrisiko stellen Adventskränze und Gestecke dar, die zum großen Teil immer noch klassisch mit Kerzen geschmückt werden. Entsprechend größer ist das Brandrisiko. Dass wir wegen brennender Bäume alarmiert werden, ist eher die Ausnahme.“

## Nur sichere Lichterketten sind eine Alternative

Aber auch wer eine Lichterkette einsetzt, weil sie sicherer zu sein scheint als „echte“ Kerzen, muss darauf achten, dass die Qualität stimmt. Die Steckernetzteile dürfen zum Beispiel nicht heiß werden, sonst droht Brandgefahr. Draußen sollten nur Lichterketten installiert werden, die auch dafür geeignet sind. Mit dem Stichwort „Steckerleisten“ spricht Hans-Jörg Windberg ein weiteres Risiko der beleuchtungsintensiven Weihnachtszeit







an: „Fatal ist die Verkettung von mehreren Steckerleisten, das ist lebensgefährlich!“, sagt der Experte. Die Belastung sei für die einzelnen Steckdosen dann oft zu hoch, die Brandgefahr steigt – entweder direkt aus der Steckdose oder als unsichtbarer Kabelbrand, der dann an einer Stelle ausbrechen kann, die nicht sofort auszumachen ist.

### Rauchmelder

Oft werden Brände erst spät bemerkt. Hier können Rauchmelder Abhilfe schaffen. In Bayern, Hamburg, Hessen, Mecklenburg-Vorpommern, Niedersachsen, Rheinland-Pfalz, Saarland, Schleswig-Holstein und Thüringen besteht sogar eine in den Landesbauordnungen festgeschriebene Pflicht für die Installation von Rauchmeldern. Jede dieser Landesbauordnungen beinhaltet dabei folgende Grundsätze: „In Wohnungen müssen Schlafräume, Kinderzimmer und Flure, über die Rettungswege von Aufenthaltsräumen führen, jeweils mindestens einen Rauchwarnmelder haben. Die Rauchwarnmelder müssen so eingebaut und betrieben werden, dass Brandrauch frühzeitig erkannt und gemeldet wird.“

### Wenn doch etwas passiert

Aber auch ein Mensch, der eigentlich alle Sicherheitsregeln beherzigt, kann zum Pechvogel werden.

Was also tun, wenn vor lauter Weihnachtstrubel etwas übersehen wurde, wenn ein klingelndes Telefon von der Kerze ablenkt oder ein Kleinkind die Tischdecke mit dem Adventskranz herunterreißt? Kurz: Was tun, wenn es plötzlich brennt? Dann gilt es, Ruhe zu bewahren. Ein kleines Feuer lässt sich mit einem bereitgestellten Eimer Wasser oder einem Tuch löschen. Ist das Feuer schon größer, hilft eine einzelne Eimerladung Wasser kaum noch weiter. Im besten Fall ist deshalb zusätzlich zum Wassereimer auch ein Feuerlöscher in Reichweite. „Die halten übrigens rund 20 Jahre. Also eignen die sich doch auch prima als Weihnachtsgeschenk“, scherzt Windberg. Was sich hier scherzhaft anhört, ist ein ernst gemeinter Ratschlag.

Lässt sich das Feuer nicht kontrollieren, alarmieren Sie sofort die Feuerwehr über die Notrufnummer 112, verlassen Sie den Brandraum, schließen Sie die Tür und warnen Sie Ihre Nachbarn.

### Ein Restrisiko bleibt

„Trotz aller Vorsicht bleibt immer ein Restrisiko“, sagt BAUA-Experte Wolf. „Man kann es nicht beseitigen, aber verringern.“ Das bestätigt Simon Heuß, Pressesprecher der Feuerwehr Bochum: „Wir haben zwar immer wieder Brände in der Weihnachtszeit, aber größere Brände mit Verletzten sind zum Glück die Ausnahme.“ Man muss also nicht auf Kerzenschein und Co. verzichten, wenn alle Regeln aufmerksam beachtet werden.

### Tipps

Die folgenden Tipps für ein feuerfreies Weihnachten nützen zu Hause, aber auch am Arbeitsplatz; viele Büros sind im Advent festlich geschmückt. Hier ist die gleiche Vorsicht geboten: Egal wie dringend das nächste Meeting zu sein scheint oder wie nah die Mittagspause rückt, vergessen Sie nie, die Kerzen zu löschen, bevor Sie den Raum verlassen.

