



Gefahren im Freien

life  beats

lyondellbasell

Gefahren im Freien

In den Sommermonaten stehen häufig Outdoor-Aktivitäten wie Camping, Grillpartys, Schwimmen oder Ausflüge in den Park zusammen mit Familie und Freunden auf dem Programm.

Solche Unternehmungen sind zwar mit viel Spaß verbunden, können jedoch auch Gefahren mit sich bringen. Diese Präsentation enthält daher Sicherheitshinweise und -empfehlungen zu den Themen:

- Camping
- Essen und Grillen im Freien
- Wassersicherheit für Kinder
- Spielplätze



Wenn Urlaub, dann mit Sicherheit!

Sicherheit beim Camping (1)

Camping ist eine tolle Möglichkeit, zusammen mit Familie und Freunden Zeit im Freien zu verbringen. Diese Tipps zeigen Ihnen, wie Ihr Campingurlaub sicher verläuft.



Schützen Sie sich vor einer Kohlenmonoxid-Vergiftung

- Kohlenmonoxid ist geruch- und farblos und kann zu Krankheit oder Tod führen.
- Verwenden Sie in einem Zelt, Camper oder anderen geschlossenen Räumen niemals Geräte, die mit Brennstoff betrieben werden, wie z.B. Gasherde/-öfen, Heizgeräte, Laternen und Holzkohlegrills.

Meiden Sie wilde Tiere

- Unterlassen Sie das Füttern und Streicheln von wilden Tieren und gehen Sie nicht in deren Nähe.
- Lebensmittel sollten in geschlossenen Behältern und für Tiere unzugänglich aufbewahrt werden.

Schützen Sie sich vor der Sonne

- UV-Strahlen sind nicht nur bei sonnigem Wetter eine Gefahr für die Haut, sondern auch wenn der Himmel grau und diesig ist.
- Wählen Sie ein Sonnenschutzmittel mit Breitband-Schutz (gegen UVA und UVB Strahlen) sowie einen Lippenpflegestift mit mindestens SPF 15.
- Halten Sie sich möglichst im Schatten auf, vor allem in der Mittagszeit, wenn die Sonne am höchsten steht. Schützen Sie sich mit geeigneter Kleidung, einem Hut mit breiter Krempe und einer Sonnenbrille.

Sicherheit beim Camping (2)

Schützen Sie sich gegen Insekten

- Stechmücken (Moskitos), Zecken und andere Insekten können Krankheiten übertragen. Stechmücken können z. B. das West-Nil-Virus übertragen und Zecken die Lyme-Borreliose auslösen.
- Tragen Sie auf alle freien Hautstellen ein DEET-haltiges Insektenschutzmittel auf. Imprägnieren Sie Ihre Kleidung mit dem Insektizid Permethrin, damit sich keine Zecken daran anheften können. Beachten Sie dabei stets die Packungsbeilage.
- Suchen Sie sich jeden Tag nach Zecken ab und entfernen Sie diese umgehend. Tragen Sie langärmelige Oberteile, Hosen und helle Kleidung, damit Sie Zecken vermeiden bzw. Zecken leichter entdecken.

Gute Vorbereitung ist wichtig

- Rechnen Sie immer mit Unvorhergesehenem.
- Checken Sie den Wetterbericht, informieren sie sich über Sicherheitshinweise für Ihren Campingplatz und informieren Sie Familie und Freunden über das, was Sie vorhaben.
- Zur Grundausrüstung gehören: Erste-Hilfe-Kasten, Kompass oder Navigationssystem, Landkarte, Taschenlampe, Decken, Batterien, Lebensmittel, Wasser, Kleidung und Medikamente.



Essen im Freien (1)

Im Sommer treffen sich Familie und Freunde gerne zum Picknicken und Grillen. Bei warmem Wetter können sich in Lebensmitteln jedoch schnell Bakterien bilden, die Krankheiten verursachen können.



