

## Elternbrief Mit Gefahren umgehen – Unfälle vermeiden



### Kindern Sicherheit schenken

Natürlich möchten Eltern ihren Kindern Sicherheit schenken und sie vor Unfällen schützen. Leider verunglücken in Deutschland jährlich etwa 1,8 Millionen Kinder so schwer, dass eine ärztliche Behandlung notwendig wird. Die meisten Kinderunfälle sind Stürze. Sie passieren zu Hause, in der Schule oder beim Sport. Viele Unfälle sind dabei vermeidbar.

### Übung macht den Meister

Kinder sollten lernen, mit möglichen gefahrenträchtigen Situationen umzugehen. Dabei gilt: Übung macht den Meister. Das gilt für die sichere Teilnahme am Straßenverkehr, beim Spielen und im Haushalt. Zum einem sollen Kinder die Welt für sich erobern dürfen. Das fördert nicht nur ihr Selbstbewusstsein, es ist auch ein wertvoller Beitrag zum Schutz vor Unfällen. Zum anderen können Kinder Sicherheit durch Erklärung erlangen: Die kindliche Perspektive ist anders als die der Erwachsenen. Eltern sollten sich das bewusst machen und ihren Kindern erklären, dass sie z. B. für Autofahrer nicht gut sichtbar sind, wenn sie zwischen parkenden Autos stehen.

### Was Sie als Eltern fördern und tun können

- Kinder, die sich **viel bewegen**, haben seltener Unfälle, denn mangelnde Bewegungserfahrung erhöht die Unfallgefahr. Kinder, die in Bewegung sind, toben und klettern dürfen, schulen ihre Koordination, >>>

### Wenn doch mal etwas passiert:

#### Wichtige Notfall-Rufnummern auf einen Blick:

Rettungsdienst: ☎ 112



Kinderärztin/Kinderarzt:

Kinderärztlicher Notdienst  
und Augenärztlicher Notdienst:  
(Können über die Rufnummer 116117  
erfragt werden)

#### Giftnotruf:

☎ 0228 192 40 oder 030 192 40



Informieren Sie sich darüber, welche Ärzte/Krankenhäuser in Ihrer Nähe für welche Unfälle erreichbar sind. Das hilft, Umwege zu vermeiden.

Ist ein Unfall passiert, bleiben Sie ruhig. Lassen Sie Ihr Kind nach dem Unfall und auf dem Weg ins Krankenhaus nicht essen.

Nehmen Sie den Impfpass des Kindes mit.

lernen ihre Fähigkeiten und ihre Kraft einzuschätzen und trainieren ihren Gleichgewichtssinn. Das hilft ihnen, riskante Situationen zu meistern.

### Tipps für mehr Sicherheit:

- Kinder sollten frühzeitig **schwimmen lernen**.
- Kinder sollten unter Aufsicht von Erwachsenen den **Umgang mit Messer, Schere und Haushaltsgeräten lernen**. Üben Sie z. B. gemeinsam mit Ihrem Kind, Gemüse zu schneiden oder den Kuchenteig in den Ofen zu schieben.
- Kinder sind mit heller und reflektierender Kleidung im **Straßenverkehr** leichter zu erkennen. Reflektoren können auch nachträglich an Kleidung und Schulranzen angebracht werden.
- Üben Sie am Anfang gemeinsam den **Schulweg**. Wählen Sie dabei nicht den kürzesten, sondern den sichersten Weg.
- Mit Schutzhelm **Rad fahren**. Als Vorbild fahren auch Eltern nur mit Helm. Eltern sollten beim Kauf des Fahrradhelms (Prüfzeichen DIN EN 1078 CE) darauf achten, dass er Stirn und Hinterkopf bedeckt, waagrecht sitzt und nicht verrutscht. Erst nach bestandener Fahrradprüfung sollten Kinder am Straßenverkehr alleine teilnehmen. Kinder unter acht Jahren müssen und Kinder unter zehn Jahren dürfen mit dem Fahrrad auf dem Gehweg fahren.

**Eltern sollten Gefahren unaufgeregt und spielend vermitteln und so das Gefahrenbewusstsein der Kinder schulen.**

### Aktuelle Angebote finden

Schwimmkurse finden Sie über die Vereinsuche oder über das Angebot der DLRG:

[www.dlrg.de/plz-suche](http://www.dlrg.de/plz-suche)

Welche Sportarten Ihr Kind im Verein vor Ort ausüben kann, erfahren Sie auf:

[www.vereinssuche-nrw.de/Vereine](http://www.vereinssuche-nrw.de/Vereine)

Tipps und Ideen für den Schulweg

[www.verkehrswacht-medien-service.de](http://www.verkehrswacht-medien-service.de)  
(Suchbegriff „Schulwegtraining“)

**Übung macht sicher –  
geben Sie Ihrem Kind  
Gelegenheit, unter  
Beaufsichtigung  
potenziell gefährliche  
Situationen  
meistern  
zu lernen.**



**Was Experten zur Vermeidung  
von Kinderunfällen empfehlen,  
lesen Sie auf den Internetseiten**

[www.kindersicherheit.de](http://www.kindersicherheit.de)  
(Bundesarbeitsgemeinschaft (BAG)  
Mehr Sicherheit für Kinder e. V.)

[www.verkehrswacht-medien-service.de](http://www.verkehrswacht-medien-service.de)  
(Suchbegriff „Fahradhelm“)



Alle interessierten Grundschulen und Förderschulen im Rheinland sind eingeladen, an diesem Programm teilzunehmen. Die teilnehmenden Schulen erhalten ein Unterstützungskonzept und Materialien zur Umsetzung der folgenden Gesundheitsthemen:

- Essen und Ernährung
- Der menschliche Körper/Beim Arzt
- Bewegung und Entspannung
- Sexualerziehung
- Ich-Stärkung/Suchtprävention

[www.gesundmachtschule.de](http://www.gesundmachtschule.de)

Schulen, die an dem Programm teilnehmen möchten, können sich wenden an:

Ärztékammer Nordrhein  
E-Mail: [sabine.schindler-marlow@aekno.de](mailto:sabine.schindler-marlow@aekno.de)  
oder [snezana.marijan@aekno.de](mailto:snezana.marijan@aekno.de)  
Telefon: 0211 4302-2031

AOK Rheinland/Hamburg,  
E-Mail: [silva.bieling@rh.aok.de](mailto:silva.bieling@rh.aok.de)  
Telefon: 0211 8791-1586

