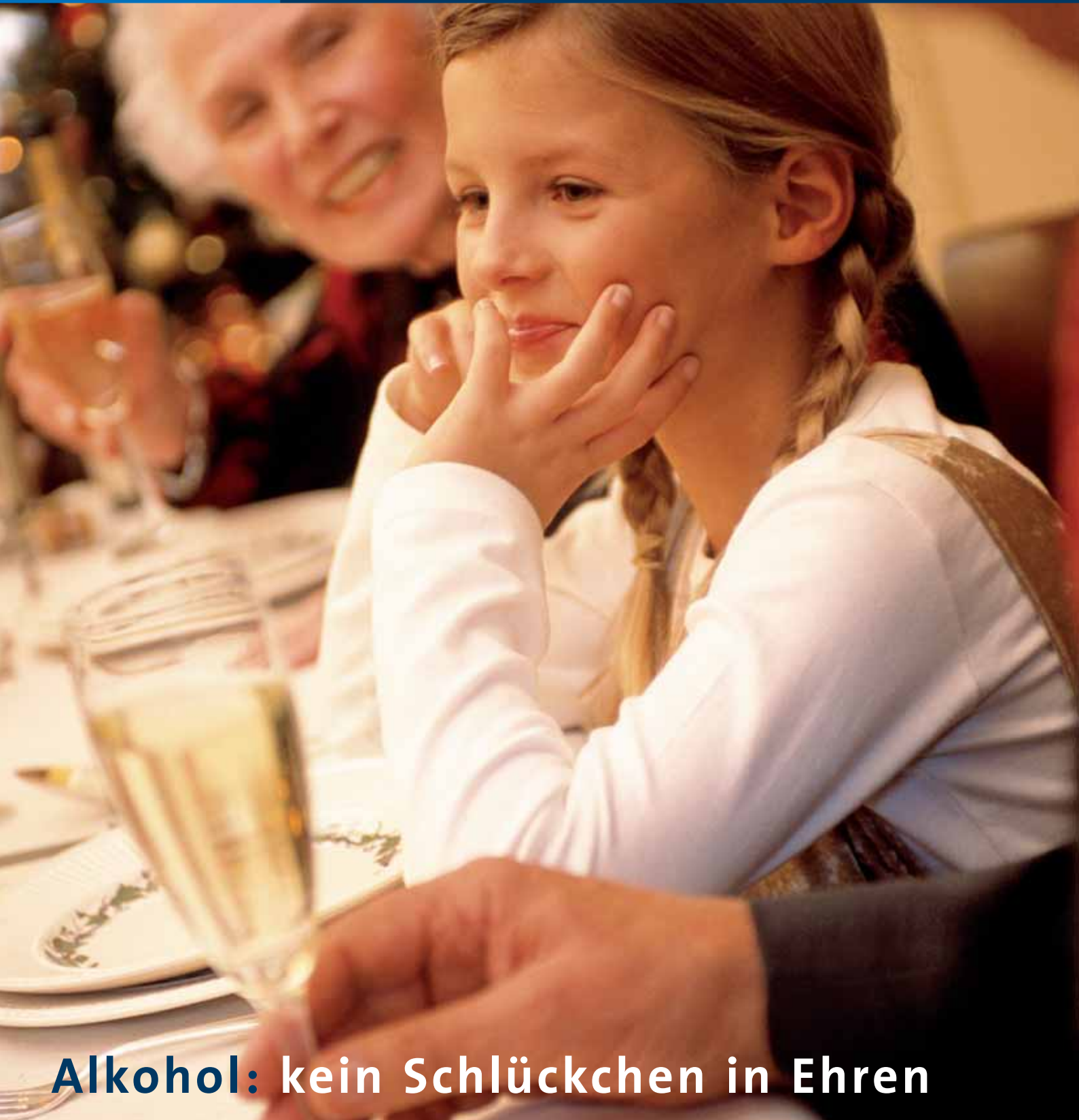


# SICHER ZUHAUSE & UNTERWEGS



## Alkohol: kein Schlückchen in Ehren

Auch Silvester ist für Kinder alkoholfrei

High Heels bei jedem Wetter? Zu Fuß sicher unterwegs

Ball am Fuß, Mütze auf dem Kopf: Fußballtraining bei kühler Witterung



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

# Ausgabe 4/2010

## Aktuell

- Ski ahoi! Mit dem Lift sicher nach oben 4  
Rutschfest durch den Winter 9

## Kinder

- Achtung: Der Schmusehund kann auch beißen! 3  
Sicher fliegen mit Babys und Kleinkindern 5  
Kinder-Kreuzworträtsel 14

## Freizeit

- Ein Schlückchen in Ehren – aber nicht für die Kleinen 6/7  
Fußball – ein Wintermärchen 10

## Haushalt

- Gefahr von oben: Eigentümer haften bei Glätteunfällen und Schäden durch Dachlawinen 8  
Durch den Zertifikatsdschungel zum Weihnachtsfest 12/13

## Kurz gemeldet

- Elektroausstattung in Haus und Wohnung richtig planen 11  
Beleuchtungsdauer in Treppenhäusern 11  
Wer so hört, hört fast nichts mehr 11  
Sicher hügelabwärts – Kinder auf dem Schlitten 15



Dr. Susanne Woelk  
Chefredakteurin

Liebe Leserin und lieber Leser,

„Ein Schlückchen in Ehren kann niemand verwehren“, weiß der Volksmund. Wie groß dieses Schlückchen ist, verschweigt er. Und auch, wie alt derjenige denn sein sollte, dem man das Schlückchen nicht verwehrt.

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) in Hamm hat dazu eine ganz klare Antwort: Klein- und Grundschulkinder sollten keinen Alkohol trinken und ihn auch nicht angeboten bekommen. Kein Schlückchen, keinen Tropfen.

Die Experten aus Hamm wissen, warum: Die Leber ist bei Kindern und Jugendlichen noch nicht ausgereift, dadurch verarbeitet der kindliche Körper den Alkohol nicht in der Weise, wie es der erwachsene Körper tut. Schon kleine Alkoholmengen können deshalb bei Kindern zu schweren Gesundheitsschäden führen, zu Bewusstlosigkeit zum Beispiel oder zu einer schweren Vergiftung.

Auf den Seiten 6 und 7 dieser Ausgabe von „Sicher zuhause & unterwegs“ lesen Sie mehr zu diesem Thema. Zum Beispiel dazu, wie Weihnachten und Silvester auch ohne Alkohol für Kinder (und für die Autofahrer) gelingen, und dazu, wie Heranwachsende lernen können, verantwortungsvoll mit Alkohol umzugehen.

Auch Hunde können Weihnachtsgeschenke sein, doch nicht immer werden alle Familienmitglieder inklusive neuem Vierbeiner damit glücklich, denn gerade Kleinkinder setzen den Vierbeiner mit einem neuen Spielgefährten gleich und überschreiten beim Knuddeln, Berühren oder Am-Schwanz-Ziehen die Grenzen des Hundes, auch wenn er ansonsten noch so kinderlieb ist. Tipps dazu bieten wir Ihnen in dieser Ausgabe auf Seite 3.

Wir wünschen Ihnen schöne Feiern zum Jahresende und einen guten Start in das Neue Jahr.

