

# SICHER ZUHAUSE

Ausgabe 4 | 2022

& unterwegs

 **UK NRW**  
Unfallkasse  
Nordrhein-Westfalen



Aktion  
**DAS SICHERE HAUS**  
[www.das-sichere-haus.de](http://www.das-sichere-haus.de)



## Oh, die Fröhlichen! Weihnachten mit den Enkelkindern



Riecht es komisch?  
Dann könnte es  
ein Gasleck sein.



Dachlawinen,  
vereisete Wege –  
der Winter kommt  
ins Rutschen



Nach einem  
Sturz motiviert  
wieder auf  
die Beine

# Editorial

## Liebe Leserin, lieber Leser,

kennen Sie so eine Situation? Sie sehen eine Fünfjährige munter auf einer Mauer entlangbalancieren. Leise vor sich hin summend, steuert das Mädchen schnurstracks auf die Stelle zu, an der Steine ausgebrochen sind. Sie sehen das Kind schon von der Mauer fallen und ...

... und? Ich weiß in solchen Momenten nicht immer, was die richtige Reaktion wäre. Mein Impuls sagt: „Warnen, hinlaufen, auffangen, atmen.“ Die Erfahrung sagt: „Pasiert schon nichts, ein paar Ratscher, die schnell vergessen sind – die Erfahrung ist wichtiger.“ Realität und Erinnerung bremsen mich und sagen: „Moment mal, da ist doch gleich die Mutter. Die passt schon auf. Du mochtest es doch früher auch nicht, wenn andere sich in die Erziehung eingemischt haben. Angsthase!“

Da stehe ich nun mitten im inneren Dialog. Währenddessen entwickeln sich die Dinge wie folgt weiter:



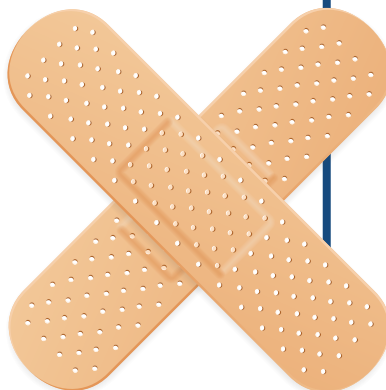
Dr. Susanne Woelk  
Geschäftsführerin  
Aktion Das sichere Haus e. V. (DSH)

„Guck mal, Mama, da ist ein Loch in der Mauer. Mit einem Käfer drin!“ Das Mädchen sitzt auf den warmen Steinen, lässt die Beine baumeln und erklärt einen Marienkäfer zum Forschungsobjekt. Und, ehrlich gesagt: Die Mauer ist nur gute eineinhalb Meter hoch.

## Wahrheit oder Mythos?

### „Ohne Pflaster heilen Wunden schneller“

Ist die Abwehr- und Selbstheilungsfunktion des Körpers intakt, heilt eine Wunde schon kurz nach dem Entstehen von selbst – egal, ob an der frischen Luft oder unter einem Pflaster. Kleine Wunden brauchen kein Pflaster, allerdings schützen Pflaster die Wunde zum Beispiel vor Schmutz. Antibakteriell beschichtete Pflaster verhindern eine weitere Infektion der Wunde. Eine Impfung gegen Wundstarrkrampf (Tetanus) trägt dazu bei, Wundinfektionen zu verhindern. *Woe*



## Inhalt

### KURZ GEMELDET

|                     |   |
|---------------------|---|
| 3 Fragen an...      | 3 |
| Brief einer Leserin | 3 |

### SENIOREN

|   |   |
|---|---|
| Sportlich aktive Senioren erholen sich nach einem Sturz schneller | 4 |
| Enkelbesuch zu Weihnachten – Unfallgefahren erkennen und beheben  | 6 |
| Ihr Haushalt ist enkelsicher? Wirklich?                           | 7 |

### HAUSHALT

|  |    |
|--|----|
| Ethanolamine<br>Mit Sicherheit gemütlich | 8  |
| Vorsicht bei Gasgeruch                   | 9  |
| Schnee und Eis?<br>Wege räumen!          | 10 |

### FREIZEIT

|  |    |
|--|----|
| Einbruchgefahr – Eisflächen sind unberechenbar | 11 |
| Silvesterfeuerwerk<br>Achtung Augenschäden!    | 12 |

### SCHLUSSWORTE

|   |    |
|---|----|
| Küchenhygiene<br>Damit Fondue-Fleisch nicht krank macht | 13 |
| Badepralinen sollen schäumen, nicht schmecken           | 13 |
| Stecker-Solargeräte sicher montieren                    | 14 |
| Was rät Oma?  | 14 |

|           |    |
|-----------|----|
| Impressum | 15 |
|-----------|----|

„Ein Schlückchen in Ehren“ –  
aber bitte nicht für Kinder

## 3 Fragen an...

... **Christina Rummel**, Geschäftsführerin  
der Deutschen Hauptstelle für  
Suchtfragen e. V. (DHS):



Am Silvesterabend wird schon mal ein Auge zugedrückt, wenn auch der Nachwuchs mit auf das neue Jahr anstoßen soll. Doch schon das Nippen am Sektglas kann der Gesundheit des Kindes schaden.

**Viele Menschen halten es für harmlos, wenn ein Kleinkind ein Schlückchen Sekt trinkt oder am Likörglas nippt. Was meinen Sie dazu?**

Kinder lernen am Modell. Eltern sind daher auch in Sachen Alkohol als gute Vorbilder gefragt. Da Alkohol bereits in kleinsten Mengen Kindern schadet, ist es keinesfalls harmlos, ein Kleinkind an einem alkoholischen Getränk nippen zu lassen. Aus entwicklungspsychologischer und gesundheitlicher Sicht bestehen zahlreiche Risiken, wenn Kinder und Jugendliche Alkohol trinken. Alkohol sollte für Heranwachsende grundsätzlich tabu sein.

**Was bewirkt Alkohol im Körper des Kindes?**

Alkohol ist ein Zellgift und als solches höchst gesundheitsgefährdend – das gilt übrigens ganz unabhängig vom Alter der Konsumierenden. Wegen des organischen Wachstums sind Kinder und Jugendliche besonders anfällig für die toxische Wirkung des Alkohols. Neueren wissenschaftlichen Erkenntnissen zufolge können schon geringste Mengen an Alkohol lang anhaltende oder gar fortdauernde Veränderungen im zentralen Nervensystem des Kindes hervorrufen.

