



Jeder Unfall ist einer zuviel!

## Verein Sicheres Tirol

Präsident: LAbg.Rudi Warzilek

Projektleitung/Vizepräsidentin: Sieglinde Schneider

Südtiroler Platz 6/II, 6020 Innsbruck

Tel. 0512/56 00 95, Fax: 0512/560095-5

sicheres.tirol@tirol.com, [www.sicheres-tirol.com](http://www.sicheres-tirol.com)

Bürozeiten: Montag bis Donnerstag von 8 bis 12 Uhr



Eigeninitiativen für ein  
**Sicheres Wohnen**  
in Tirol





## *Sicheres Wohnen für jedes Alter*

### **Eigeninitiative kann viel Leid und Kummer ersparen!**

Der Verein Sicheres Tirol hat es sich zur Aufgabe gemacht, die Bewusstseinsbildung in der Tiroler Bevölkerung zur Vermeidung von Unfällen in allen Lebensbereichen – vom Kind im Vorschulalter bis zu den SeniorInnen – zu fördern und auf mögliche Gefahren hin zu sensibilisieren.

Die in den Medien veröffentlichten hohen Unfallzahlen, im Freizeit-, Sport- und – vor allem im Wohnbereich – sind ein Alarmzeichen dafür, dass besonders in diesen Bereichen dringender Handlungsbedarf besteht.

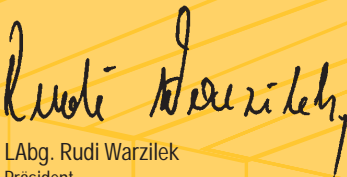
Allein im Wohnbereich passieren über ein Drittel der Unfälle der Generation ab 50Plus.

70 Prozent der Kinderunfälle ereignen sich im Haushalt, das sind 16 Mal mehr als im Straßenverkehr!

Ältere Menschen und vor allem Kinder sind in einer nicht bedarfsgerechten Wohnung erhöhter Unfallgefahr ausgesetzt. Die Ursachen, die dabei zu Unfällen führen, sind sehr unterschiedlich.

Fest steht, dass viel Leid und Kummer vermieden werden könnte, wenn drohende Gefahren rechtzeitig erkannt, dementsprechend gehandelt und speziell der Wohnbereich den Bedürfnissen für jedes Alter angepasst ist.

Diese Broschüre soll Ihnen einige Informationen und Tipps vermitteln, wie auch Sie in Ihrer Wohnung durch kleine Maßnahmen und vor allem durch Ihre persönliche Initiative mehr Sicherheit erreichen können. Mit den besten Wünschen für eine unfallfreie Zukunft!



Rudi Warzilek

LAbg. Rudi Warzilek  
Präsident

# Kleine Maßnahmen - große Wirkung!

## Der Vorraum

- > **Spion** und **Vorhängekette** als ein Schutz vor „ungebetenen Gästen“
- > Ein **Bewegungsmelder** sorgt für die notwendige Beleuchtung schon beim Öffnen der Türe.
- > **Kontrastierende Färbung der Türschwellen**, um auf Stolpergefahr aufmerksam zu machen
- > **Haushaltsleiter** ermöglicht gefahrloseres Arbeiten: Glühbirnen wechseln, Fenster putzen...  
Dabei **keine Pantoffel** tragen.  
Bei Anschaffung einer Haushaltsleiter unbedingt auf **Rutschfestigkeit** achten!  
Die Ö-Norm-Plakette (TÜV) garantiert mehr Sicherheit.
- > **Medikamentenschrank**, versperrenbar und in sicherer Höhe montiert, bietet vor allem den notwendigen Kinderschutz.



- > Spion und Vorhängekette montieren
- > Bewegungsmelder
- > Türschwellen mit farbigen Streifen
- > Medikamentenschrank versperrenbar
- > rutschfeste Haushaltsleiter

## Eigeninitiativen für ein Sicheres Wohnen

### Die Küche

- > **Rauchmelder** in der Küche bzw. im Vorraum montiert, warnt rechtzeitig durch Tonsignal, kann Leben retten und Schäden verhindern.
- > **Küchenwecker** kann Anbrennen oder noch Schlimmeres verhindern.
- > Bei **Bodenbelag** oder **Vorleger** auf Rutschfestigkeit achten.
- > **Ausreichende Beleuchtung** des Arbeitsplatzes
- > **Geräte**, die im Haushalt häufig verwendet werden, in **Griffweite** aufbewahren.
- > **Ausziehbare Laden** erleichtern das Herausnehmen von Lebensmitteln und Geschirr.
- > **Pfannenstiele nach hinten** gerichtet, verhindert Hängenbleiben
- > Blick auf **Herd und weitere Elektrogeräte** bei Verlassen der Wohnung: Sind sie **ausgeschalten** ?



## Das Bad

- > **Badezimmer- und WC-Türen** sollten nach außen aufgehen und auch von außen aufsperrbar sein!
- > **Rutschfeste Matte** in Dusche oder Badewanne schützt vor gefährlichen Stürzen.
- > **Haltegriffe** in Wanne oder Dusche bieten die nötige Sicherheit.
- > **Duschhocker** erleichtern das Duschen bei Gebrechen.
- > **Heizstrahler** muss fachmännisch an der Wand montiert werden, um vor Stromschlägen zu schützen.
- > **Elektrogeräte** niemals mit Wasser in Berührung bringen!
- > **Rutschfester Badezimmer-Vorleger** guter Qualität verhindert Ausrutschen mit nassen Füßen.