Ihre 

und das Redaktionsteam von SICHER zuhause & unterwegs

## Impressum SICHER zuhause & unterwegs, 50. Jahrgang

**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:**

**Markus Schulte**, Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA)

**Melanie Lorenz**, Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV)

**Nil Yurdatap**, Unfallkasse Nordrhein-Westfalen

**Ulrike Renner-Helfmann**, Bayerischer Gemeindeunfallversicherungsverband/  
Bayerische Landesunfallkasse

**Katrin Rüter de Escobar**, Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft

e.V. (GDV)

**Kirsten Wasmuth**, Unfallkasse Berlin

**Fotos/Bilder:** ImageShop/Corbis (Titel), DSH (S. 2), privat (S. 3), Gannet77/istockphoto.com (S. 4) AnaPhelps/istockphoto.com (S. 5), sjlocke/istockphoto.com (S. 6), senoldo/Fotolia.com (S. 7), Klaus-Peter Adler/Fotolia.com (S. 6/7), momanuma/Fotolia.com (S. 8), Redseven Artist, JoeBiafore/istockphoto.com, marekuliasz/istockphoto.com, Cimmerian/istockphoto.com, RCarner/istockphoto.com (S. 9), cmisje/istockphoto.com, kameel/Fotolia.com, Adidas (S. 10), Hüter, www.licht.de, jaroorn/istockphoto.com (S. 11), Maica/istockphoto.com (S. 12), FrankU/Fotolia.com (S. 13), mikdam/istockphoto.com (S.15)

**Layout & Vertrieb:** Bodendörfer | Kellow, Grafik-Design & Verlag  
Emilienstraße 6a, 23558 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 kostenlos von ihrer gesetzlichen Unfallversicherung.**

Hunde können die Entwicklung von Kleinkindern vielseitig positiv beeinflussen. Viele Eltern sehen daher in einem Hund den idealen Hausgefährten. Doch auch von ihm können Gefahren für Babys und Kleinkinder ausgehen.

Dr. Hildegard Jung ist niedergelassene Tierärztin für Verhaltenstherapie und öffentlich bestellte und vereidigte Sachverständige für Hundeverhalten in München. Wir haben mit ihr über das Miteinander von Kleinkind und Hund gesprochen.



Dr. Hildegard Jung

## Achtung: Der Schmusehund kann auch beißen!

### **SICHER zuhause & unterwegs:**

**Dass ein Kampfhund eine tödliche Gefahr für Kinder sein kann, wissen viele Eltern. Aber der eigene Dackel ...?**

#### **Dr. Hildegard Jung:**

Der eigene Hund ist immer der gefährlichste: Eltern vertrauen ihm komplett. Und das Kind verbringt nahezu 24 Stunden mit ihm. Daher hat es keine Berührungssängste.

### **SICHER zuhause & unterwegs:**

**Warum sind kleine Kinder besonders gefährdet?**

#### **Dr. Hildegard Jung:**

Kleinere Kinder nehmen einen Hund nicht als individuelles Wesen wahr und behandeln ihn im Grunde wie ein Plüschtier, also durchaus grob. Krabbelkinder sind daher bis zu einem gewissen Grad „Tierquäler“ und machen Hunden bisweilen Angst. Außerdem ist ihr Reaktionsvermögen im Vergleich zu den bereits als Welpen reaktionsschnellen Hunden noch deutlich verzögert.

Umgekehrt wissen viele Hunde, wenn ein Baby in die Familie kommt, anfangs gar nicht, was das soll. Je nach Temperament und Erfahrung reagiert der Hund auf diese Situation mit Neugier, Befremden oder Panik. Auch wenn es in Büchern immer wieder anders steht: Es gibt definitiv keinen „Welpenschutz“ für Babys. Im Gegenteil: Das Weinen eines Babys ist nicht unähnlich den Lauten einiger Beutetiere. Es kann bei einem Hund Jagdverhalten auslösen.

### **SICHER zuhause & unterwegs:**

**Wie kann eine Familie einen Hund auf die bevorstehende Geburt eines Babys vorbereiten?**

#### **Dr. Hildegard Jung:**

Man kann zum Beispiel mit dem Hund vor Ankunft des Babys gezielt Tabus üben: Er darf nicht ins Kinderzimmer oder ins Bett, so verknüpft er dies nicht mit dem Baby.

### **SICHER zuhause & unterwegs:**

**Worauf sollten Eltern achten, wenn sie einen Hund anschaffen?**

#### **Dr. Hildegard Jung:**

Sicherlich ist die physikalische Gefährdung durch schwere, schnelle Hunde am größten. Aber man kann nicht so einfach sagen: Diese Rasse ist gefährlich für Kinder, jene nicht. Jede Rasse kann gefährlich werden. Unfälle zwischen Kind und Hund passieren meist am Boden, da Kleinkinder dort spielen oder sich auch auf den ruhenden Hund legen. So kann der Hund schnell in den Kopf oder das Gesicht des Kindes beißen. Bei der Auswahl eines Hundes kann eine Familie gezielt den Züchter nach einem ruhigen, geduldigen Tier fragen. Gibt es in der Familie des Züchters Kleinkinder, sollte man sich einfach mal anschauen: Wie geht die Mutterhündin mit diesen um? Der Welpe wird ihr Verhalten imitieren.

Entwicklungspsychologen empfehlen übrigens: Im Idealfall ist das jüngste Kind sieben Jahre alt, wenn ein Hund in die Familie kommt. Erst dann hat es ein Bewusstsein für Gefahren.

### **SICHER zuhause & unterwegs:**

**Was sind die wichtigsten Regeln für das Miteinander von Kleinkind und Hund?**

#### **Dr. Hildegard Jung:**

Ein Kleinkind darf auf gar keinen Fall mit einem Hund alleine im Raum sein. Und auch wenn die Eltern dabei sind, aber telefonieren oder den Tisch decken, sind sie keine richtigen Supervisoren. In solchen Situationen sollten Hund und Kind durch einen Zimmerkäfig oder ein Trenngitter physisch getrennt werden. Dann kann nichts passieren, die beiden sehen sich jedoch.

Das Miteinander von Kind und Hund muss trainiert werden und nach konsequenten Regeln ablaufen: Der Hund muss lernen, sich an einen Rückzugsplatz zurückzuziehen, wenn er seine Ruhe haben möchte. Das Kind braucht auch ein ganz klares Nein – zum Beispiel, wenn es dem Futter oder dem ruhenden Hund zu nahe kommt.

*Interview: Eva Neumann, Journalistin, Berlin.*

# Ski ahoi! Mit dem Lift sicher nach oben

Wintersport ohne Liftservice – für viele Ski-Fans undenkbar. In den kalten Monaten lassen sich täglich tausende Skifahrer mit dem Förderband, dem Bügel- oder Sessellift bequem die Piste hochziehen. Wer sich jedoch nicht an die Regeln der Liftstation hält, kann sich gefährlich verletzen.

Bei Kindern ist die Kleidung ein wesentlicher Unfallfaktor. Immerhin dürfen schon Zweijährige in Begleitung eines Erwachsenen auf dem einfach zu handhabenden Förderband nach oben fahren. „Lange Schals und lustige Harlekinmützen mit Bommeln sind sehr gefährlich, weil sie während der Fahrt am Bügel oder im Förderband hängen bleiben können“, erklärt Hannes Rechenauer vom Verband Deutscher Seilbahnen (VDS). „Der erste Schritt für einen unfallfreien Urlaub wird zu Hause beim Kofferpacken getätigt.“ Hannes Rechenauer empfiehlt Eltern, ihren Kindern Handschuhe und eine Skibrille als Sonnen- und Sichtschutz anzuziehen. Auch ein Helm ist auf der Piste Pflicht. „Wenn die größeren Kinder den Helm im Erwachsenen-Lift abnehmen, weil sie ihn lieber in der Hand tragen wollen, könnte er sie bei einem Sturz behindern. Deshalb muss der Helm im Lift auf dem Kopf bleiben.“ Unter dem Schneeanzug sollten Kids nicht nur ein T-Shirt, sondern möglichst zwei zusätzliche Kleidungsschichten tragen. „Nur so können sie sich den Temperaturen anpassen und bei Bedarf einen Pulli ausziehen.“ Schals müssen grundsätzlich unter dem Anorak verstaut werden.