**Ich sehe eine Mutter, die Silvester mit ihrem Kind auf das neue Jahr anstößt. Soll ich einschreiten? Und wenn ja: wie?**

In einer solchen Situation ist es sinnvoll, das Gespräch zu suchen und Denkanstöße zu liefern. Etwa indem man auf die besonderen gesundheitlichen Gefahren von Al-

kohol für Kinder hinweist. Kinder haben ein erhöhtes Risiko für Schäden, die durch Alkohol bedingt werden. So reagiert beispielsweise das Gehirn von Heranwachsenden wesentlich empfindlicher auf Alkohol als das erwachsene Gehirn. Auch hier gilt es, eine Vorbildfunktion als erwachsene Person einzunehmen.

*Die Fragen stellte Dr. Susanne Woelk, Geschäftsführerin der Aktion Das sichere Haus (DSH), Hamburg.*

Weitere Informationen:  
Auf [www.dhs.de/infomaterial](http://www.dhs.de/infomaterial) bietet die DHS umfassendes kostenloses Informationsmaterial zum Thema Alkohol an.

Hilfe bei Suchtproblemen finden Betroffene und ihre Angehörigen über das DHS-Suchthilfeverzeichnis:  
[www.suchthilfeverzeichnis.de](http://www.suchthilfeverzeichnis.de)

## Brief einer Leserin

In der Herbst-Ausgabe dieser Zeitschrift ging es in der Rubrik „Oma“ darum, wie man das Überkochen von Milch verhindert. Dazu schreibt uns Christine J. aus Köln:

„Schon meine Oma (ich bin jetzt 84!) besaß einen Milchwächter, einen runden „Stein“ aus Porzel-

lan mit dickerem Rand und einem exzentrischen Loch. Er wird in den Topf gelegt. Wenn die Milch zu kochen beginnt, klappert er im Topf und erinnert so an den Kochvorgang. Man kann ihn online kaufen. Man muss ihn natürlich nach jedem Gebrauch spülen.“

Danke nach Köln für diesen Tipp!



# Sportlich aktive Senioren erholen sich nach einem Sturz schneller



Als Karl-Ernst Lehmann\* aus Berlin erfuhr, dass sein Coronatest positiv war, zog der Schreck ihm buchstäblich den Boden unter den Füßen weg. Auf dem Nachhauseweg vom Testzentrum stürzte der 90-Jährige im vergangenen Juni schwer: „Ich war geschockt über das Testergebnis, gleichzeitig war es ein recht heißer Tag. Da wurde mir zunehmend übel und schwindelig – bis ich schließlich auf der Straße umfiel“, erinnert sich der rüstige Senior. Passanten riefen den Notarzt; mit gleich zwei Diagnosen – Schenkelhalsbruch und Covid-19 – wurde Lehmann in das Unfallkrankenhaus Berlin eingeliefert.

## Ältere Menschen stecken einen Sturz schlechter weg als jüngere

Stürze können bei älteren Menschen zu schwerwiegenden Verletzungen führen. Hinzu kommen Auswirkungen, die das Risiko erhöhen, erneut zu stürzen. Dazu zählen Sturzangst, eine dauerhaft eingeschränkte Beweglichkeit und Einschnitte in der Selbstständigkeit. Stationäre oder ambulante Rehabilitationsmaßnahmen sollen dies verhindern.

Auch Karl-Ernst Lehmann wurde deshalb – nachdem er Hüftoperation und Covid-Erkrankung gut überstanden hatte – in die Arona Klinik für Altersmedizin, Berlin, überwiesen, um wieder auf die Beine zu kommen.

„Ältere Menschen stecken einen Sturz nicht so einfach weg wie jüngere. Das liegt zum einen am Alterungsprozess, aber auch an vielen Begleiterkrankungen“, erläutert Beate Westphal, Teamleitung der Ergotherapie der Arona Klinik. Die geriatrischen Behandlungen in der Klinik sollen bewirken, dass Patientinnen und Patienten nach Hause zurückkehren und dort ihr gewohnt eigenständiges Leben führen können.

## Aktives Leben vor dem Sturz

Die Chancen, dass Karl-Ernst Lehmann dies gelingt, sind vergleichsweise gut. Denn vor dem Sturz war der Rentner trotz seines hohen Alters sehr aktiv. Er führte zum Beispiel seinen Haushalt alleine, nachdem seine Frau ins Pflegeheim

gekommen war: „Ich habe gekocht, geputzt und gewaschen, war zu Fuß oder mit den öffentlichen Verkehrsmitteln in der Stadt unterwegs. Nur einmal in der Woche kam mein Sohn zur Unterstützung – ansonsten kam

i

Das kostenlose **SeniorenSicherheitsPaket** mit Broschüren und Flyern zum Thema Sturzprävention gibt es auf der Webseite:

[www.das-sichere-haus.de/broschueren/sicher-alt-werden](http://www.das-sichere-haus.de/broschueren/sicher-alt-werden)



ich gut alleine klar“, berichtet der Senior stolz. Mit seiner aktuellen Situation muss er sich erst einmal abfinden. „Es ist beängstigend, wie man von einem auf den anderen Tag so schwach und hilflos werden kann.“

### Körperliche Fitness begünstigt Rehabilitation

Nach dem Sturz fing Lehmann langsam und unterstützt durch Therapeuten und Therapeutinnen an, die wichtigsten Bewegungen neu einzuüben, jeden Tag ein bisschen mehr: Aufrichten, Sitzen, Stehen, Gehen sowie den Transfer vom Bett auf den Stuhl oder vom Stuhl in den Stand. Dabei kam dem 90-Jährigen zugute, dass er vor dem Sturz regelmäßig in einer Seniorensportgruppe trainiert hatte. „Wenn Patientinnen oder Patienten vor dem Sturz mobil waren, macht sich das bemerkbar“, sagt Beate Westphal „Die Reha-Übungen fallen ihnen meistens leichter, und

wichtige Muskelpartien sowie Bewegungsabläufe lassen sich einfacher reaktivieren.“