Achten Sie bei Lebensmitteln auf eine sichere Verpackung und einen sicheren Transport

- *Kalte Lebensmittel müssen gekühlt werden.* Kalte Lebensmittel in eine Kühlbox mit Eis oder mit gefrorenen Gelpackungen legen und bei einer Temperatur von 4 °C oder darunter lagern, um die Bildung von Bakterien zu vermeiden. Fleisch, Geflügel sowie Fisch und Meeresfrüchte am besten noch gefroren in die Kühlbox packen, damit sie länger kalt bleiben.
- *Essen und Getränke getrennt aufbewahren.* Packen Sie in eine Kühlbox die Getränke und in eine andere Box die verderblichen Lebensmittel. So vermeiden Sie, dass die verderblichen Nahrungsmittel bei jedem Öffnen der Kühlbox der warmen Außenluft ausgesetzt werden.
- *Vermeiden Sie eine Kreuzkontamination.* Achten Sie darauf, dass rohes Fleisch, Geflügel und Fisch sicher verpackt bleiben, damit austretende Säfte nicht in verzehrfertige Speisen oder Rohkost gelangen können.
- *Obst und Gemüse gut waschen.* Waschen Sie frisches Obst und Gemüse unter fließendem Leitungswasser, ehe Sie es in die Kühlbox packen.

Essen im Freien (2)

Vor- und Zubereitung des Essens

- **Richtig marinieren.** Stellen Sie das Essen zum Marinieren in den Kühlschrank und *auf keinen Fall* auf den Küchentisch oder nach draußen. Verwenden Sie Marinaden immer nur einmal.
- **Platten und Küchenutensilien nur einmal verwenden.** Wenn Sie Platten oder Utensilien, die für rohes Fleisch, Geflügel oder Fisch benutzt wurden, später auch für das gegrillte Essen verwenden, können Bakterien aus den Säften des rohen Fleisches auf das fertige Essen übergehen. Servieren Sie daher das Essen nach der Zubereitung auf einer sauberen Platte und verwenden Sie dafür sauberes Besteck.
- **Essen durchgaren.** Verwenden Sie ein Grillthermometer, um sicherzustellen, dass die Speisen gut durchgegart sind.
- **Vorgegartes Essen sofort weiterverarbeiten.** Wenn Sie Essen vorgaren, um die Grillzeit zu reduzieren, sollten Sie die Abläufe so timen, dass das Essen gleich anschließend auf den heißen Grill kommt.
- **Fertiges Essen warm halten.** Um fertiges Grillgut bis zum Servieren warm zu halten, legen Sie es einfach an den Rand des Grillrostes, so dass es nicht direkt über der heißen Kohle liegt.



Sicherheit beim Grillen

Dem US Brandschutzverband NFPA zufolge ist der Juli der Monat mit den häufigsten Brandunfällen beim Grillen, gefolgt von den Monaten Mai, Juni und August. Allein im Jahr 2012 suchten in den USA 16.900 Personen die Ambulanz auf, weil sie sich beim Grillen verletzt hatten.

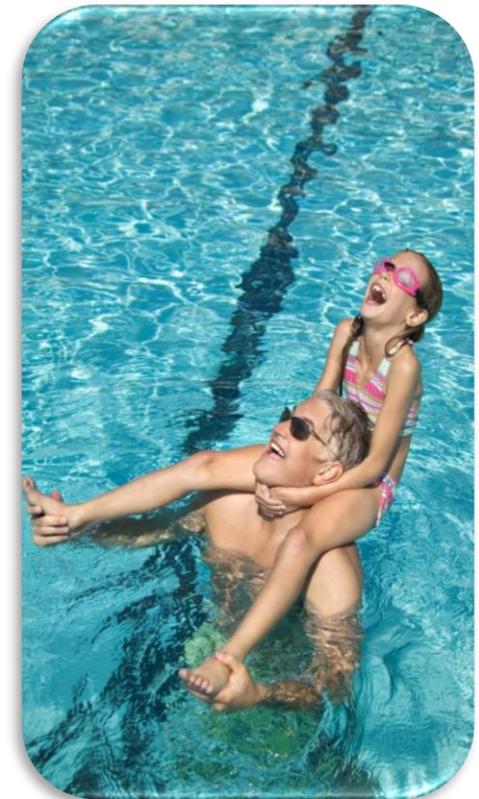


- Gas- und Holzkohlegrills dürfen nur im Freien betrieben werden.
- Achten Sie beim Aufstellen des Grills auf einen ausreichenden Sicherheitsabstand zu Außenwänden, Geländern und stellen Sie ihn nicht unter Dachtraufen und ausladende Äste.
- Halten Sie Kinder und Haustiere vom Grillbereich fern. Richten Sie dazu eine „Sicherheitszone“ von 1 m um den Grill ein.
- Stellen Sie den Grill in sicherer Entfernung zu Rasenspielen, Spielflächen und Fußgängerbereichen auf.
- Legen Sie Grillbesteck mit langstieligem Griffbereich bereit, damit beim Wenden des Grillguts genügend Abstand zur Wärmequelle und zu Flammen eingehalten werden kann.
- Entfernen Sie regelmäßig das Fett, das sich in den Tropfschalen unter dem Grillrost sammelt, um eine Entzündung durch den heißen Grill zu vermeiden.
- Weitere Informationen finden Sie im Infoblatt der Uni Hamburg: [Sicherheit beim Grillen](#)
- Allgemeine Informationen zu Vermeidung von Bränden finden Sie im Infoblatt des Innenministeriums des Landes NRW: [Sind Sie sicher](#)

