

## Rechtliche Grundlagen für diesen Vortrag:

Alle Rechte liegen bei der Aktion DAS SICHERE HAUS, Deutsches Kuratorium für Sicherheit in Heim und Freizeit e.V. (DSH).

Stand der Informationen: Herbst 2017

Die Informationen sind nach bestem Wissen zusammengestellt. Für Schäden, die in Zusammenhang mit den Inhalten des Vortrags auftreten, übernimmt die DSH keine Haftung.

Der Vortrag ist so gestaltet, dass Vortragende Textpassagen und Folien ändern oder ergänzen können. Für diese Änderungen ist die DSH nicht verantwortlich.



## Übersicht

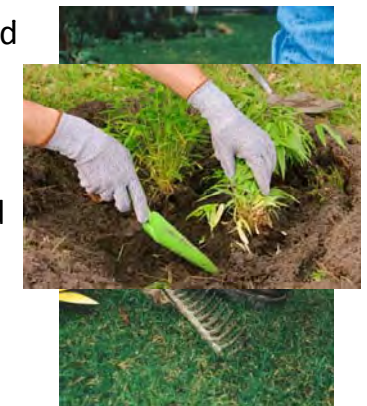
- Zahlen und Fakten
- Typische Gartenunfälle
- Sicher gärtnern mit wenig Aufwand
- Sicher gärtnern mit mittlerem Aufwand
- Sicher gärtnern mit höherem Aufwand
- Sichere Obsternte
- Persönliche Schutzausrüstung
- Informationsmaterial der DSH

## Zahlen und Fakten

- Gärtnern macht Freude und ist gesund, denn Mobilität und Beweglichkeit werden gefördert.
- 50% der 75- bis 79-Jährigen kümmern sich um Balkon und Garten.

**Aber:**

**Jedes Jahr passieren ca.  
200.000 Gartenunfälle!**





## Typische Gartenunfälle

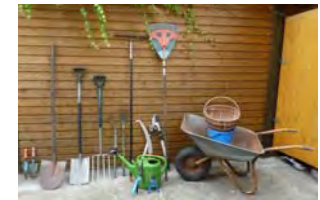
- Eine ältere Frau schneidet Rosen. Dabei rutscht sie ab und erleidet eine tiefe Schnittwunde.
- Ein Mann versucht in gebückter Haltung eine Wurzel aus der Erde herauszuziehen und überlastet seinen Rücken so sehr, dass es zu einem Bandscheibenvorfall kommt.
- Der Standfuß der Leiter eines Gartenbesitzers versinkt im lockeren Grasboden, der Mann verliert das Gleichgewicht und fällt.

03.01.2018

5

## Sicher gärtnern mit wenig Aufwand <sup>(1)</sup>

- Äste, Blätter, Baumfrüchte etc. regelmäßig von den Wegen fegen.
- Algenwuchs und Moos auf Wegen regelmäßig entfernen.
- Feste Schuhe mit Profilsohle tragen.
- Hochwertiges Werkzeug und ergonomische Gartengeräte benutzen: bessere Handhabung und mehr Freude an der Arbeit.



03.01.2018

6

## Sicher gärtnern mit wenig Aufwand <sup>(2)</sup>

- Bei Hitze: ausgedehnte Mittagspause, ausreichend trinken, Kopf und Haut vor der Sonne schützen (langärmelige helle Kleidung aus Baumwolle).
- Hilfe von anderen annehmen!
- Bei Arbeiten mit Elektrogeräten gibt der FI-Schutzschalter (RCD) Sicherheit. Ihn gibt es auch als preiswerten Zwischenstecker.



03.01.2018

7

## Sicher gärtnern mit mittlerem Aufwand

- Fußmatten bzw. Gitterroste bodengleich verlegen.
- Eine Überlegung wert: Kleine Rasenflächen oder schwer zugängliche Bereiche durch ein pflegeleichtes Staudenbeet ersetzen.
- Rasenkantensteine zwischen Rasen und Beet anlegen.
- Hochbeet oder Kübelhochbeet anlegen.
- Mähroboter oder Mulchmäher anschaffen – abgeschnittenes Gras muss nicht mehr aufgenommen werden (Geschenkidee!).
- Gartenhelfer engagieren – und zur gesetzlichen Unfallversicherung anmelden.



03.01.2018

## Sicher gärtnern mit höherem Aufwand <sup>(1)</sup>

- Treppen: Stabile Geländer oder Handläufe anbringen (gummierte Handläufe, keine Seile).
- Rutschfeste, dauerhafte und wetterfeste Gelwege
- Terrassenplatten mit schmalen Fugen
- Hauptwege zwischen 1,2 und 1,5 Meter breit
- Bewirtschaftungswege ca. einen halben Meter breit



03.01.2018

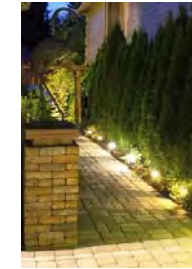
9

## Sicher gärtnern mit höherem Aufwand <sup>(2)</sup>

- Helle, blendfreie Beleuchtung auf Wegen zum und ums Haus, zum Carport, zum Gartentor, zur Mülltonne, auf Treppen und allen Zuwegungen
- Ggf. Bewegungsmelder installieren.
- Lampen müssen für den Außenbereich zugelassen sein.



03.01.2018



10



## Sichere Obsternte

- Geeignete Leiter verwenden und richtig anstellen.
- Ggf. Obstbaumleiter mit Leiterfußspitze, Spreizsicherung, Winkel, Bodentraverse einsetzen.
- Maximale Belastung der Leiter beachten.
- Pflücktasche zum Umhängen verwenden.



03.01.2018

11

## Persönliche Schutzmaßnahmen

Arbeiten im Garten (mit ...)	Persönliche Schutzausrüstung			
	Schutzschuhe mit rutschfester Sohle, möglichst wasserabweisend	Schutzhandschuhe	Schutzbrille mit Seitenschutz	Gehörschutz
Spaten, Grabbes, Harke, Hacke, Grabegabel	+ Empfehlung: Schuhe mit zusätzlichem Zehenschutz	+	-	-
Obsternte	+	+	bei Überkopfarbeiten erforderlich	-
Garten- oder Astschere	+ Empfehlung: Schuhe mit zusätzlichem Zehenschutz	+	+	-
Rasenmäher	+ Schuhe mit zusätzlichem Zehenschutz sind erforderlich	+	+	nach Herstellerangaben
Rasentrimmer/ Freischneider	+ Schuhe mit zusätzlichem Zehenschutz sind erforderlich	+	+	nach Herstellerangaben
Häckenschere (elektrisch oder Akku)	+ Empfehlung: Schuhe mit zusätzlichem Zehenschutz	+	+	nach Herstellerangaben
Häckler	+ Empfehlung: Schuhe mit zusätzlichem Zehenschutz	+	+	nach Herstellerangaben
Hochdruckreiniger	+ zusätzlich: wasserdicht	+	+	nach Herstellerangaben

Quelle:  
DSH-Magazin  
„Sicher zu Hause & unterwegs“,  
Ausgabe 2/2017

03.01.2018



12

## Informationsmaterial der DSH



### Zum Download:

Broschüre „Den Garten genießen.  
Sicher gärtnern.“



### Zum Bestellen:

Broschüre „Sicher leben auch im  
Alter. Sturzunfälle sind vermeidbar.“

03.01.2018



13



# Vielen Dank für Ihr Interesse!

Aktion DAS SICHERE HAUS e. V. (DSH)

Holsteinischer Kamp 62

22081 Hamburg

[www.das-sichere-haus.de](http://www.das-sichere-haus.de)