## Sicher einsteigen und wieder aussteigen

Die Stöcke gehören beim Bügellift in die äußere Hand und sollten nicht lose im Schnee mitschleifen. Die Einstiegsstelle muss zügig betreten werden. Dann kann eigentlich nichts mehr schiefgehen – oder doch? Wer sich während des Einsteigens das Handy ans Ohr hält, greift womöglich daneben, wenn der Liftbetreuer den Bügel reicht. Und schon ist der Start verstopft, sind die Ski überkreuz, ist der Sportler im Schnee. Unaufmerksamkeit, große Hast und querstehende Ski können Stürze mit Blessuren, aber auch lang anhaltende Zerrungen und schwere Brüche nach sich ziehen.

Rund 20 Prozent aller Unfälle im Skilift ereignen sich bereits beim Einstieg. Knapp 60 Prozent sind es später beim Ausstieg. „Um Kollisionen beim Aussteigen zu vermeiden, sollte der Ausstiegsbereich schleunigst verlassen werden“, sagt Hannes Rechenauer. Wichtig ist auch, dass der Bügel nicht achtlos zur Seite, sondern sanft in Fahrtrichtung losgelassen wird, damit keine umherstehenden Personen zu Schaden kommen.



## Unfallgefahren auf gerader Strecke

Auch auf dem Weg nach oben kann im Bügellift noch einiges schiefgehen. Zum Beispiel, wenn übermütige Wintersportler aus Jux aus der Spur fahren, dabei stürzen und von den Skiern der nachfolgenden Fahrer verletzt werden. „Jeder Skifahrer sollte konzentriert bei der Sache sein, damit keine anderen Fahrgäste gefährdet werden“, sagt Hannes Rechenauer. Auch das romantische Anlehnen an den Partner ist im Bügellift keine gute Idee. Der Nebenmann könnte das Gleichgewicht verlieren. Sollte es zu einem Sturz kommen, muss die Liftspur sofort freigemacht werden.

Bei Sesselliften ist der Einstieg weniger gefährlich. Doch auch hier gilt: „Die Richtlinien des Betreibers, die an der Liftstation aushängen, müssen unbedingt umgesetzt werden.“ So dürfen Skifahrer die Bahnsteigssperren nicht eigenmächtig öffnen. Sie sollten den Bügel während der Fahrt geschlossen halten und abenteuerliche Schaukelmanöver unterlassen.

Von Silia Wiebe, Journalistin, Hamburg.



# Sicher fliegen mit Babys und Kleinkindern

Am Münchner Flughafen wartet Julia mit ihrem sechs Monate alten Sohn auf den Aufruf zum Check-in. Eine Woche Entspannen am Meer, statt Weihnachten und Silvester in Deutschland zu frieren. Eine verlockende Aussicht für die junge Mutter – wäre da nicht der vierstündige Flug nach Las Palmas. Während die übrigen Passagiere den Boardingfilm und das Mittagessen genießen, hat Julia alle Hände voll zu tun, ihrem Sohn den Flug so stress- und verletzungsfrei wie möglich zu machen.



## Tipps vom Kinderarzt

Dabei hat sie sich auf ihre erste Flugreise mit Baby gut vorbereitet. Kurz vor dem Urlaubsbeginn war sie beim Kinderarzt, denn je nach Reiseziel sollten Schutzimpfungen vor dem Abflug erneuert und ansteckende Krankheiten wie Windpocken oder Magendarminfektionen ausgeschlossen werden. Wer mit erkälteten Kindern fliegt, sollte ihnen kurz vor Abflug und nach der Landung zum Druckausgleich Nasentropfen geben. Während des Steig- und Sinkflugs erleichtert das Saugen am Schnuller oder Fläschchen Kleinkindern den Druckausgleich. In der Flugphase ist wichtig, dass Kinder viel trinken. Stilles Wasser und Kräutertees sind ideal, kohlenensäurehaltige Getränke wie Limonade oder Mineralwasser blähen den Magen auf und können zu Übelkeit führen.

## Essen, Wickeln und Schlafen im Flieger

Damit sich Kinder während der Mahlzeiten nicht an den häufig sehr heißen Aluminiumverpackungen verbrennen, sollten Eltern die Menüs entgegennehmen und vorkosten. Als Julia ihren Sohn in der engen Kabinentoilette wickeln will, stellt sie fest, dass sie keine weiche Unterlage dabei hat. „Diese Ablagen sind klein und hart, beim nächsten Mal werde ich ein Handtuch mitnehmen, damit sich der Kleine nicht ständig stößt“, sagt sie. Als die Stewardess ein Babybett bringt, fehlt erneut die gepolsterte Unterlage. „Auch diese Betten sind eine tolle Sache, aber die Kinder liegen ohne eine extra Decke viel zu hart“, findet Julia. Ein typischer Anfängerfehler von Eltern, die zum ersten Mal mit Kind fliegen. Cornelia Cramer vom Luftfahrt-Bundesamt (LBA) sagt: „Wir raten allen Eltern, rechtzeitig mit der Airline Kontakt aufzunehmen, um alle Fragen bezüglich des Komforts und der Sicherheit ihres Kindes zu klären.“

## Eigener Sitzplatz mit Kindersitz oder Sicherheitsgurt auf dem Schoß der Eltern

Kinder unter zwei Jahren dürfen ausschließlich mit einem Kinderrückhaltesystem transportiert werden, damit sie sich beim holprigen Ab- und Landeflug und bei plötzlichen Turbulenzen nicht an Sitzgestellen oder Gepäckteilen stoßen oder haltlos durch die Gänge schleudern. Deshalb sollten sich Eltern schon bei der Flugbuchung entscheiden, ob sie ihren eigenen funktionstüchtigen Kindersitz mitbringen und dafür einen extra Platz reservieren und bezahlen. Oder ob ihnen der von den Airlines angebotene kostenlose „Loop-Belt“-Gurt ausreicht, der mit einer Schlaufe am Beckengurt des Erwachsenen festgezurt wird. Der gravierende Nachteil: Das Kind sitzt während der gesamten Reisezeit auf dem Schoß eines Elternteils und könnte bei einem plötzlichen starken Ruck durch das Gewicht des Erwachsenen verletzt werden. „Unserer Auffassung nach sollten Eltern deshalb bereit sein, den Reservierungspreis für einen eigenen Kinderplatz zugunsten der Sicherheit zu zahlen“, sagt Cornelia Cramer. Die Expertin rät allen Eltern, sich rechtzeitig zu erkundigen, welche Kindersitze bei den Airlines zugelassen sind, da nicht jeder Sitz für ein Flugzeug geeignet ist.

### Service:

Der Bundesverband Deutscher Fluggesellschaften hat eine Liste zugelassener Kindersitze zusammengestellt, die online einsehbar ist unter [www.bdf.aero](http://www.bdf.aero) (Themen – Stellungnahmen – 2009)

Von *Silia Wiebe*.



## Ein Schlückchen in Ehren – aber nicht für die Kleinen

**Wer mit Kindern feiert, sollte auch an den Feiertagen verantwortungsbewusst mit Alkohol umgehen**

**Das Jahr geht zu Ende, eine Reihe von Festtagen steht vor der Tür. Die meisten Erwachsenen werden sie traditionsgemäß mit reichlich Alkohol begehen. Ein paar gute Gläser Wein, ein Bierchen und ein Aperitif nach dem Gänsebraten gehören für viele Familien an den Festtagen zu Weihnachten einfach dazu. Und was wäre Silvester, wenn man nicht mit Sekt und Champagner auf das neue Jahr anstoßen kann?**

Doch gerade zu Silvester ist ein verantwortungsvoller Umgang mit Alkohol gefragt. So weisen die deutschen Versicherer auf die steigende Unfallgefahr hin: Viele schwere Verletzungen und Verbrennungen zum Jahreswechsel gehen auf Alkohol zurück – etwa, wenn Betrunkene übermütig mit Feuerwerk und Böllern hantieren.