### Willensstärke und Motivation sind entscheidend

Körperliche Fitness ist jedoch nicht alles, um wieder auf die Beine zu kommen: „Eine wichtige Voraussetzung für eine gelingende Rehabilitation ist die Willensstärke. Man braucht ein Ziel vor Augen“, so die Physiotherapeutin. Deshalb vereinbart das Team der Fachklinik für Akutgeriatrie zu Beginn des etwa 18-tägigen Aufenthalts mit allen Patientinnen und Patienten individuelle Ziele, basierend auf deren Zustand. „Die meisten wünschen sich, wieder alleine gehen oder Treppen steigen zu können. Daran erinnern wir sie immer wieder, um sie zu motivieren.“

### Endlich wieder ins Theater gehen

Schon drei Tage nach seiner Hüftoperation machte Karl-Ernst Lehmann die ersten Schritte. „Ich möchte so bald wie möglich nach Hause und meine Familie sehen“, beschreibt er seine Motivation. Ein weiterer Wunsch treibt ihn ganz besonders an: „Ich möchte wieder ins Theater gehen. Das ist meine Leidenschaft, seit ich als Kind in der Nachkriegszeit meine erste Vorstellung besucht habe.“ Der Ur-Berliner arbeitete zeitlebens bei der Staatsbank der DDR, spielte in seiner Freizeit aber auch in einer Theatergruppe mit. „Ich war nie ein richtiger Schreibtischmensch, sondern immer kulturell interessiert und viel unterwegs.“

### Bewegung verringert Sturzrisiko

Nicht alle Patientinnen und Patienten sind so mobil wie er. Viele hatten schon vorher einen eingeschränkten Bewegungsradius oder fürchten sich nach dem Sturz davor, erneut hinzufallen. „Diese Angst ist nicht unbegründet“, bekundet seine Therapeutin. „Allerdings schadet ihnen



Nur wenige Tage nach seiner Hüftoperation macht Karl-Ernst Lehmann erste Schritte auf dem Klinikflur.

## Damit es nicht zu einem (weiteren) Sturz kommt ...

### ... können Senioren verschiedene Vorkehrungen treffen:

- Körperliches Training (insbesondere Kraft und Balance)
- Wohnumgebung anpassen (z. B. Stolperfallen vermeiden, gute Beleuchtung)
- Nebenwirkungen von Medikamenten beachten (Medikation ggf. anpassen)
- Hilfsmittel nutzen (z. B. Haltegriffe, Pflegebetten, Alarmsysteme)
- Sehfähigkeit regelmäßig überprüfen
- Angemessenes Schuhwerk tragen

die Immobilität mehr, als dass sie schützt. Denn Gangsicherheit und Muskelmasse nehmen nur noch mehr ab. Die Sturzgefahr steigt.“ Mit einfachen Kraft- und Balance-Übungen zu Hause oder in Seniorensportgruppen könnten Rentner ihre Beweglichkeit wiedererlangen und präventiv das Sturzrisiko senken. „Auf der Suche nach einem gesunden Mittelweg zwischen zu viel und zu wenig Mobilisation ist die individuelle körperliche und mentale Belastbarkeit entscheidend.“

Noch kämpft sich Karl-Ernst Lehmann Schritt für Schritt in seinen früheren Zustand zurück. Doch er hofft, bald aus der Klinik entlassen zu werden. „Ich bin nicht mehr ‚tip top‘ und kann keine Bäume mehr ausreißen. Aber ich liebe das Leben und möchte es noch eine Weile genießen.“

Von Carolin Grehl, Journalistin, Maikammer

\*Name geändert.

## Enkelbesuch zu Weihnachten

# Unfallgefahren erkennen und beheben



Die Wohnung ist festlich geschmückt, die Geschenke sind liebevoll verpackt, Omas selbst gebackene Kekse duften verführerisch. Alles ist bereit für den Besuch der kleinen Enkelkinder. Deren Jubel unter dem Weihnachtsbaum ist für Großeltern noch einmal ein ganz eigenes Fest.

Aber wie steht es um Unfallgefahren? Haushalte von älteren Menschen sind selten kindersicher eingerichtet. Gleichzeitig können Kleinkinder, und aufgeregte Kleinkinder allemal, Unfallgefahren kaum einschätzen. Schon eine Zigarettenkippe kann ihnen daher zum Verhängnis werden.

Die folgenden Tipps können dazu beitragen, Kinderunfälle im Haushalt der Großeltern zu vermeiden:

### Adventskranz und Weihnachtsbaum

Gefahrenpotenzial bieten vor allem echte Kerzen, wenn die Kleinen am Weihnachtsbaum ruckeln oder mit den Flammen am Kranz „spielen“. Elektrische Lichterketten sind die sichere Alternative.



### Werkzeug

Opa werkelt gerne? Die Säge für Bastelarbeiten oder den Weihnachtsbaumschnitt, Hobel oder LötKolben sollten in einem abschließbaren Schuppen oder Werkzeugschrank aufbewahrt werden.



### Giftige Weihnachtsblüher

Amaryllis, Weihnachtsstern und Christrose sorgen mit ihren prachtvollen Blüten für weihnachtliches Flair, sind jedoch giftig. Schon beim Verzehr geringer Mengen drohen Übelkeit, Erbrechen, Benommenheit und Durchfall. Diese Pflanzen sollten deshalb für Kinder nicht erreichbar sein.



### Heiße Getränke

Eine festliche Tischdecke hebt jede Kaffeetafel. Ist Ihr kleines Enkelkind zu Besuch, sollten Sie jedoch darauf verzichten. Zieht es die Tischdecke herunter, kann es sich am heißen Kaffee oder Tee schwer verbrühen.



### Scharfe Messer, Scheren und Nadeln

Lassen Sie Messer und Scheren nicht herumliegen, sondern verstauen Sie die in einer abschließbaren Schublade oder in einem für Kinder unzugänglichen Schrank. Das Gleiche gilt für Strick- und Nähadeln.



### Tabak, Anzünder und Alkohol

Weder Tabak für Pfeife und Zigaretten noch alkoholische Getränke sollten für Kinder frei zugänglich herumstehen. Das Gleiche gilt für Kaminanzünder und Streichhölzer.



### Ofen und Herd

Plätzchen im Ofen und Pudding auf der Herdplatte machen neugierig. Haben Sie den eingeschalteten Ofen und Herd sowie heiße Töpfe stets im Blick, damit sich die Jüngsten nicht daran verbrennen. Drehen Sie Topfstiele nach hinten. Kochen Sie nur auf den hinteren Platten.