- > Haltegriff bei Badewanne oder Dusche
- > Rutschfeste Matte in der Wanne oder Dusche
- > Rutschfester Badezimmer-Vorleger
- > Heizstrahler fachmännisch montiert
- > Größte Gefahr: Elektrogeräte und Wasser

## Eigeninitiativen für ein Sicheres Wohnen

### Das Wohnzimmer

- > **Teppiche und Vorleger** müssen rutsicher sein.
- > **Kindersicherung** bei Balkontüren sowie Fenstern (z.B. absperrbare Fenstergriffe)
- > **Schutzschalter** (FI-Schalter) verhindern bei defekten Elektrogeräten das Entstehen von Kabelbränden.
- > **Stolperfälle „Kabelsalat“**: für ordnungsgemäße Verlegung der Kabel sorgen
- > **Vorhangstangen oder Liftkarniesen** erleichtern das Abnehmen und Aufhängen der Vorhänge und Gardinen. Einzelne Reinigungsfirmen übernehmen neben der Reinigung auch das Abnehmen und Aufhängen der Vorhänge.



- > **Rutsichere Teppiche**
- > **Kindersicherung bei Balkontüren / Fenstern**
- > **Zusätzlicher Schutzschalter (FI-Schalter)**
- > **Stolperfälle „Kabelsalat“**
- > **Gefahrenquelle Vorhänge und Gardinen**

## Das Schlafzimmer

- > **Zusätzlicher Telefonanschluss** neben dem Bett oder ein Handy, erleichtern im Notfall das Herbeirufen von Hilfe.
- > **Notrufnummern** und Telefonnummern der nächsten Angehörigen neben dem Telefon bereitlegen!
- > **Ausreichende Beleuchtung** ist auch im Schlafzimmer wichtig.
- > **Kein Rauchen** im Bett!
- > **Bettvorleger** rutschfest sichern: Besondere Gefahr beim Aufstehen!



- > **Zusätzlicher Telefonanschluss**
- > **Liste mit Notrufnummern**
- > **Ausreichende Beleuchtung**
- > **Kein Rauchen im Bett**
- > **Bettvorleger rutschfest**

## Eigeninitiativen für ein Sicheres Wohnen

### Gänge und Treppen

- > **Ausreichende Beleuchtung** vermindert die Unfallgefahr.
- > **Bewegungsmelder** erspart das Suchen nach dem Schalter!
- > **Leuchtbstreifen** auf den Stufen machen auf Stolpergefahr aufmerksam.
- > **Handlauf** soll über die erste und letzte Stufe hinausreichen und zur Wand farblich kontrastieren.
- > **Kein Abstellen von Gegenständen im Stiegenhaus:** Gefahrenquelle und insbesondere Behinderung im Notfall.



- > **Ausreichende Beleuchtung**
- > **Bewegungsmelder**
- > **Leuchtbstreifen an den Stufen**
- > **Handlauf zur Wand kontrastierend**
- > **Kein Abstellen von Gegenständen**

# *Kinder brauchen unseren Schutz!*

## *Spezielle Vorsichtsmaßnahmen für Kinder im Haushalt*

- > **Kindersicherung** an Fenstern und Balkontüren anbringen
- > **Treppenschutzgitter** bis das Kind sicher Treppensteigen kann
- > **Medikamente** immer versperrt aufbewahren!
- > **Unfälle mit „LaufnerwagerIn“** haben häufig schwere, meist Kopfverletzungen zur Folge.
- > **Thermostat** bei Badewannen und Dusche – bereits 60° reichen um ein Kind sein Leben lang zu entstellen!
- > **Biotope und Schwimmbecken** – Kinder nie unbeaufsichtigt in die Nähe des Wassers lassen.



- > **Treppenschutzgitter**
- > **Kindersicherung an Fenstern**
- > **Verletzungsgefahr Laufnerwagerl**
- > **Thermostat**
- > **Medikamente wegsperren**
- > **Gefahr Wasser**

## Eigeninitiativen für ein Sicheres Wohnen

### *Spezielle Vorsichtsmaßnahmen für Kinder im Haushalt*

- > **Herdenschutzgitter** verhindern Verbrennungen und Verbrühungen.
- > **Backrohtürsperre** schützt Kinder vor Verbrennungen.
- > **Putzmittel, Chemikalien** außer Reichweite und mit Kindersicherheits-Verschluss verwahren, so auch Flaschen udgl.
- > Einbau eines **FI-Schutzschalters** oder Steckdosen mit integrierter Kindersicherung gegen Stromverletzungen.
- > **Gefährliche Gegenstände** außerhalb der Reichweite deponieren (brennende Kerzen, Zündhölzer, Messer, Schere ...)



- > **Herdenschutzgitter**
- > **Backrohtürsperre**
- > **FI-Schutzschalter oder Steckdosensicherung**
- > **Gefährliche Gegenstände außer Reichweite**
- > **Chemikalien außer Reichweite**

*Jeder Unfall ist einer zuviel!*

## Wichtige Telefonnummern

Eigene Telefonnummer: .....

Hausarzt:.....

Im Notfall verständigen:.....

Feuerwehr: .....122

Polizei/Gendarmerie: .....133

Rettung: .....144

Euronotruf: .....112

Ärztenotdienst: .....141

Vergiftungszentrale:.....01/40643430



Unser Kooperationspartner "Grosse schützen Kleine",  
Auenbruggerplatz 34, A-8036 Graz

### Impressum

Herausgeber: Verein **Sicheres Tirol**  
Für den Inhalt verantwortlich: Präsident LAbg. Rudi Warzilek  
Layout und Grafik: PPI United Werbeagentur  
Illustrationen: M. Buelacher und A. Föger  
Druck und Produktion: Color Team  
Herstellungsort/-datum: Innsbruck/Juli 2002