Groß ist auch die Verantwortung gegenüber den jüngsten Familienmitgliedern: Wer mit Kindern und Jugendlichen feiert, wird irgendwann damit konfrontiert, dass auch der Nachwuchs probieren möchte, was die Erwachsenen so gern zu besonderen Anlässen trinken. Gerade zu Silvester, wenn die Stimmung gelöst ist, Feuerwerk und Knaller abgefeuert werden und die Nacht zum Tag wird, wollen Kinder eben auch dazugehören und mit einem Glas Alkohol anstoßen – wie die „Großen“.

Was tun? Viele Eltern sind verunsichert: Haarsträubende Medienberichte vom „Komasaufen“ und „Flatrate-Trinken“ schockieren nicht nur viele Eltern. Sollte man Alkohol nicht ebenso verdammen und verbieten wie „harte“ Drogen? Andere neigen dazu, das „Probieren“ von Alkohol zu verharmlosen. Alkohol dient der Entspannung am Feierabend, der Geselligkeit in trauter Runde und wird nicht nur bei besonderen Anlässen als angenehmer Stimmungsaufheller geschätzt. Wenn das Bierchen, das Glas Wein zum Essen für die Erwachsenen alltägliche Gewohnheit sind, was schadet es dann, so der Gedanke, wenn die lieben Kleinen zum Fest am Glas nippen? Nur – ab welchem Alter sollten Eltern, wenn überhaupt, das „Schlückchen in Ehren“ zulassen?



## Kein Alkohol für die Jüngsten

Die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) in Hamm sagt deutlich: Kein Alkohol für die Jüngsten. Kleinkindern und Kindern im Grundschulalter sollte niemals Alkohol angeboten werden – auch nicht in geringsten Mengen. Wer mit kleineren Kindern feiert, sollte alkoholfreie Alternativen bereitstellen. Auch diese können, dem Anlass entsprechend, etwas Besonderes sein, was es nicht jeden Tag gibt. Hier sollten sich Eltern oder Gastgeber ruhig ein bisschen Mühe machen: Eine leckere alkoholfreie Fruchtbowle oder ein bunter Cocktail aus Fruchtsäften mit frischer Minze oder Obst garniert kann bestimmt auch den einen oder anderen Erwachsenen erfreuen, der nach der Feier noch mit dem Auto fahren muss.

## Verbote erklären

Verbote sollten aber nicht nur verhängt, sondern immer auch erklärt werden. Denn der kindliche Körper kann den Alkohol noch nicht in gleicher Weise verarbeiten wie der Körper eines Erwachsenen. Kinder sind somit wesentlich anfälliger für schwerwiegende gesundheitliche Schäden durch Alkohol. Das kindliche Nervensystem reagiert empfindlicher als das eines Erwachsenen – bereits ab 0,5 Promille Alkohol im Blut kann ein Kind bewusstlos werden. Bei ihm reicht eine geringe Menge Alkohol aus, um schwere Vergiftungen zu verursachen. Je kleiner und leichter der Körper, desto höher ist die Alkoholkonzentration im Blut. Die Leber, also das Organ, das den größten Teil des konsumierten Alkohols abbaut, ist bei Kindern und Jugendlichen zudem noch nicht ausgereift. Die Enzyme, die den Alkohol in dem Organ abbauen, sind in geringerer Menge vorhanden als bei Erwachsenen.

Nicht nur wegen der unmittelbar drohenden Schäden empfiehlt die DHS Eltern einen äußerst behutsamen Umgang mit den Trinkwünschen der Kinder. Denn: Wer schon in jungen Jahren auf den Geschmack gebracht wird und sich an den bitteren, brennenden Geschmack von Alkohol gewöhnen kann, erhöht sein Risiko beträchtlich, später Probleme mit dem Alkohol zu bekommen.

Doch der verantwortungsvolle Umgang mit dem Thema „Alkohol trinken“ ist – je nach Alter und Reife der Kinder – oftmals eine Gratwanderung. Denn für ältere Kinder und Jugendliche können rigide Verbote auch Versteckspielerei und Manipulation rund um den Alkohol bewirken.

Ein begrenztes Nippen und Anstoßen sollten die Lust an der riskanten Übertretung der Verbote mindern und künftige Schäden verhindern.

DHS-Sprecherin Christa Merfert-Diete sagt Eltern, sie könnten sich dabei am Jugendschutzgesetz orientieren. „Kein Bier unter 16 und keine Spirituosen unter 18 Jahren. Das gilt auch für Alcopops.“

## Mit Kindern über Alkohol reden

Trinkt der Sohn oder die Tochter doch mal ein Bier, ist dies keine Katastrophe. „Weder die Verdammung noch die Verharmlosung ist richtig“, sagt Merfert-Diete. Die DHS rät stattdessen, mit den Kindern über den Alkoholkonsum und die Erfahrungen zu reden. Dazu gehöre auch, sich kritischen Fragen über den eigenen Alkoholkonsum zu stellen.

Eltern sollten eben nicht nur in Bezug auf den Alkoholkonsum ihrer Kinder Verantwortungsbewusstsein zeigen. Grundsätzlich sollten Eltern selbst einen vernünftigen Umgang mit Alkohol vorleben, etwa indem sie ihn nur zu bestimmten Anlässen trinken. Dazu gehört auch, die Alkoholvorräte im Haus im Blick zu haben. So merken Eltern, ob ihr Kind heimlich Alkohol konsumiert. Eltern sollten ihren Kindern keinen Alkohol kaufen und sie auch nicht zum Bier- oder Weinkauf losschicken.

Und was ist zu tun, wenn der Sohn oder die Tochter angetrunken von einer Party kommt? Vorhaltungen und Vorwürfe sind eher fehl am Platz. Sprechen Sie am nächsten Tag in Ruhe mit dem Jugendlichen darüber. Verbote erzeugen Trotzreaktionen. Sachliche Aufklärung kann hilfreich sein. Die Gefährdung der eigenen Gesundheit mag Jugendliche im Einzelfall weniger überzeugen als der Hinweis auf das meistens äußerst peinliche Verhalten Betrunkener.

## Schwierige Phase Pubertät

Ein offener, aber problembewusster Umgang mit dem Thema Alkohol nimmt ihm die Faszination und vermittelt einen risikofreien Umgang mit alkoholischen Getränken. Um dauerhaft Problemen und Suchtverhalten vorzubeugen, sollten Kinder zu selbstbewussten jungen Menschen heranwachsen. Dazu gehört, dass sich hin und wieder die ganze Familie zusammensetzt und über aktuelle Probleme spricht. Eltern sollten lernen, ihrem Kind immer gut zuzuhören und seine Probleme ernst zu nehmen. Auch wenn der Grund für den aktuellen Kummer nebensächlich oder unverständlich erscheint, sollten sie zeigen, dass sie Verständnis für seine Sorgen und Probleme haben. Gerade die Pubertät ist eine schwierige Phase. Der erste Liebeskummer und schulischer Leistungsdruck erschweren diese Zeit enorm. Alkohol kommt in dieser Entwicklungszeit für manchen wie gerufen: Er wirkt enthemmend und entspannend und lässt das mangelnde Selbstvertrauen vergessen. In vielen Cliquen gilt Alkoholkonsum als Zeichen von Stärke, dadurch entsteht der Gruppenzwang mitzutrinken. Wer sich auch als Kind und Heranwachsender ernst genommen und akzeptiert fühlt, ist in solchen Situationen eher fähig, nein zu sagen.