### Medikamente

Bunte Pillen sind verführerisch und können mit Süßigkeiten verwechselt werden. Medikamente gehören daher für Kinderhände unzugänglich in einen abschließbaren Schrank.



Von Stella Cornelius-Koch



# Ethanolamine Mit Sicherheit gemütlich



Ein knisterndes Kaminfeuer strahlt Wärme und Gemütlichkeit aus. Fehlt die Möglichkeit, einen Kamin einzubauen, ist ein Ethanolkamin eine praktische Alternative – allerdings keine ganz ungefährliche; immer wieder kommt es zu Verpuffungen und Bränden. Häufige Ursache sind Bedienfehler.

## Wie funktioniert ein Ethanolofen?

Ethanolamine aus Metall, Beton oder Glas gibt es schon für kleines Geld im Internet, Baumarkt oder Fachhandel. Man kann sie hinstellen, aufhängen oder in Mauern oder Möbelplatten einfassen.

Alle Ethanolöfen funktionieren ähnlich: Der Brennstoff Ethanol wird in einen integrierten Behälter gefüllt und verbrennt mit rußfreien Flammen in einer Brennkammer. Auch wenn die Handhabung kinderleicht klingt: Lassen Sie sich vor dem Kauf fachkundig beraten und lesen Sie die Bedienungsanleitung genau.

## Vorsicht vor Billiggeräten

In preisgünstigen Geräten befinden sich häufig Bauteile mit Mängeln. Bei Schnäppchenpreisen ist deshalb Vorsicht geboten. Achten Sie auf die Norm DIN EN 16647. Sie gilt für alle Feuerstätten, die mit flüssigen Brennstoffen betrieben werden und regelt unter anderem die maximale

Füllmenge, das verwendbare Material, die Standsicherheit und erlaubte Zündvorrichtungen der Kamine. Eine CE-Kennzeichnung auf dem Produkt ist kein Qualitätssiegel. Mit ihr bekundet der Hersteller lediglich in eigener Verantwortung und ohne Nachprüfung durch dritte, neutrale Stellen, dass das Produkt den einschlägigen Sicherheitsbestimmungen der EU entspricht.

## Häufige Bedienfehler

Die meisten Unfälle mit Ethanolaminen ereignen sich, weil zu viel Ethanol in das Gerät eingefüllt wird, der Behälter überläuft und der danebengelaufene Brennstoff beim Anzünden entflammt. Ein meist an der Einfüllöffnung angebrachtes Piktogramm weist darauf hin, dass der Kamin vor dem Nachfüllen von Brennstoff erloschen und komplett abgekühlt sein sollte. Das Abkühlen kann mehrere Stunden dauern. Wer Brennstoff in einen warmen oder gar noch brennenden Ethanolofen

füllt, riskiert, dass sich das Ethanol in dem Moment explosionsartig entzündet und die Stichflamme die Umgebung in Brand setzt. Achtung: Ethanol bildet mit Luft bereits ab einer Temperatur von 21 Grad ein leicht entzündliches und explosionsfähiges Gemisch.

## Sichere Handhabung

Räume, in denen Deko-Kamine brennen, brauchen eine regelmäßige Belüftung, um die Verbrennungsgase nach draußen zu befördern. Der Kamin sollte in sicherer Entfernung zu brennbaren Gegenständen stehen und für Kinder und Haustiere unerreichbar sein. Ein Kaminfeuer sollte nie unbeaufsichtigt gelassen werden. Der Brennstoff wird am besten außerhalb der Wohnung in einem Kunststoffgefäß gelagert, das für Kinder unzugänglich ist. Halten Sie für den Fall der Fälle eine Löschdecke oder einen Schaumfeuerlöscher bereit.

Von Stella-Cornelius-Koch.

# Vorsicht bei Gasgeruch

Wenn es in Haus oder Wohnung plötzlich schwefelig oder stechend riecht, kann ein Gasleck die Ursache sein. Es droht Gefahr für Leib und Leben. Es kommt darauf an, richtig zu handeln.

Der Geruch ist markant und unangenehm. Austretendes Gas riecht nach Lösungsmitteln oder Klebstoff, faulen Eiern oder Knoblauch. „Erdgas und Flüssiggas sind an sich geruchlos“, sagt Paschalis Grammenoudis. „Deshalb werden zur Sicherheit spezielle Geruchsstoffe, so genannte Odoriermittel, beigemischt, damit unsere Nase selbst kleinste Gasmenigen wahrnimmt.“ Der promovierte und habilitierte Physiker ist Leiter Gastechnologien und -anwendungen beim Deutschen Verein des Gas- und Wasserfaches (DVGW).

## Regional unterschiedliche Gasgerüche

Ob das Gas chemisch oder schwefelig riecht, hängt vom eingesetzten Odorstoff des Energieversorgers ab. Wichtig ist, sich richtig zu verhalten, wenn der Geruch auftritt. Grammenoudis nennt folgende Regeln:

### Duftkarten

Viele Gasnetzbetreiber bieten kostenfreie „Duftkarten“ oder „Odorkarten“ an. Wer daran reibt und schnuppert, weiß anschließend, wie die beigemischten Duftstoffe riechen und kann den Geruch bei einem Gasaustritt korrekt identifizieren.

- ✓ Bewahren Sie Ruhe;
- ✓ Benutzen Sie im Haus kein Handy oder Telefon, es können Funken entstehen;
- ✓ Zünden Sie keine Zigaretten, Kerzen oder Streichhölzer an und benutzen Sie kein Feuerzeug;
- ✓ Finger weg von elektrischen Schaltern von Geräten oder Licht – es besteht Funkengefahr;
- ✓ Ziehen Sie keine Stecker aus der Steckdose;
- ✓ Zum Lüften öffnen Sie Fenster und Türen weit, um die Gaskonzentration zu senken;
- ✓ Schließen Sie möglichst den Gashahn, die Absperrrichtungen der Gasleitung befinden sich meist neben dem Gaszähler;
- ✓ Warnen Sie andere Hausbewohner und -bewohnerinnen ohne zu klingeln – klopfen Sie an die Tür;
- ✓ Verlassen Sie das Haus;
- ✓ Erst draußen rufen Sie aus sicherer Entfernung vom Gebäude sofort Ihren Gasversorger oder die Feuerwehr an.