### Tipps für ein gelungenes Weihnachtsfest ohne Brand

- ▶ Lassen Sie Kerzen nie unbeaufsichtigt brennen.
- ▶ Achten Sie auf genügend Abstand zu Vorhängen und Gardinen.
- ▶ Wechseln Sie Kerzen aus, ehe sie komplett niederbrennen.
- ▶ Verwahren Sie Streichhölzer und Feuerzeug an einem sicheren, für Kinder unzugänglichen Ort.
- ▶ Sichern Sie die Standfestigkeit des Weihnachtsbaumes
- ▶ Halten Sie den Weihnachtsbaum feucht. Ersetzen Sie bei Gestecken trockene Zweige durch frisches Tannengrün oder halten Sie sie mit einem Blumenbestäuber frisch. Platzieren Sie Feuerlöscher oder Wassereimer in Reichweite.
- ▶ Nutzen Sie keine Untersetzer, die brennen können. Geeignet sind zum Beispiel Untersetzer aus Metall, Ton oder Glas.
- ▶ Verzichten Sie auf „echte“ Kerzen, wenn Sie kleine Kinder haben, oder Haustiere, vor allem Hunde oder Katzen, in Ihrem Haushalt leben.
- ▶ Verwenden Sie Lichterketten mit einem Transformator, der die hohe Netzspannung herunterregelt. Der Transformator muss die CE-Kennzeichnung tragen. Ist zusätzlich das freiwillige GS-Zeichen auf dem Produkt, können Sie davon ausgehen, dass Sicherheits- und Gesundheitsaspekte besonders berücksichtigt sind. Die Warnhinweise sollten für Sie verständlich sein und der Hersteller muss genannt sein. Achten Sie bei Außenlichterketten auf die Kennzeichnung „IP 44“.
- ▶ Installieren Sie Rauchmelder.



### Weitere Informationen

Weitere Informationen bietet das DSH-Faltblatt „Lichterglanz statt Feuersbrunst“. Das in Einzelexemplaren kostenfreie Faltblatt kann unter [www.das-sichere-haus.de/broschueren/haushalt](http://www.das-sichere-haus.de/broschueren/haushalt) bestellt werden.





**Kati strickt einen bunten Schal.  
Aber mit welcher Farbe strickt  
sie jetzt weiter?**

**Kannst du Kati helfen?**



**Lösung:** \_\_\_\_\_

**Bitte schickt eure Lösung mit eurer Adresse nur per E-Mail!  
Die Adresse lautet: [raetsel@das-sichere-haus.de](mailto:raetsel@das-sichere-haus.de). Die ersten  
fünf Einsendungen erhalten per Post eine kleine Überraschung.**



## Sicher zuhause & unterwegs zu sein wünschen den Lesern die kommunalen Unfallversicherungsträger, die im Verbund die Aufgaben und Ziele der Aktion DAS SICHERE HAUS (DSH) unterstützen:

### Unfallkasse Baden-Württemberg

Hauptsitz Stuttgart, Augsburg Str. 700, 70329 Stuttgart  
Sitz Karlsruhe, Waldhornplatz 1, 76131 Karlsruhe  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 0711 / 93 21 - 0 (Stuttgart),  
0721 / 60 98 - 1 (Karlsruhe) oder info@uk-bw.de

### Kommunale Unfallversicherung Bayern (KUVB)

Ungererstr. 71, 80805 München, Telefon 089 / 3 60 93 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 089 / 3 60 93 - 4 32 oder  
haushaltshilfen@kuvb.de

### Unfallkasse Berlin

Culemeyerstr. 2, 12277 Berlin, Telefon 030 / 76 24 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 030 / 76 24 - 11 69 oder  
haushaltshilfe@unfallkasse-berlin.de

### Braunschweigischer Gemeinde-Unfallversicherungsverband

Berliner Platz 1C, 38102 Braunschweig, Telefon 0531 / 2 73 74 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 0531 / 2 73 74 - 18 oder  
haushalte@guv-braunschweig.de

### Unfallkasse Freie Hansestadt Bremen

Konsul-Smidt-Straße 76 a, 28127 Bremen, Telefon 0421 / 3 50 12 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 0421 / 3 50 12 - 15 oder  
Cornelia.Jackwerth@unfallkasse.bremen.de

### Gemeinde-Unfallversicherungsverband Hannover

Am Mittelfelde 169, 30519 Hannover, Telefon 0511 / 87 07 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 0511 / 87 07 - 11 11 oder  
hauspersonal@guvh.de

### Unfallkasse Hessen

Leonardo-da-Vinci-Allee 20, 60486 Frankfurt, Telefon 069 / 2 99 72 - 4 40  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 069 / 2 99 72 - 4 40 oder  
haushalt@ukh.de

### Unfallkasse Mecklenburg-Vorpommern

Wismarsche Str. 199, 19053 Schwerin  
Telefon: 0385 / 51 81 - 0, Fax: 0385 / 51 81 - 11  
postfach@unfallkasse-mv.de

### Unfallkasse Nord

Postfach 76 03 25, 22053 Hamburg  
Anmeldung von Haushaltshilfen:  
Telefon 040 / 2 71 53 - 425, Fax 040 / 2 71 53 - 14 25,  
haushaltshilfen@uk-nord.de  
www.uk-nord.de, Schnellzugriff „Haushaltshilfen“

### Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

St.-Franziskus-Str. 146, 40470 Düsseldorf, Telefon: 0211 / 90 24 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 0211 / 90 24 - 450  
privathaushalte@unfallkasse-nrw.de, www.unfallkasse-nrw.de