### Info:

Auf [www.dhs.de](http://www.dhs.de) finden Eltern weitere Informationen, zum Beispiel Broschüren und eine Suchfunktion für regionale Selbsthilfegruppen.

Von *Katrin Rüter de Escobar, Pressereferentin des Gesamtverbandes der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV), Berlin.*



# Gefahr von oben:

## Eigentümer haften bei Glätteunfällen und Schäden durch Dachlawinen

**Der Winter ist im Anmarsch. Zeit, die Schneeschaufel hervorzuholen! Ist der Schnee erst mal flächig festgetreten oder taut er an und gefriert dann wieder, werden Gehwege schnell zu gefährlichen Rutschbahnen – ganz zu schweigen von Treppen und Gefällstrecken.**

### Verkehrssicherungspflicht liegt meist beim Hauseigentümer

Zwar müssen zunächst die Kommunen im Rahmen der so genannten Verkehrssicherungspflicht dafür sorgen, dass auf öffentlichen Gehwegen niemand ausrutscht und sich verletzt. Doch diese Pflicht haben die meisten Städte und Gemeinden auf die Straßenanlieger übertragen, sprich: auf die Hauseigentümer.

Sand oder Granulat streuen und Schnee schippen oder fegen ist nichts für Langschläfer. Üblicherweise müssen die Gehwege von rund 7 Uhr bis 20 Uhr gefahrlos passierbar sein. Besonders aufwändig kann die Beseitigung von festgefrorenem Eis sein. Details zur Streu- und Räumspflicht wie die freizuhaltende Gehwegbreite, Vorgaben zum Streumaterial oder zum zeitlichen Rahmen sind in der jeweiligen Gemeinde-satzung zu finden.

Haus- und Grundstückseigentümer können ihre Pflichten durch eine Regelung im Mietvertrag auf Mieter übertragen oder auch einen professionellen Winterdienst beauftragen. Vor allem bei Wohnanlagen wird dies oft so gehandhabt. Allerdings ist der Eigentümer in jedem Fall verpflichtet, die regelmäßige ordnungsgemäße Ausführung zu überwachen.

### Wege zum und am Haus

Der öffentliche Gehweg ist eine Sache. Der Weg zwischen Gartentor und Haus eine andere. Wenn hier der Postbote oder ein Besucher ausrutscht und sich verletzt, haftet ebenfalls der Hauseigentümer oder – abhängig von der vertraglichen Regelung – der Mieter für die Folgen. Das gilt selbst dann, wenn der Zugang durch ein Schild „Privatgrundstück“ oder „Betreten auf eigene Gefahr“ gekennzeichnet ist.

### Gesetzliche Unfallversicherung kann Streupflichtigen in Regress nehmen

Wenn ein Postbote auf dem Gartenweg ausrutscht, ein Arbeitnehmer auf dem Weg ins Büro oder ein Kind auf dem Schulweg einen Unfall hat, übernimmt zwar die gesetzliche Unfallversicherung die Kosten für Heilbehandlung und Rehabilitation. Sie kann jedoch ihrerseits den säumigen Streupflichtigen in Regress nehmen, wenn der Unfall bei ordentlichem Räumen und Streuen zu vermeiden gewesen wäre. Der Streupflichtige wiederum kann sich durch eine private Haftpflichtversicherung gegen dieses Risiko absichern.

#### Vorsicht, Dachlawine!

Unfälle oder Sachschäden durch Dachlawinen, herabrutschende Schneeklumpen oder abbrechende Eiszapfen sind zwar seltener als solche auf vereisten Wegen, aber nicht minder gefährlich. Auch hier haftet der Eigentümer für die Folgen.

Überall, wo öffentliche Flächen wie Gehwege oder Parkplätze gefährdet sind – das gilt besonders bei steilen Dächern, aber auch beim Vordach über dem Hauseingang – sollten deshalb Fanggitter, Rundhölzer oder flächig wirkende Schneerückhaltesysteme auf dem Dach montiert werden. In schneereichen Gebieten ist dies vielerorts sogar baupolizeilich vorgeschrieben.

Bilden sich an Dachrinnen oder Überständen Eiszapfen, die problemlos erreichbar sind, sollten sie vorsichtig abgeschlagen werden. Der Bereich darunter muss dabei gesichert werden.

Die Gefahr durch Eiszapfen lässt sich – zumindest im nächsten Jahr – durch Vorbeugemaßnahmen reduzieren: In regelmäßig gereinigten Dachrinnen staut sich kaum Wasser zurück, das dann gefrieren kann.

Von Eva Neumann.



# Rutschfest durch den Winter

**Feuchtes Laub auf rutschigen Treppen, schmelzender Schnee auf abschüssigen Rampen und Glatteis vor der Haustür: Wer in den Wintermonaten auf hohen Hacken unterwegs ist, riskiert Knochenbrüche und Muskelverletzungen.**

Wer bei Schneefall oder Nieselregen auf High Heels das Haus verlässt, kann schnell mal ausrutschen und sich gefährlich verletzen. Denn bei Nässe haben Schuhsohlen in der Regel weniger Reibung und somit eine begrenzte Bremswirkung. Insbesondere schmale, glatte und abgenutzte Absätze sind rutschgefährlich. Orthopäde Dr. Reinhard Schneiderhan hält es daher für klug, hohe Schuhe erst im Büro oder auf der Party anzuziehen. „Auf dem Weg dorthin sollte man sicherheits halber festes Schuhwerk mit breiten Auftrittsflächen im Fersen- und Vorfußbereich tragen.“ Sehr ungesund sei es, nur mit Nylonstrümpfen in High Heels durch den Schnee zu gehen. „Kälte führt zu Verkrampfungen im Bereich der empfindlichen Fußinnenmuskulatur. Die üblichen internistischen Leiden wie Blasenentzündungen oder Nierenentzündungen können die gesundheitsschädigenden Folgen sein“, so der Experte.

## Verletzungsrisiko schon beim Kauf senken

Schon beim Kauf eines Schuhs kann man dafür sorgen, dass das Verletzungsrisiko später gering bleibt. „Wichtige Auswahlkriterien sind eine griffige und weiche Sohle, eine gute Passform und Bettung des Fußes und eine möglichst orthopädische Einlage im Fußsohlenbereich“, erklärt Dr. Reinhard Schneiderhan. Grundsätzlich gelte aber für alle Witterungsverhältnisse: „Fuß- und Sprunggelenke, aber auch Knie- und Hüftgelenke leiden unter hochhackigen Schuhen. Weil das Abrollverhalten in High Heels eine für den Körper unnatürliche Bewegung ist, wird auch die Wirbelsäule stark belastet.“ Wer unbedingt hochhackig ausgehen möchte, sollte Schnürschuhe mit Absätzen wählen, weil diese einen besseren Halt garantieren. Und natürlich gilt für jeden Schuh: Die Zehen müssen genügend Platz haben.



Wenn das deutsche Model Barbara Meier auf internationalen Modenschauen läuft, trägt sie bildschöne Schuhe mit sensationellen Absätzen. „Bloß nicht umknicken“, denkt die 24-Jährige, die berufsbedingt bei jedem Wetter auf hohen Hacken unterwegs sein muss.



