



# TIPPS FÜR EINE SICHERE UMGEBUNG FÜR BLINDE UND SEHBEEINTRÄCHTIGTE KINDER



**Kinder müssen experimentieren und Erfahrungen sammeln, trotz der mitschwingenden Verletzungsgefahr. Dadurch lernen sie, sich eigenständig und vor allem unfallfrei zu bewegen. Folgende Sicherheitstipps können Ihnen dabei helfen Ihren Haushalt und die Umgebung insbesondere für Kinder mit Sehbeeinträchtigung ein Stück sicherer zu machen. Für Eltern ist es oft eine große Herausforderung zu entscheiden, wann man schützend eingreift und ab wann man dem Kind vertrauen und loslassen kann.**

## WOHNRÄUME



- Halten Sie Türen entweder ganz geöffnet oder ganz geschlossen, um Verletzungen zu reduzieren.
- Verwenden Sie starke und gute Kontraste (z.B. Farbkombinationen mit starken hell-dunkel-Unterschieden) in den Wohnräumen.
- Eine ausreichende Beleuchtungsstärke lässt hell-dunkel-Unterschiede leichter erkennen. Wichtig ist eine blendfreie und gleichmäßige Beleuchtungssituation, da sehbeeinträchtigte Menschen häufig sehr lichtempfindlich sind. Klären Sie gemeinsam mit einem/einer Low-Vision-TrainerIn, ob ein Blendschutz hilfreich wäre.
- Benützen Sie einen unterschiedlichen Glockenklang bei Wohnungs- und Eingangstür.
- Verwenden Sie eine große Beschriftung (achten Sie auf eine gute Kontrastwirkung) für Zimmertüren, Sitzplätze aber auch Gegenstände oder verwenden Sie Braille-Schrift und führen Sie die Finger des Kindes immer wieder darüber, während Sie vorlesen. So entsteht ein Bezug zwischen Wort und Schrift sowie zum Standort von Gegenständen in der Wohnung.
- Um Ihrem Kind eine Vorstellung von Räumlichkeit zu verschaffen, legen Sie einen taktilen Plan Ihrer Wohnräume an. Kleben Sie festes Mobiliar und Türschwellen auf und fixieren Sie Punkte, an welchen sich das Kind orientieren kann.
- Fixe Plätze für bewegliche Gegenstände (z.B. Schuhe, Taschen, Jacken etc.) erleichtern die Orientierung und verhindern Stürze.
- Sichern Sie Möbelkanten mit Kantenschutz.
- Montieren Sie einen Kippschutz bei Regalen etc.
- Versehen Sie Schubladen und Schränke mit Sperren.

## BADEN UND ERTRINKEN



- Haltegriffe im Bad erleichtern dem Kind die Orientierung.
- Wassertemperatur mit Thermometer und Unterarm prüfen (max. 38° C).
- Thermostat zur Temperaturbegrenzung einbauen, um Verbrühungen zu verhindern.
- Frei bewegliche elektrische Geräte wie Föhn oder Rasierapparat während des Badens wegräumen.
- Kinder können bereits bei einer Wassertiefe von wenigen Zentimetern lautlos ertrinken. Lassen Sie Ihr Kind daher nie unbeaufsichtigt in der Nähe von offenem Wasser (z.B. Badewanne, Schwimmbassin, Biotop).
- Offenes Wasser immer mit Abdeckungen oder einem Gitter absichern.

## SPORT? JA SICHER!



- Was spricht dagegen, ein blindes oder sehbeeinträchtigtes Kind Dreirad oder Laufrad fahren zu lassen? Geben Sie dem Kind die Chance, seine Grenzen für sich abzustecken. Wählen Sie eine ruhige, ebene und hindernisfreie Umgebung und bieten Sie dem Kind akustische Ziele.
- Eltern-Kind-Tandems machen Spaß und ermöglichen längere Radtouren.
- Für Erwachsene und Kinder: Helm tragen nicht vergessen! Gegebenenfalls Schutzausrüstung verwenden (z.B. Ellbogen-, Knieschutz).

## KÜCHE UND VERBRENNUNGEN



- Herdschutzgitter verwenden.
- Schalterabdeckung für Drehknöpfe am Herd montieren.
- Auf hinteren Herdplatten kochen.
- Stiele der Pfannen nach hinten drehen.
- Induktionskochplatten bieten eine gute Alternative gegen Verbrennungen.
- Offenes Feuer (z.B. Kerzen) und elektrischen Geräten (wie Wasserkocher, Bügeleisen) außer Reichweite aufbewahren.

## STÜRZE



- Rutschhemmende Kontraststreifen bei Stufen und Treppen verwenden.
- Bei Treppen beidseitige Handläufe verwenden, die mind. 30 cm über die erste/letzte Stufe hinausragen.
- Fenster und Balkontüren mit Fenster sperren versehen.
- Aufstiegsmöglichkeiten im Bereich von Balkonen und Fenstern entfernen.
- Treppenschutzgitter an allen Treppen im Wohnbereich montieren.
- Lauflernhilfen nicht verwenden, sie bergen ein großes Sturzrisiko.
- Entfernen Sie Teppiche oder machen Sie sie rutschsicher (z.B. durch Klebestreifen).

## VERGIFTUNGEN



- Medikamente gesichert aufbewahren (z.B. abschließbarer Schrank).
- Putzmittel und Alkohol außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.



# FÜR DEN NOTFALL:

## **Notrufnummern**

Feuerwehr: 122

Polizei: 133

Rettung: 144

Ärztenotruf: 141

Europanotruf: 112

Apothekenbereitschaft: 1550

Vergiftungsinformationszentrale: (01) 406 43 43

- Notfallnummern sollten im Handy gespeichert sein oder in großer Schrift bzw. Braille tastbar aufgehängt werden.
- Um Kinder mit der Umgebung bzw. Gegenständen zur Feuerbekämpfung vertraut zu machen, sollte die Möglichkeit geboten werden, diese (z.B. Feuerlöscher, Brandmelder) taktil kennenzulernen. Weiters sollten potenziell gefährliche Gegenstände, wie z.B. Zündhölzer oder Feuerzeuge, besprochen werden.
- Nehmen Sie Kontakt mit der örtlichen Feuerwehr auf, damit diese im Notfall über die Sehbeeinträchtigung der BewohnerInnen Bescheid weiß.
- Ein Evakuierungsplan sollte gemeinsam mit den Familienmitgliedern erstellt und erprobt werden. Dabei ist es wichtig, einen gut erreichbaren Treffpunkt außerhalb des Gebäudes zu vereinbaren. Eventuell können ältere Geschwister als „Buddy“ eingesetzt werden.
- Mit dem betroffenen Kind sollte der Notruf geübt werden.