### Vorsatz, Leichtsin, unterlassene Wartung

Unfälle mit Erdgas sind Grammenoudis zufolge fast so selten wie tödliche Blitzeinschläge. Der DVGW

erfasst seit 1981 Unfälle mit Erdgas sowie alle Ereignisse, bei denen es ungewollt freigesetzt wird. „Bei den wenigen Unglücken und Ereignissen mit häuslichen Gasinstallationen, bei denen Personen Schaden nehmen oder es zu einer Explosion, Brand oder Abgasunfall kommt, sind etwa 56 Prozent auf kundenverursachte Mängel zurückzuführen“, sagt der Experte. Dabei handle es sich etwa um Vorsatz, Leichtsin, unsachgemäße Eingriffe – oder unterlassene Wartung. Wer mit Gas heizt oder Warmwasser zubereitet, sollte einmal im Jahr eine Sichtkontrolle der Gasleitung und alle zwölf Jahre eine Gebrauchsfähigkeitsprüfung durch eine Fachfirma veranlassen. Zusätzlich muss die Gastherme regelmäßig – üblicherweise einmal pro Jahr – durch einen Heizungsfachbetrieb gewartet werden.

Von Mirjam Ulrich, freie Journalistin, Wiesbaden



### Jahres-Check

Eine bebilderte Anleitung mit Checkliste von der DVGW gibt es online unter:

[www.dvgw.de/themen/gas/verbraucherinformationen/der-jahres-check-im-haus](http://www.dvgw.de/themen/gas/verbraucherinformationen/der-jahres-check-im-haus).

# Schnee und Eis? Wege räumen!



Wenn es über Nacht schneit oder Wege vereisen, müssen Hauseigentümerinnen und -eigentümer sich am nächsten Morgen den Wecker früher stellen als sonst, um den Bürgersteig vor ihrem Grundstück rechtzeitig freizuräumen und zu streuen. Sollten Passanten ausrutschen und sich verletzen, weil diese Arbeiten nicht rechtzeitig erfolgten, kann das teuer werden.

## Schwere Verletzungen durch Wegeunfälle

„Eigentümer und Eigentümerinnen haben sogenannte Verkehrssicherungspflichten und müssen dafür sorgen, dass der Weg vor ihrem Haus gefahrlos begehbar ist“, erklärt Judith Häusler, Leiterin der Rechtsabteilung der Unfallkasse Berlin. Insbesondere in den Wintermonaten, bei Schnee und Eis, komme es vermehrt zu folgenreichen Unfällen durch Passanten: „Bei schweren Verletzungen, Langzeitschäden oder Arbeitsunfähigkeit können hohe Schmerzensgeld- oder Schadensersatzforderungen auf die Anlieger und Anliegerinnen zukommen, wenn diese ihren Pflichten nicht nachgegangen sind.“ Im Idealfall übernimmt die private Haftpflichtversicherung solche Kosten.

## Räumpflicht auch bei Abwesenheit

Den Umfang der Räum- und Streupflicht legen die Gemeinden individuell fest, vielerorts müssen die Wege wochentags schon um sieben Uhr frei sein. „Wer vorher auf der Arbeit, auf Reisen oder gene-

rell nicht vor Ort ist, muss dafür sorgen, dass andere diese Aufgabe übernehmen“, betont Häusler. „Viele beauftragen Schneebeseitigungsfirmen. Nur selten werden Mieter und Mieterinnen in die Pflicht genommen, zumal dies vertraglich festgelegt und durch die Eigentümerinnen oder Eigentümer kontrolliert werden muss.“

## Gefahr von Dachlawinen

Wenn nach Schnee- oder Kälteperioden Tauwetter einsetzt, ist ein kritischer Blick auf das eigene Hausdach obligatorisch, denn Dachlawinen oder herabfallende Eiszapfen können Passanten ebenfalls gefährden. Abhilfe schaffen Auffanggitter oder das kontrollierte Auslösen der Schneemassen – sofern man an das Dach herankommt. „Die Vorkehrungen müssen zumutbar sein“, sagt die Juristin der Unfallkasse Berlin. Deshalb sei es auch nicht notwendig, bei Dauerschnee permanent zu räumen, sondern spätestens dann, wenn der Niederschlag aufhöre. „Man kann nie gegen alles gewappnet sein, die Gefahren sind sehr unterschiedlich und oft auch unvorhersehbar.“

## (Eigen)Schutz der Passanten

Welche Maßnahmen gegen Schnee oder Glätte zu ergreifen sind, richtet sich nach den gemeindlichen Verordnungen sowie nach den örtlichen und meteorologischen Gegebenheiten: „Entscheidend ist, dass Dritte den Gehweg gefahrlos passieren können“, so Häusler. Kommunen könnten ein Bußgeldverfahren einleiten, wenn Anlieger oder Anliegerinnen keine oder unzureichende Vorkehrungen veranlasst haben.

Trotz alledem lässt sich die Schuld bei Unfällen nicht immer allein auf diese abwälzen: Von Passanten wird ebenso erwartet, dass sie achtsam und mit festem Schuhwerk unterwegs sind.

## Private Haftpflichtversicherung

Einmal nicht richtig aufgepasst und schon kommen Dritte zu Schaden. Das kann für Verursachende sehr teuer werden. Die Investition in eine private Haftpflichtversicherung, die solche Schäden abdeckt und zwischen 30 und 70 Euro im Jahr kostet, ist eine Überlegung wert.

*Von Carolin Grehl, Journalistin, Maikammer*



## Einbruchgefahr

### Eisflächen sind unberechenbar

Heimische Gewässer frieren im Winter nur noch selten zu. Umso größer ist die Freude, wenn Teiche oder kleine Seen nach wochenlangem Dauerfrost eine dicke Eisschicht tragen, auf der es sich herrlich schlittern und eislaufen lässt. Ganz ohne Risiko ist das nicht.

„Selbst, wenn eine Eisfläche stabil wirkt, gibt es zu viele Unwägbarkeiten, die zum Einbrechen führen können“, warnt Carsten-Michael Pix vom Deutschen Feuerwehrverband (DFV). „Niemand kann unter der Eisdecke nachschauen, ob sie dick genug ist. Wärmere Ströme an Einläufen oder Pflanzen unter der Wasseroberfläche verhindern, dass alle Stellen gleich gut zufrieren.“ Für Laien ist es kaum erkennbar, ob das Eis gefahrlos betreten werden könne.