Barbara Meier

## SICHER zuhause & unterwegs: Worauf achten Sie bei der Auswahl Ihrer Schuhe?

### Barbara Meier:

Ehrlich gesagt, vor allem auf die Optik. Im Nachhinein ärgere ich mich, wenn ich nach einigen Stunden in tollen Schuhen wahnsinnige Schmerzen habe. Um die Füße zu schonen, benutze ich kleine Hilfsmittel wie Gel-Kissen, die die Fußballen entlasten.

## SICHER zuhause & unterwegs: Hohe Schuhe sind ein Garant für Rückenschmerzen.

### Barbara Meier:

Ja, deshalb laufe ich in meiner Freizeit gerne barfuß. Das ist die beste Methode, um die Füße und die Körperhaltung zu entspannen. Außerdem werden dadurch viele Reflexzonen, die an den Füßen liegen, stimuliert.

## SICHER zuhause & unterwegs: Sie tragen auch bei Schnee und Regen hohe Hacken. Ganz schön gefährlich, oder?

### Barbara Meier:

In solchen Situationen ist es gut, wenn der Absatz so dick wie möglich ist. Mein persönlicher Trick: Ich ritze die Sohle von neuen Schuhen mit einer Nagelfeile etwas ein, raue sie damit auf und rutsche dann nicht mehr so schnell aus. Richtig hingefallen bin ich glücklicherweise noch nie. Und zumindest vor Publikum habe ich mittlerweile Übung darin, das Ausrutschen geschickt zu überspielen und so zu tun, als wäre nichts geschehen.

Interview und Text: Silia Wiebe.

# Fußball – ein Wintermärchen



Fußball ist der Sport mit den meisten Verletzungen. Kein Wunder, schließlich werden Muskeln und Gelenke beim Laufen und Treten stark beansprucht. Zusammenstöße können die Knie- und Sprunggelenke erheblich schädigen. Vor allem im Winter, wenn der Rasen gefroren oder matschig ist, sind Sicherheitstipps von einem erfahrenen Trainer Gold wert.

Teamgeist, Toleranz und Wettkampf gehören zum Kicken genauso dazu wie waghalsige Hechtsprünge und kraftvolle Zweikämpfe. Auf dem Rasen des Hamburger Fußball Verbands (HFV) rollt der Ball über den Platz. 25 elfjährige Nachwuchstalente üben mit Lehrer Stephan Kerber und dessen Kollegen zielgenaue Pässe. Köpfe, Knie und Füße sind voll im Einsatz. Jeder gibt 100 Prozent. Doch der Boden ist vom Schnee aufgeweicht, immer wieder rutschen die Jungen beim Sprinten und Rückwärtslaufen aus. Auch die Zweikämpfe sehen von der Zuschauertribüne aus gefährlich aus. „Halb so dramatisch“, sagt der Trainer. „Wir erziehen die Kinder zu Fairplay, insofern verletzt sich hier keiner so schnell.“ Gezielte Tritte ans Schienbein sind tabu. Aus moralischen Gründen, aber auch, weil immerhin die Hälfte aller Verletzungen beim Fußball durch Foulspiel zustande kommt.

## Krankheitsbedingte Fehltage wegen fehlender Mützen

„Leichte Prellungen kann man bei engagierten Zweikämpfen nicht verhindern, deshalb tragen unsere Jungs im Training Schienbeinschützer“, erklärt Stephan Kerber. Auch das richtige Schuhwerk ist wichtig. „Ich rate ab von schmal geschnittenen Nylonfußballschuhen mit hohen Stollen, auch wenn sie cool aussehen“, sagt der Experte. „Sie sind ungesund. Jüngere Kinder stehen darin zu hoch und knicken schneller um.“ Sicheren Halt finden Kinderfüße hingegen in Turnschuhen mit Multinoppen und stabilisierten Seiten. Wenn die Sohle ausreichend, aber nicht übertrieben gedämpft ist, werden die Gelenke entlastet. Eine Beratung im Fachgeschäft kommt den Kinderfüßen in jedem Fall zugute.

„Gefährliche Stürze sind in diesem Alter eher die Ausnahme, während Erkältungen und grippale Infekte im Winter häufig Fehltage verursachen“, erklärt HFV-Fußball-Lehrer Stephan Kerber. Weil Sport an der frischen Luft aber auch in kalten Monaten wichtig ist, legt er Wert auf winterfeste Kleidung. „Mützen, lange Hosen, Handschuhe und dicke Jacken sind bei eisigen Temperaturen unbedingt notwendig, auch wenn der Modetrend gerade etwas anderes ansagt.“ Nicht mit auf den Platz dürfen Ohringe, Armbänder und Piercings – die Verletzungsgefahr ist zu groß.

Regelmäßiges Training mit ausgewogenen Aufwärmübungen vor dem Spiel ist die Voraussetzung für verletzungsfreien Fußball. „Wer seltener als einmal pro Woche dabei ist, verletzt sich bei schnellen Spielen leichter.“ Technik, Kraft, Koordination und Wahrnehmung übt er mit seiner U11. „Ich achte darauf, dass die Kinder während Wachstumsphasen, in denen sie öfter umknicken, gezielt an der Lauftechnik feilen.“

## Nach dem Spiel eine warme Dusche

Nach dem Spiel gehört eine warme Dusche ebenso zur Nachsorge wie ein Getränk und das Föhnen der Haare. „Wer verschwitzt durch den Schnee radelt, wird die nächsten Trainingsstunden mit Wadenwickeln auf dem Sofa verbringen“, sagt Stephan Kerber. Sollte sich doch mal ein Schüler verletzen, rät er zu konsequenter Ausheilung. „Wer die Rehabilitation nicht ernst nimmt, muss mit schlecht verheilten Narben in der Muskulatur und daraus folgenden neuen Verletzungen rechnen.“ Doch glücklicherweise rennen im Augenblick trotz der Kälte 25 top-fitte Fußballfreunde mit Fingerhandschuhen und Schienbeinschonern über den Platz.



Von Silia Wiebe.

## Elektroausstattung in Haus und Wohnung richtig planen

In vielen älteren Häusern ist die Elektroinstallation nicht auf dem neuesten Stand. Die oft jahrzehntealten Leitungen reichen nicht immer aus für die Vielzahl und den Stromhunger heutiger elektrischer Geräte. Die Folge ist eine steigende Brandgefahr aufgrund verschlissener, beschädigter oder überlasteter Elektroleitungen, Schalter und Steckdosen. Häuslebauer hingegen stehen oft vor der Frage, wie viele Steckdosen und Lichtauslässe ihr neues Heim wohl benötigen wird.

Eine Orientierung bietet die Seite [www.elektro-plus.com](http://www.elektro-plus.com) im Internet. Sie enthält neben allgemeinen Informationen einen Ausstattungsscheck und einen Online-Raumplaner für einzelne Wohnräume. Steckdosen & Co. können dort entweder in einen Grundriss oder eine Liste eingetragen werden. Die Rubrik „Modernisierung“ enthält eine praktische 16-Punkte-Checkliste.

Hinter der Initiative „elektro +“, die die Seite betreibt, stehen Unternehmen der Elektro-, Heizungs- oder Haustechnik-Industrie. Dies zu wissen, kann bei der Einschätzung helfen, ob wirklich alle empfohlenen Schalterarten oder vorsorglichen Installationen sein müssen. Eine gute Grundlage für das persönliche Planungsgespräch mit dem Elektroinstallateur sind Check- und Planlisten dennoch, da sie zu einem strukturierten Überblick führen. *woe*



## Beleuchtungsdauer in Treppenhäusern

Es gibt keine Vorschrift, die besagt, wie lange das Licht in Treppenhäusern von Mehrfamilienhäusern mindestens brennen muss. Dennoch darf der Weg von der Eingangstür bis zur Wohnung im dritten Stockwerk nicht zum dunklen Lauf gegen die Zeit werden. Darauf weist die Interessensgemeinschaft „licht.de“ hin.