Wassersicherheit für Kinder

Wenn man gemütlich am Pool oder Strand liegt, denkt man nicht unbedingt an mögliche Unfallgefahren im und am Wasser. US-Statistiken zufolge, ist das Ertrinken die häufigste Todesursache bei Kindern zwischen 1 und 4 Jahren. Die folgenden Tipps helfen Badeunfälle bei Kindern zu vermeiden:

- Kinder, die im und am Wasser sind, müssen *aktiv beaufsichtigt werden* und sollten Ihre volle Aufmerksamkeit haben.
 - Wechseln Sie sich unter den Erwachsenen jeweils für eine bestimmte Zeit (z.B. 15 Minuten) als Aufpasser ab, um eine ständige Beaufsichtigung der Kinder sicherzustellen.
- Erklären Sie Kindern, auch solchen, die schon schwimmen können, dass sie *nur ins oder ans Wasser gehen dürfen, wenn ein Erwachsener dabei ist*. Sorgen Sie dafür, dass Kinder Schwimmwesten tragen, wenn sie sich in oder an natürlichen Gewässern wie Seen oder Meer aufhalten.
- Klären Sie Ihre Kinder über die *Gefahren durch das Verfangen in Absaugrohren auf* und machen Sie ihnen klar, dass sie keinesfalls in die Nähe solcher Rohre schwimmen oder dort spielen dürfen.
- Lernen Sie *Wiederbelebungsmaßnahmen*.
- Melden Sie Ihre Kinder in der *Schwimmschule* an.
- Swimmingpools, die sich im Garten hinter dem Haus befinden, sollten rundum durch einen *Zaun* mit selbstschließenden Türen mit Schnappmechanismus gesichert werden.



Spielplätze

In den USA werden jedes Jahr rund 200.000 Kinder in die Notaufnahme gebracht, weil sie sich auf dem Spielplatz verletzt haben. Diese Tipps helfen Ihnen, solche Unfälle zu vermeiden.



- *Vermeiden Sie Hosen mit Kordelzug*, Schmuck und Fahrradhelme, die sich an Spielgeräten verheddern können. Laut der US-Behörde für Produktsicherheit (CSPC) ereigneten sich über einen Zeitraum von 15 Jahren 79 Unfälle, bei denen sich Kinder unbeabsichtigt strangulierten, 23 davon endeten tödlich.
- *Lassen Sie Kinder unter 4 Jahren nicht auf Spielplätzen an Schulen spielen*. Diese sind für Kinder im Schulalter gedacht, die größer sind, größere Hände haben und über mehr Kraft und Koordinationsvermögen verfügen.
- *Überprüfen Sie den Spielplatz*.
 - Vor dem Hintergrund, dass 79% der Unfälle durch einen Sturz entstehen, sollten Sie prüfen, ob der Bodenbelag ausreichend Sicherheit bietet, z.B. durch eine 25-30 cm hohe Schicht aus Sand, Kies, Holzspänen, Gummi oder Matten als Stoßdämpfer. Lassen Sie Ihr Kind nicht auf Spielplätze mit Zement-, Asphalt-, Erd- oder Grasflächen, da hier die Gefahr für Kopfverletzungen besteht.
 - Stellen Sie sicher, dass an den Geräten keine Spalten zwischen 7,5 und 23 cm vorhanden sind (in denen ein Kind mit dem Kopf stecken bleiben könnte) sowie keine heißen Oberflächen, Quetschstellen, scharfen Kanten und Stellen, an denen ein Kind hängen bleiben könnte, z.B. Schrauben/Bolzen oder Spalte.
 - Für Vorschulkinder sollten Rutschen nicht höher als 1,20m sein und für ältere Kinder nicht höher als 1,80m. Sie sollten zudem ein Geländer als Absturzsicherung haben.

GEFAHREN IM FREIEN

Wenn Sie im Sommer die **HERRLICHE** Natur genießen, sollten Sie auch immer an die möglichen Gefahren denken und für entsprechende **SICHERHEIT** sorgen!



life  beats