### Gemeinde-Unfallversicherungsverband Oldenburg

Gartenstr. 9, 26122 Oldenburg, Telefon 0441 / 7 79 09 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 0441 / 7 79 09 - 40 oder  
haushalte@guv-oldenburg.de

### Unfallkasse Rheinland-Pfalz

Orensteinstr. 10, 56624 Andernach, Telefon 02632 / 9 60 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 02632 / 9 60 - 1 43 oder  
www.ukrlp.de

### Unfallkasse Saarland

Beethovenstr. 41, 66125 Saarbrücken, Telefon 06897 / 97 33 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 06897 / 97 33 - 0  
haushaltshilfen@uks.de

### Unfallkasse Sachsen

Rosa-Luxemburg-Str. 17a, 01662 Meißen, Telefon 03521 / 7 24 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 03521 / 7 24 - 1 41  
www.unfallkassesachsen.de

### Unfallkasse Thüringen

Humboldtstr. 111, 99867 Gotha, Telefon 03621 / 7 77 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 03621 / 7 77 - 3 10  
www.ukt.de

# Leserbriefe



## Kinder sind im Laufstall sicher aufgehoben

Ulrich H. aus Herzogenrath regt zum Thema Kindersicherheit an, den „guten alten Laufstall“ nicht zu vergessen:

„Wir haben vor etwa 30 Jahren unsere Kinder im so genannten ‚Laufstall‘ spielen lassen, wenn wir sie nicht beaufsichtigen konnten. Das war dann ein gesicherter Bereich, in dem sie kurze Zeit verbringen konnten. Weder unsere Kinder noch wir haben das als ‚einsperren‘ wahrgenommen, sondern als gute Möglichkeit, Kinder vor Gefahren im Haushalt zu schützen.“



### Anmerkung der Redaktion:

Im Laufstall lassen sich auch heutige Kinder sicher „kurzparken“. Entscheiden Sie sich für ein Modell, dessen Gitterstäbe so eng zusammenstehen, dass das Kind seinen Kopf nicht hindurchstecken kann. Modelle aus Holz müssen abgerundete Kanten haben und splitterfrei sein. Verbindungselemente müssen abgedeckt sein.

## Senioren: Spaß am Fahrradfahren

Zum Bericht „Fahrradfahren im Alter“ in der Sommerausgabe schreibt Marianne F. aus Flörsheim:

„Ich bin 78 Jahre jung und neun Mal an den Beinen operiert. 2008 hat mir mein Arzt nach zwei Knieoperationen gesagt, ich sollte bloß nicht wieder hin-fallen. Ich habe mich dann entschlossen, ein Dreirad zu kaufen (hinten zwei Räder 26 Zoll, 7-Gang-Nabenschaltung). Es war eine große Umstellung. Sie können sich nicht einfach auf ein solches Rad setzen und losfahren. Mit meiner Therapeutin habe ich geübt. Man muss bedenken, dass man auf der Straße mehr Platz braucht, Unebenheiten sollte man möglichst umfahren, der Wendekreis ist viel größer. Ein Spiegel ist ganz wichtig, um zu sehen, welche Autos von hinten kommen.“

Das Schöne ist, dass man an der Ampel nicht absteigen muss. Mit meinem Schreiben möchte ich vielen, die noch fit sind, Mut zu einer solchen Investition machen.“





Ihr Haushalt ist in

guten Händen.

Ihre Haushaltshilfe auch.

**Danke!** Sie haben Ihre Hilfe in Haus oder Garten zur gesetzlichen Unfallversicherung angemeldet. Damit sind Sie und Ihre Hilfe immer auf der sicheren Seite. Falls Ihre Freunde und Bekannten auch gern eine Hilfe anmelden möchten – machen Sie es ihnen leicht und geben Sie ihnen einfach diesen Coupon.



### Wer eine Haushaltshilfe beschäftigt, muss sie zur gesetzlichen Unfallversicherung anmelden.

Das sagt das Gesetz: Alle in Privathaushalten beschäftigten Personen sind nach dem Sozialgesetzbuch (SGB VII) unfallversichert. Haushaltsführende sind gesetzlich verpflichtet, ihre Haushaltshilfe bei dem zuständigen Unfallversicherungsträger anzumelden, sofern die Anmeldung nicht über die Minijob-Zentrale der Deutschen Rentenversicherung Knappschaft-Bahn-See erfolgt. Eine Nichtanmeldung kann zu einem Bußgeld führen. Der Begriff „Haushaltshilfen“ umfasst unter anderem Reinigungskräfte, Babysitter, Küchenhilfen, Gartenhilfen sowie Kinder- und Erwachsenenbetreuer. Die gesetzliche Unfallversicherung ist für die Beschäftigten beitragsfrei. Die Kosten werden vom Arbeitgeber, das heißt, dem Haushaltsführenden, getragen.

### Interessiert? Hier können Sie Informationen anfordern!

Name \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

PLZ, Ort \_\_\_\_\_

Bundesland \_\_\_\_\_

Coupon bitte ausschneiden und senden an: DSH – Aktion DAS SICHERE HAUS, Holsteinischer Kamp 62, 22081 Hamburg