Ein empfehlenswertes Maß ist, das Lichtintervall am langsamsten Treppengänger zu bemessen. Das Licht sollte etwa im Treppenhaus eines fünfstöckigen Wohnhauses mindestens so lange brennen, bis der langsamste Mieter das oberste Stockwerk erreicht hat. In Hochhäusern mit Fahrstuhl sind Treppengänger eine Minderheit; sie müssen sich darauf einstellen, das Licht erneut einzuschalten.

Das Oberlandesgericht Koblenz hat zu dieser Frage entschieden (AZ 5 U324/95), dass der Hauseigentümer die Verkehrssicherungspflicht verletzt, wenn Mieter und Besucher bei durchschnittlicher Gehgeschwindigkeit nicht mindestens zwei Geschosse überwinden können, ohne erneut den Lichtschalter betätigen zu müssen.

Mehr Infos im Internet unter [www.licht.de](http://www.licht.de).

*pm/woe*

## Wer so hört, hört fast nichts mehr

Welche Folgen ein Hörschaden im täglichen Leben hat, beim Musikhören etwa oder in der Kantine, lässt sich eindrucksvoll auf der Internetseite der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung erleben. Wer sich dort zum Beispiel ein Musikstück zweimal anhört, weiß – beim ersten Hören – wie schön Zuhören eigentlich ist. Kontrastierend dazu gibt es die gleiche Musik, nun aber wahrgenommen durch ein geschädigtes Gehör: verwaschen und nur noch in Fragmenten. Eine überaus hörens-werte Erfahrung – nicht nur für junge Menschen.

Schon rund 14 Prozent der Kinder unter 14 Jahren haben einen leichten Hörschaden. Darauf weist das Umweltbundesamt hin. Ein Hauptgrund für diese Zunahme von Hörschäden ist das laute Hören von Musik über mobile Abspielgeräte, in Konzerten oder in („Mini-) Discos. Wer einmal einen Hörschaden hat, behält ihn sein Leben lang. Sind die feinen Haarzellen im Innenohr erst einmal zerstört, erholen sie sich nicht wieder und bilden sich nicht neu.

Hörbeispiele unter: [www.dguv.de](http://www.dguv.de), Webcode: d4682.

*woe*



# Durch den Zertifikatsdschungel zum Weihnachtsfest

## Diese Kennzeichen helfen bei sicherem Dekorieren und Verschenken

**Das richtige Weihnachtsgeschenk für die Liebsten zu finden, ist oft eine schwierige Angelegenheit. Spätestens vor dem Spielzeugregal wird die Entscheidung um eine weitere Facette erschwert, denn auf den bunten Kisten und Kartons sind eine Reihe von Prüfsiegeln wie CE, GS oder „spiel gut“ abgedruckt. Doch welche Siegel sind wirklich wichtig und sollten auf Geschenken für die Kleinen nicht fehlen?**

In Deutschland wird eine Vielzahl von Kennzeichnungen verwendet. Beim Kauf von Geschenken und Weihnachtsdekoration trifft der Verbraucher auf zwei große Gruppen: die Sicherheitskennzeichen und die Gütesiegel. Die ersten bescheinigen dem Produkt, gesetzlich vorgeschriebene Sicherheitsstandards einzuhalten. Durch das Anbringen des CE-Zeichens bestätigt der Hersteller, dass das Produkt den geltenden EU-Richtlinien entspricht. Auch wer ein knappes Budget hat, sollte darauf achten, dass dieses Zeichen auf seinem Geschenk zu finden ist. Denn CE ist eine Pflichtkennzeichnung für Spielzeuge und Elektrogeräte.

Ein anderes bekanntes Siegel ist das GS-Zeichen für „geprüfte Sicherheit“. Trägt ein Produkt dieses Zeichen, entspricht es den Anforderungen des deutschen Geräte- und Produktsicherheitsgesetzes: Auch bei vorhersehbarer Fehlanwendung des gekennzeichneten Produktes sind die Sicherheit und Gesundheit des Verwenders nicht gefährdet. Das GS-Siegel ist eine freiwillige Kennzeichnung, die das Vertrauen der Verbraucher in die Produkte durch zusätzliche Prüfungen erhöhen soll. Gegen Gebühr können Unternehmen zudem Sicherheitsprüfungen bei Instituten wie TÜV oder Dekra durchführen lassen und sich dies bescheinigen lassen. Doch Vorsicht: Diese Siegel kennzeichnen keine allgemein festgeschriebenen Standards und sollten daher nicht blind als Indiz für Qualität herangezogen werden.





## Alle Jahre wieder: Lichterketten

Egal wie angesehen ein Prüfzeichen ist: Wer seine Wohnung mit Lichterketten in vorweihnachtliches Licht tauchen will, sollte sich nie allein auf Sicherheitszeichen verlassen.

### Fünf Tipps dazu:

- ▶ Fehlende oder unverständlich formulierte Bedienungsanweisungen, verklausulierte Angaben zu Hersteller oder Importeur oder nachträglich aufgeklebte Prüfzeichen sollten misstrauisch machen.
- ▶ Nur Lichterketten verwenden, die mit einem Transformator betrieben werden. Geht eine Birne kaputt, ist auf dem Glühdraht sonst weiterhin die volle Netzspannung aktiv!
- ▶ Dünne und brüchige Isolierungen und fehlerhafte Lampenfassungen können Kabelbrände verursachen.
- ▶ Glühlampen nur mit einer Lampe der zugelassenen Wattstärke ersetzen, höhere Wattstärken können das Kabel überhitzen und so Brände auslösen.
- ▶ Auch zugelassene Glühlampen entwickeln Wärme, die Deko-Material in der Umgebung entzünden kann. Darum Lichterketten nicht lange unbeaufsichtigt leuchten lassen.

## Ein hübsches Gütesiegel ist schnell gedruckt ...

Neben den Sicherheitskennzeichnungen gibt es noch eine Reihe von Gütesiegeln, die nicht nur Sicherheit, sondern auch Qualität bescheinigen und damit die Kaufentscheidung erleichtern sollen. Doch ein hübsches Siegel ist schnell gedruckt, nicht alle sind anerkannt und unabhängig von der Industrie.

Daher lohnt nicht nur vor dem Kauf von Deko-Artikeln und Spielzeugen ein Blick auf die Testergebnisse der Stiftung Warentest. Die unabhängige Verbraucherschutzorganisation untersuchte beispielsweise Ende Oktober 50 Spielzeuge für Kleinkinder mit einem erschreckenden Ergebnis: 42 fielen bei den Tests durch, überwiegend weil sie mit Schadstoffen belastet waren. Holzspielzeug sogar häufiger als solches aus Plastik. Darunter befanden sich auch Produkte namhafter Hersteller.

Beim Spielzeugkauf bietet auch das Prädikat „spiel gut“ eine Orientierungshilfe, das der Verein „Arbeitsausschuß Kinderspiel + Spielzeug“ jährlich für besonderes Spielzeug verleiht. Mit dem „spiel gut“-Zeichen werden Kinderspielzeuge ausgezeichnet, die auf Funktion, Spielwert und gesundheitliche sowie ökologische Aspekte geprüft wurden.

Wer beim Streifzug durch die Geschäfte auf ein unbekanntes Prüfzeichen stößt, kann im Internet nachschlagen, was sich dahinter verbirgt. Der Verein „Verbraucher Initiative“ betreibt zum Beispiel eine Datenbank mit ausführlicher Beschreibung und Bewertung von rund 450 Prüfzeichen.