#### Warnungen ernst nehmen

Städte, Gemeinden oder Feuerwehren kontrollieren die Eisbeschaffenheit öffentlicher Gewässer kaum noch. Zudem sehen die verantwortlichen Behörden meistens davon ab, Eisflächen zum Betreten freizugeben, da das Gefrierverhalten der Gewässer zu unberechenbar ist und zu große Risiken birgt. Über den Zustand der örtlichen Eisflächen informieren meist lokale Medien; Warnhinweise der Behörden und Feuerwehren sollten ernst genommen und Kinder auf Gefahren aufmerksam gemacht werden.

#### Betreteten auf eigene Gefahr

Es ist nicht verboten, ausreichend gefrorene Gewässer zu betreten, solange kein Hinweisschild es untersagt. Das Eis sollte mindestens 15 bis 20 Zentimeter dick sein. Uferbereiche mit viel Schilf oder Stellen mit Ein- oder Ablaufrohren sind tabu. Niemand sollte allein auf das Eis gehen; im Notfall muss eine weitere

Person schnell helfen können (siehe Infokasten). „Das Betreten öffentlicher Eisflächen geschieht immer auf eigene Gefahr und ist nie hundertprozentig sicher“, betont Carsten-Michael Pix.

Von Carolin Grehl, Journalistin, Maikammer.

Tipps des Deutschen Feuerwehrverbandes

### Rettung bei Eisunfällen

#### Wenn man SELBST ins Eis einbricht

1. Um Hilfe rufen.
2. Möglichst ruhig bleiben.
3. Wenn möglich, sich an der Abbruchkante festhalten oder daran, in Richtung Ufer, hinausziehen.
4. Wenig bewegen, um Kraft zu sparen.
5. Versuchen, nicht unter Wasser oder unter die Eisfläche zu geraten.

#### Wenn eine ANDERE PERSON ins Eis einbricht

1. Nicht unüberlegt hinterherlaufen, um nicht selbst einzubrechen.
2. Sofort Notruf 112 wählen.
3. Einbruchstelle im Auge behalten, um sie Hilfskräften zeigen zu können.
4. Falls vorhanden, Rettungsring vom Uferbereich hinterherwerfen.
5. Vorsicht bei eigenständigen Rettungsversuchen: Oft steigt dadurch das Risiko.

# Silvesterfeuerwerk: Achtung Augenschäden!

Silberfontänen, bunte Leuchtsterne und Glitzerregen am Himmel – das Silvesterfeuerwerk kann ein wahres Fest für die Augen sein. Doch bei Unfällen mit Raketen und Böllern kann unser Sehorgan auch Schaden nehmen.

## Silvesternacht: 500 Augenverletzte

An jedem Jahreswechsel verzeichnen Augenkliniken in Deutschland rund 500 Fälle von Augenverletzungen, so die Deutsche Ophthalmologische Gesellschaft (DOG). Und „das sind nur jene, die sich in Notaufnahmen von Kliniken vorstellen – viele weitere werden in augenärztlichen Praxen versorgt“, verdeutlicht Augenärztin Dr. Ameli Gabel-Pfisterer von der DOG. Besonders tragisch: Über die Hälfte der Betroffenen zündet die Böller nicht selbst, und etwa 40 Prozent der Verletzten sind Kinder und Jugendliche, obwohl sie keinen Zugang zu Feuerwerkskörpern der Kategorie 2 haben sollten.

## Typische Augenverletzungen

„Bei Feuerwerkskörpern haben wir es mit einer folgenreichen Kombination aus mechanischer Gewalt, chemischen und thermischen Einflüssen zu tun“, sagt die Expertin. „Diese können während und nach der Explosion schwere Augenschäden verursachen.“ Kleine Splitter unter dem Oberlid oder auf der Hornhaut seien da noch das gerin-

gere Problem. Insbesondere Verbrennungen, ins Auge eindringende Fremdkörper, Gewebeerreißen und stumpfe Einwirkungen können Hornhautoberfläche, Regenbogenhaut, Linse oder Netzhaut dauerhaft schädigen. „Im schlimmsten Fall schlägt sich der Fremdkörper durch alle Schichten des Auges.“

## Bleibende Schäden in mehr als jedem dritten Fall

Mehr als jede dritte Person, die in der Silvesternacht stationär aufgenommen wird, trägt laut DOG bleibende Sehschäden davon. „Manchmal treten die Folgen erst Jahre nach dem Ereignis auf. Sie reichen von einer Linsentrübung über eine Sehverschlechterung bis hin zur Erblindung“, so Gabel-Pfisterer. Sie berichtet von Patienten, die noch 20 Jahre nach einem Böller-Unfall hätten operiert werden müssen oder eine späte Netzhautablösung erlitten hätten.

## Heimwerkerbrille schützt

Damit es nicht so weit kommt, können Böllerfreudige – und idealerweise auch die Umstehenden – ihre Augen mit einer rundum geschlossenen

Heimwerker-Brille schützen, auch wenn das etwas befremdlich aussehen mag. Außerdem gilt: Abstand halten und vor allem Kinder und Jugendliche vor den Gefahren am Boden liegender Feuerwerkskörper warnen. Falls doch etwas passiert: „Auswaschen und kühlen, sofern es keine offene Wunde ist, und bei Beschwerden nicht erst warten, bis die Augenarztpraxis nach den Feiertagen wieder öffnet.“ Bei schweren Verletzungen oder wenn Kopf- oder Gesichtspartien in Mitleidenschaft gezogen wurden, sollte man eine Spezialklinik aufsuchen.

## Corona-Silvester: Zahl der Augenverletzungen deutlich verringert

Wie gut es unseren Augen ginge, wenn Feuerwerkskörper nicht mehr privat, sondern nur von Profis gekauft oder gezündet würden, zeigte sich während der coronabedingten Einschränkungen zum Jahreswechsel 2020/2021 eindrucksvoll: Die Zahl der Augenverletzungen ging um 80 Prozent zurück.

