

# sicher leben

Dossier

## Mut und Gefahren

Wie viel Mut braucht es im Leben?  
Gefahr, Mut, Risikokompetenz:  
Wie spielen diese drei Elemente  
zusammen?

Seite 4

Zwischen Zahlen und Gefühlen  
Risiken berechnen und Risiken  
einschätzen - nicht immer kommt  
man auf dasselbe Resultat.

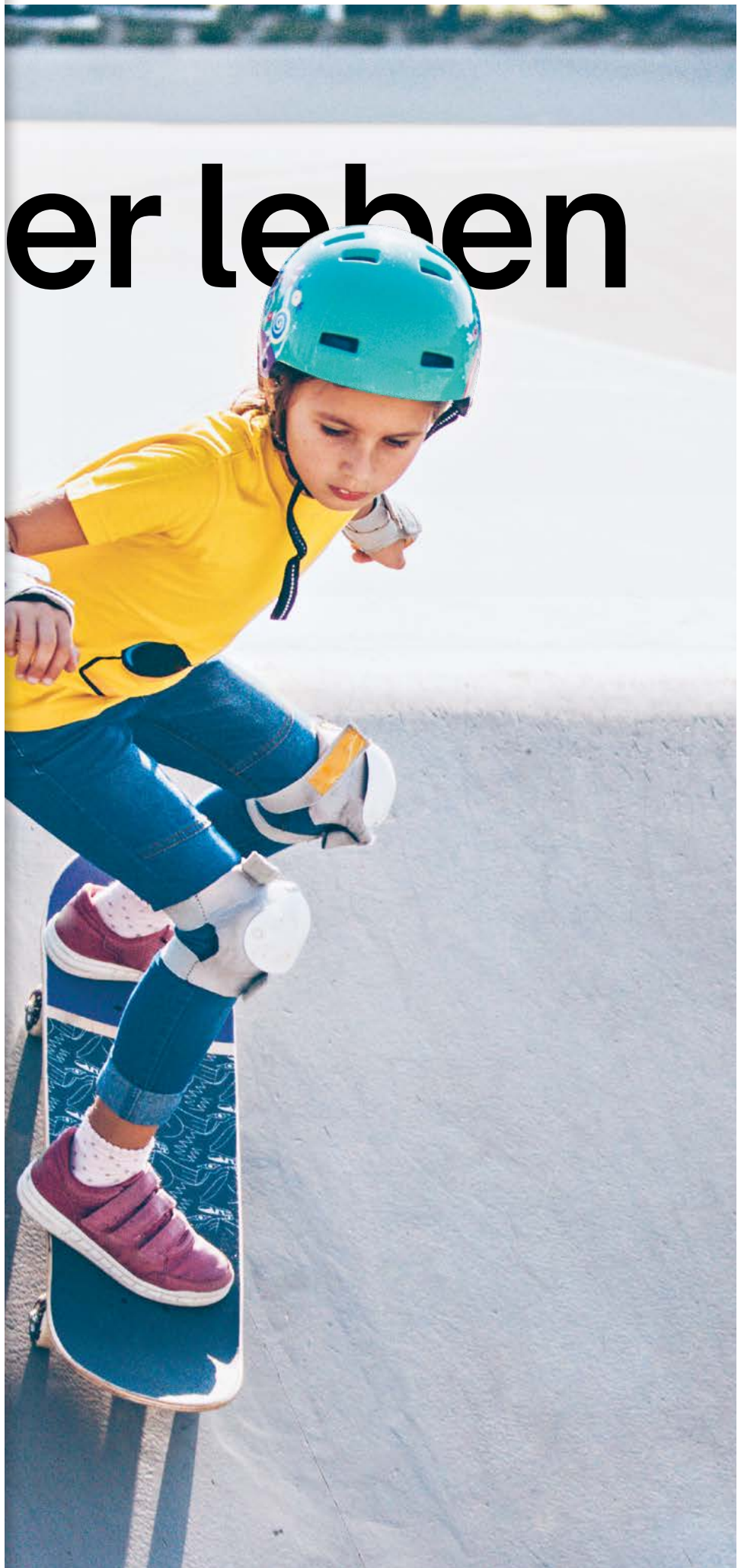
Seite 6

Lizenz zum Springen  
Damit der Trendsport Trampolin-  
springen nicht mit einem Unfall  
endet.

Seite 8

Unterschätzter Lebensretter  
Die Geschichte des Handlaufs - und  
wie er vor Schmerz bewahrt.

Seite 10



## Sicherheitsbarometer 2021: Sicherheitsniveau auf Schweizer Strassen



Die Unfallstatistik entwickelt sich in die falsche Richtung: Im vergangenen Jahr verloren auf Schweizer Strassen 227 Menschen ihr Leben – 40 mehr als 2019. Gestiegen ist auch die Zahl der Unfälle mit Schwerverletzten: um 154 auf 3792.