## Genau hinsehen beim Kauf von Spielzeug

Doch gute Qualität hängt leider nicht nur von Prüfsiegeln ab. Wer ein paar Hinweise beachtet, kann auch selbst einschätzen, ob ein Produkt sicher ist und gut verarbeitet wurde. Also Augen auf beim Spielzeugkauf, schließlich gelangt das Produkt in Kinderhände. Diese Checkliste kann vor Ort helfen:

- ▶ Wenn Spielzeuge mit Plastikbestandteilen einen strengen Geruch verströmen, ein anderes Produkt wählen. Spielzeug sollte immer neutral riechen.
- ▶ Kleinkinder nehmen gerne Spielzeug in den Mund. Bei unbehandeltem Holzspielzeug kann sich kein bunter Lack von der Oberfläche lösen.
- ▶ Ertasten Sie vor dem Kauf, ob sich Kinder an scharfen Ecken oder Kanten des Spielzeugs verletzen könnten.
- ▶ Achten Sie auf Kleinteile! Vor allem bei Spielzeug für Kinder unter drei Jahren ist es wichtig, dass sich keine Teile lösen. Als Faustregel gilt: Alles, was in eine leere Filmdose passt, können Kleinkinder verschlucken. Lassen sich solche Teile lösen, verzichten Sie besser auf den Kauf.
- ▶ Ob Sirenen von Autos, Musikinstrumente oder Spieluhren – viele Spielzeuge sind zu laut und können das Gehör von Kindern schädigen. Prüfen Sie das Spielzeug daher vor dem Kauf, indem Sie es sich direkt ans Ohr halten. Ist es unangenehm laut oder tut es gar im Ohr weh, ist das Produkt nicht geeignet.
- ▶ Plüschtiere sollten waschbar sein. Achten Sie auf Informationen am Etikett oder an der Verpackung. Vor dem ersten Spielen Stofftiere einmal waschen.

Falls nach dem Kauf dennoch ein Fehler an Deko-Artikeln oder Geschenken auffällt: Für alle Produkte gilt grundsätzlich eine zweijährige Garantiezeit. Wer Kassenbon und Rechnungen aufhebt, kann ein mangelhaftes Produkt also auch nach dem Kauf zurückgeben. Ein 14-tägiges Rückgaberecht räumen viele Geschäfte auch ohne Mangel aus Kulanz freiwillig ein.

### Weiterführende Informationen zum Thema unter:

- ▶ [www.produktsicherheitsportal.de](http://www.produktsicherheitsportal.de)  
Portal zur Produktsicherheit mit Listen von Produktrückrufen sowie Prüfstellen- und Normenverzeichnissen
- ▶ [www.label-online.de](http://www.label-online.de)  
Datenbank mit Bewertungen von Prüfzeichen
- ▶ [www.ce-zeichen.de](http://www.ce-zeichen.de)  
Informationen zum europäischen Prüfsiegel
- ▶ [www.test.de](http://www.test.de)  
Website der Stiftung Warentest
- ▶ [www.spielgut.de](http://www.spielgut.de)  
Internetpräsenz des Arbeitsausschusses Kinderspiel und Spielzeug
- ▶ [www.rueckrufe.de](http://www.rueckrufe.de)

Von *Paulina Henkel*, Mitarbeiterin in der Pressestelle der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAuA), Dortmund.

# Kinder-Kreuzworträtsel

Schreibe die gezeichneten Begriffe in das Rätselgitter. Die braunen Kästchen ergeben das Lösungswort. Bringe die sechs Buchstaben in die richtige Reihenfolge und du bekommst eine kalte Jahreszeit heraus.

Die ersten fünf Einsender erhalten das Vorlesebuch für Kinder „Upsi und der grüne Drache machen Feuer“. Lösungswort schicken an: [upsi@das-sichere-haus.de](mailto:upsi@das-sichere-haus.de).

The crossword puzzle grid is 10 columns wide and 12 rows high. The brown squares, which form the solution word, are located at the following grid positions (row, column): (3,4), (3,5), (3,6), (3,7), (4,4), (4,5), (4,6), (4,7), (5,4), (5,5), (5,6), (5,7), (6,4), (6,5), (6,6), (6,7), (7,4), (7,5), (7,6), (7,7), (8,4), (8,5), (8,6), (8,7), (9,4), (9,5), (9,6), (9,7), (10,4), (10,5), (10,6), (10,7).

The clues are: 1. A bucket (4 letters), 2. A candle (6 letters), 3. A penguin (7 letters), 4. A snowman (6 letters), 5. A star (5 letters), 6. A teddy bear (7 letters).

The solution word is formed by the letters in the brown squares: **1 2 3 4 5 6**

## 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

### Bayerischer Gemeindeunfallversicherungsverband

Ungererstr. 71, 80805 München, Telefon 089 / 3 60 93 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 089 / 3 60 93 - 4 32 oder  
haushaltshilfen@bayerguvv.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 - 1 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 - 1 11  
postfach@unfallkasse-mv.de

### Unfallkasse München

Ungererstr. 71, 80805 München, Telefon 089 / 3 60 93 - 200  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 089 / 3 60 93 - 419 oder  
haushaltshilfen@unfallkasse-muenchen.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

## Sicher hügelabwärts – Kinder auf dem Schlitten

Kinder sind leidenschaftliche Schlittenfahrer und schon die Allerkleinsten sausen liebend gern und geborgen auf Mamas oder Papas Schoß hügelabwärts. Und diese Geborgenheit sollten Kleinkinder auf dem Schlitten auch haben: Erst ab etwa vier Jahren sind Kinder sicher auf dem Schlitten unterwegs – und das am besten auf einem flach auslaufenden, übersichtlichen und nicht allzu bevölkerten Hang.

### Schlitten-Check

Zuvor sollten Eltern den Schlitten gründlich durchchecken. Bei Schlitten aus Holz mit eisenbeschlagenen Kufen kann das Holz gesplittert oder an einigen Stellen morsch sein. Gefährlich sind auch scharfe Kanten – bei Holzschlitten vor allem an den Kufen, bei Plastikschlitten am gesamten Schlitten.

### Schnee-Rutscher

Schnee-Rutscher sind eine verbreitete Alternative zum Schlitten. Die handlichen Scheiben aus Kunststoff trocknen schnell und sind einfach zu transportieren. Der Nachteil: Stöße auf unebenem Boden werden nicht abgefedert, sondern wirken direkt auf die Wirbelsäule. Außerdem lassen sich die Geräte kaum lenken – gefährlich bei den zum Teil sehr hohen Geschwindigkeiten, die ein Schnee-Rutscher erreicht.

### Kinder warm einpacken

Ideal im Schnee ist ein Wasser abweisender Schneeanzug. Wasserdichte Winterstiefel mit Profilsohle geben Wärme und Rutschsicherheit. Vor allem kleinere Kinder sollten beim Rodeln einen Helm tragen, darunter eine dünne Mütze.

pm/woe

### Kostenlose Broschüre

Weitere Informationen bietet die kostenlose Broschüre „Mobile Kinder. Tipps für Kinderfahrzeuge – vom Rutschauto bis zum Snowboard“. Herausgeber sind der Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft (GDV) und die Aktion DAS SICHERE HAUS (DSH).

Bestelladresse: [bestellung@das-sichere-haus.de](mailto:bestellung@das-sichere-haus.de)  
oder per Postkarte: DSH, Holsteinischer Kamp 62,  
22081 Hamburg.



**SEIN KOPF IST SCHON BEIM SPIEL**



**Achten Sie auf Kinder!**

Es kann immer sein, dass spontan ein Kind auftaucht, das einfach irgendwo unüberlegt losrennt. Denken Sie für Kinder mit.  
[www.risiko-raus.de](http://www.risiko-raus.de)