Von Carolin Grehl



# Küchenhygiene

## Damit Fondue-Fleisch nicht krank macht

Fleisch-Fondue oder Raclette-Essen in geselliger Runde sind in der kalten Jahreszeit beliebt. Rohes Fleisch, frisches Gemüse und verschiedene Soßen werden dabei gleichzeitig zubereitet. Und das ist nicht ohne Risiko, wie das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) mitteilt: Krankheitserreger, die im rohen Fleisch vorhanden sind, können auf verzehrfertige Lebensmittel übergehen, wenn sie auf demselben Teller liegen oder mit demselben Besteck in Kontakt kommen. Es besteht die Gefahr einer Campylobacteriose, einer bakteriellen Infektionskrankheit, die vom Tier auf den Menschen übertragen werden kann. Zu den Folgen zählen Durchfallerkrankungen, aber auch schwerwiegende Nervenerkrankungen oder Gelenkentzündungen.

Das BfR rät, beim Umgang mit rohem Fleisch auf eine gute Küchenhygiene und zum Beispiel auf diese Punkte zu achten:

- persönliche Hygiene, insbesondere saubere Kleidung, saubere Hände und Fingernägel,
- Hände vor der Zubereitung von Speisen und nach dem Kontakt mit rohen Lebensmitteln, insbesondere Geflügelfleisch, gründlich mit Wasser und Seife waschen und sorgfältig abtrocknen,



- rohes Fleisch und rohe Eier getrennt von anderen Lebensmitteln lagern und verarbeiten,
- Tauwasser und Verpackungen von Fleisch und Geflügelfleisch sorgfältig entsorgen und alle damit in Kontakt gekommenen Flächen und Gegenstände sowie die Hände gründlich reinigen,
- beim Umgang mit rohen und gegarten Lebensmitteln nie dieselben Küchenutensilien verwenden,
- für das Schneiden von Fleisch und Geflügel ein anderes Schneidbrett verwenden als für Obst und Gemüse.

Ausreichendes Erhitzen durch Kochen oder Braten tötet Campylobacter und anderen Krankheitserreger in Lebensmitteln ab. Dafür muss für mindestens zwei Minuten eine Temperatur von 70 °C im Kern des Lebensmittels erreicht worden sein. Im Zweifelsfall lässt sich das mit einem Fleischthermometer überprüfen.

Weitere Tipps zum Schutz vor lebensmittelbedingten Infektionen und zu Küchenhygiene bietet das BfR auf seiner Webseite:

[www.bfr.bund.de](http://www.bfr.bund.de).

PM/Woe



## Badepralinen sollen schäumen, nicht schmecken

Badepralinen sehen lecker aus und sind kaum von Lebensmitteln zu unterscheiden. Kinder werden dazu verlockt, die vermeintliche Süßigkeit in den Mund zu stecken. Eine Vergiftung droht. Badepralinen und andere Körperpflege- oder Reinigungsmittel mit Verwechslungspotenzial sollten so aufbewahrt werden, dass kleine Kinder nicht an sie herankommen können.

Quelle: Test, Ausgabe 9/2022

# Stecker-Solargeräte **sicher montieren**



Die Energiekrise bringt viele Menschen dazu, einen Teil des Strombedarfs im Haushalt selbst erzeugen zu wollen. Kleine Photovoltaikanlagen, die am Balkon angebracht und an die Steckdose angeschlossen werden, machen dies für Eigentümer und Mieter möglich.

## Sicherheitsstandards sollten erfüllt sein

Erhältlich sind die Stecker-Solargeräte bei Fachhändlern vor Ort oder im Internet. „Die Geräte sollten die Sicherheitsstandards der Deutschen Gesellschaft für Sonnenenergie (DGS) erfüllen und von seriösen Herstellern stammen“, betont Fabian Fehrenbach, Referent Energierecht der Ver-

braucherzentrale Rheinland-Pfalz. Entsprechende Anlagen sind als DGS 0001:2019-10-konform gekennzeichnet. „Wer steckfertige Geräte und Originalteile gemäß Anleitung verwendet und diese nur an dafür geeigneten Orten befestigt, kann seine Mini-Solaranlage problemlos selbst montieren“, ergänzt Fehrenbach.

## Pro Steckdose nur ein Solarsystem

Nur wer konfektionierte und vor allem vollständige Geräte installiert, kann Sicherheitsrisiken ausschließen: „Modul, Wechselrichter und Anschlusskabel müssen fest verbaut sein, denn Privatpersonen dürfen nichts in Eigenregie zusam-

menschießen“, warnt der Experte. Zudem kann pro Steckdose nur ein Solarsystem eingesteckt werden; Mehrfachsteckdosen, an die weitere Geräte gekoppelt sind, sind nicht für diese Belastung geeignet. Wer wegen der Montage unsicher ist oder die Anlage an einem Haus mit alten Leitungen anbringen möchte, sollte eine Elektrofachkraft um Rat fragen. *CGr*

i

## Infos und Tipps

rund um den Kauf, die Montage und den Betrieb von Stecker-Solargeräten: [www.verbraucherzentrale.de](http://www.verbraucherzentrale.de) (Suchwort: Stecker-Solar).

## Was rät Oma?

Keiner mag Silberfische. Auch Oma nicht. Um der Tiere habhaft zu werden, halbiert Oma abends eine rohe Kartoffel, höhlt sie etwas aus, ritzt den Rand an und legt sie mit der aufgeschnittenen Seite nach unten auf eine Plastiktüte. Die Silberfische kriechen unter die Kartoffel und werden von Oma am nächsten Morgen sanft nach draußen befördert. Oma ist nämlich tierlieb. Trotz allem.



**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, Augsburgstr. 700, 70329 Stuttgart  
Sitz Karlsruhe, Waldhornplatz 1, 76131 Karlsruhe  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 0711 / 93 21 - 0  
oder [www.ukbw.de/kontakt/](http://www.ukbw.de/kontakt/)

**Bayerische Landesunfallkasse**

Ungererstr. 71, 80805 München, Telefon 089 / 3 60 93 - 0

**Kommunale Unfallversicherung Bayern**

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

**Unfallkasse Berlin**

Culemeyerstr. 2, 12277 Berlin, Telefon 030 / 76 24 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 030 / 76 24 - 13 52 oder  
[haushaltshilfe@unfallkasse-berlin.de](mailto:haushaltshilfe@unfallkasse-berlin.de)

**Unfallkasse Brandenburg**

Müllroser Chaussee 75, 15236 Frankfurt (Oder), Telefon: 0335 / 5 21 6-0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: [info@ukbb.de](mailto:info@ukbb.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  
[baumgart@bs-guv.de](mailto:baumgart@bs-guv.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 38  
oder [Tim.Becker@ukbremen.de](mailto:Tim.Becker@ukbremen.de)

**Gemeinde-Unfallversicherungsverband Hannover**

Am Mittelfelde 169, 30519 Hannover, Telefon 0511 / 87 07 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 0511 / 87 07 - 112 oder  
[hauspersonal@guvh.de](mailto: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](mailto:haushalt@ukh.de)

**Unfallkasse Mecklenburg-Vorpommern**

Wismarsche Str. 199, 19053 Schwerin  
Telefon: 0385 / 51 81 - 0, Fax: 0385 / 51 81 - 111  
[postfach@unfallkasse-mv.de](mailto: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](mailto:haushaltshilfen@uk-nord.de)  
[www.uk-nord.de](http://www.uk-nord.de), Schnellzugriff „Haushaltshilfen“

**Unfallkasse NRW**

Moskauer Str. 18, 40227 Düsseldorf, Telefon: 0211 / 90 24 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 0211 / 90 24 - 1450  
[privatshaushalte@unfallkasse-nrw.de](mailto:privatshaushalte@unfallkasse-nrw.de), [www.unfallkasse-nrw.de](http://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](mailto:haushalte@guv-oldenburg.de)

**Unfallkasse Rheinland-Pfalz**

Orensteinstr. 10, 56624 Andernach, Telefon 02632 / 9 60 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 02632 / 9 60 - 143 oder  
[www.ukrlp.de](http://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](mailto:haushaltshilfen@uks.de)

**Unfallkasse Sachsen**

Rosa-Luxemburg-Str. 17a, 01662 Meißen, Telefon 03521 / 7 24 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon: 03521 / 724 217  
[www.uksachsen.de](http://www.uksachsen.de)

**Unfallkasse Sachsen-Anhalt**

Käpserstraße 31, 39261 Zerbst/Anhalt Telefon: 03923 / 75 10  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon: 03923 / 7 51 - 2 26  
[www.ukst.de](http://www.ukst.de)

**Unfallkasse Thüringen**

Humboldtstr. 111, 99867 Gotha, Telefon 03621 / 7 77 - 0  
Anmeldung von Haushaltshilfen: Telefon 03621 / 7 77 - 3 05  
[www.ukt.de](http://www.ukt.de)

**Impressum**

**Ausgabe 04/2022**

**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](mailto:info@das-sichere-haus.de)

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

**Chefredakteurin:** Dr. Susanne Woelk

**Redaktionsassistentin:** Siv-Carola Bruns  
**Redaktionsbeirat:** Stefan Boltz, Deutsche  
Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) | Christian  
Schipke, Bundesanstalt für Arbeitsschutz  
und Arbeitsmedizin (BAuA) | Stephan  
Schweda, Gesamtverband der Deutschen  
Versicherungswirtschaft e. V. (GDV) | Kirsten  
Wasmuth, Unfallkasse Berlin (UKB) | Nil Yurdatap,  
Unfallkasse NRW

ISSN 1617-9099

Zur Illustration der Beiträge in „SICHER zuhause & unterwegs“ verwenden die Herausgeber auch Bildmaterial von Herstellern. Die Darstellung und Nennung von Produkten und Herstellern dient ausschließlich Informationszwecken und stellt keine Empfehlung dar.

**Fotos:** ©DSH (2 o.); Fotografie Golz (3 o.); ARONA Klinik (5); ©shutterstock.com/Ruslan Huzau (Titel o.) / stavklem (Titel u. I.) / SpeedKingz (Titel u. m.) / Robert Kneschke (Titel u. r.) / Piotr Przymuski (3 u.) / Yuganov Konstantin (6 o.) / Larich (8 o.) / Chiyacat (10) / stockcreations (13 o.) / Mariana Serdynska (14) / Daniel Jedzura (16); ©freepik.com (8 u.); ©stock.adobe.com / JanSommer(13 u.)

**Illustrationen:** ©freepik.com (2 u., 4, 9, 11, 12); ©flaticon.com (6); Michael Hüter (7); Sarah Gertzen – GMF (14 u. r.);

**Layout:** GMF | Gathmann Michaelis und Freunde, Essen, [www.gmf-design.de](http://www.gmf-design.de)

**Druck:** Bonifatius-Verlag GmbH, Karl-Schurz-Straße 26 • 33100 Paderborn

**Erscheinungsweise:** vierteljährlich

**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. Falls Sie die Zeitschrift abbestellen möchten, schreiben Sie an: DSH, Holsteinischer Kamp 62, 22081 Hamburg oder schicken Sie uns eine Mail mit Nennung Ihrer Kundennummer (siehe Adressetikett): [info@das-sichere-haus.de](mailto:info@das-sichere-haus.de)



**Danke!**

*Sie haben Ihre Haushaltshilfe zur gesetzlichen Unfallversicherung angemeldet.*

Damit sind Sie und Ihre Hilfe immer auf der sicheren Seite. Falls Ihre Freunde und Bekannten auch eine Hilfe anmelden möchten – machen Sie es ihnen leicht und geben Sie ihnen einfach diesen Coupon.

## Gesetzliche Unfallversicherung oder Minijobzentrale? Auf jeden Fall angemeldet!

Haushaltshilfen, Gartenhelfer, Babysitter oder Betreuer müssen angemeldet werden – bei einem Einkommen bis 450 Euro bei der Minijobzentrale, ansonsten bei der gesetzlichen Unfallversicherung. Für nur 29 Euro ist Ihre Hilfe so im Falle eines Falles gut abgesichert.

### Hier können Sie Informationen anfordern!

Name:

---

Straße:

---

PLZ, Ort:

---

Bundesland:

---

Coupon bitte ausschneiden  
und senden an:

 **UK NRW**  
Unfallkasse  
Nordrhein-Westfalen

**Unfallkasse NRW**  
Moskauer Straße 18,  
40227 Düsseldorf,  
Telefon 0211 9024-1450

**Haushaltshilfen direkt anmelden/  
Zeitschrift abbestellen:**  
[www.unfallkasse-nrw.de](http://www.unfallkasse-nrw.de),  
Webcode S0100 oder  
[privathaushalte@unfallkasse-nrw.de](mailto:privathaushalte@unfallkasse-nrw.de)