Besonders gefährdet sind Seniorinnen und Senioren sowie alle, die zu Fuss, mit dem Velo oder mit dem E-Bike unterwegs sind.



Viele Sicherheitsmassnahmen sind heute Standard: Von 100 Verkehrsteilnehmenden schnallen sich 96 vorne im Auto an und 92 tragen auf dem schnellen E-Bike einen Helm.

### Art der Verkehrsteilnahme



Personenwagen



Motorrad



E-Bike



Fahrrad



Fussgänger/-in (inkl. FäG)

Schwere Motorradunfälle sind im Strassenverkehr nach wie vor am häufigsten. Beim Velo- und E-Bike-Verkehr kam es zu einem Anstieg der schweren Unfälle. Sie reduzierten sich bei Autoinsassen und Personen zu Fuss.

### Ortslage



Innerorts



Ausserorts



Autobahn

Unfälle mit Schwerverletzten passieren am häufigsten innerorts, tödliche Unfälle hingegen ausserorts.

# Liebe Leserinnen und Leser



Ohne Mut und Bereitschaft, Risiken einzugehen, gibt es weder Innovation noch Fortschritt. Das beginnt schon bei kleinen Kindern, wenn sie laufen lernen oder bei ihren ersten Tretversuchen auf dem Fahrrad. Sie merken, wo ein Risiko Freude bereitet und wo Schmerz. Um risikokompetent zu werden, müssen sie die Grenze auch ab und zu überschreiten. Für Heranwachsende wird das schwierig. Sich in der Gruppe zu beweisen, steht im Widerspruch dazu, den Mut aufzubringen, auch mal «Nein» zu sagen. Diesen Lernprozess fördert die BFU mit der Junglenkerkampagne, die wir mit jungen Menschen zusammen entwickeln, um nicht als etablierte Institution aus der Erwachsenenwelt aufzutreten. Das ist wirkungsvoller.

Mut, unpopuläre Positionen für die Sicherheit in unserer Gesellschaft einzunehmen, braucht auch die BFU. Als es beispielsweise um die Begrenzung des Blutalkoholwerts auf 0,50 Promille beim Führen eines Motofahrzeugs ging, war ich in den Medien exponiert und wurde persönlich angegriffen. Die Abwehr gegenüber Präventionsbotschaften ist etwas ganz Normales, denn Menschen wollen eigenverantwortlich entscheiden, schätzen aber möglicherweise das Risiko falsch ein, versagen in gewissen Situationen oder erliegen einer Kontrollillusion.

Hier kommt die Fachkompetenz der BFU ins Spiel. Unsere Expertinnen und Experten zeigen ein Risiko nicht emotionsgeladen auf. Sie erforschen und analysieren die Unfallstatistik sowie den Stand der Technik und tragen die Resultate auf passende Art und Weise in die Bevölkerung. Denn wir wollen die Menschen nicht in Watte packen. Gut informiert erhalten sie die Kompetenz, die Lücke zwischen subjektivem Empfinden und echter Gefahr zu schliessen - und verantwortungsbewusst zu handeln.

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'A. Siegrist'.

Stefan Siegrist  
Direktor BFU

# Wie viel Mut braucht es im Leben?

Gefahr, Mut, Risikokompetenz. Wie spielen diese drei Elemente zusammen? Psychologin und BFU-Expertin Andrea Uhr beantwortet nicht alltägliche Fragen über unser alltägliches Leben.

Text: Sylvie Kempa

Andrea Uhr, Gefahr und Risiko werden im Volksmund oft als Synonyme verwendet, wo liegt der Unterschied?

Gefahr lässt sich nicht beeinflussen, Risiko hingegen schon. Am Beispiel eines Löwen lässt es sich ganz einfach erklären. Ein Löwe ist gefährlich, er könnte potenziell Schaden verursachen, das ist ein Fakt. Ein Risiko besteht für mich jedoch nur, wenn ich mich der Gefahr aussetze. Ein Löwe in einem sicheren Käfig stellt kein Risiko dar. Das Risiko ist die Wahrscheinlich-

keit, dass es durch die Gefährdungsexposition zu einem Schaden bzw. einer bestimmten Schadensschwere kommt.

Wie gehen Sie damit um, dass Laien diese von der BFU häufig verwendeten Begriffe teils falsch verstehen?

Die Begrifflichkeit an sich ist nicht unbedingt entscheidend. Relevant ist, ob eine Kernaussage verstanden wurde. Dass ein Velohelm im Falle eines Unfalls Kopfverletzungen verhindern kann, ist die relevante Information.

Weiss man, warum manche Menschen mutiger durchs Leben gehen?

Dazu gibt es verschiedene Forschungsbefunde. Viele Faktoren spielen eine Rolle. Es gibt aber eine Art allgemeine Risikobereitschaft. Diese ist ein Persönlichkeitsmerkmal. Einige Menschen sind also grundsätzlich risikofreudiger, andere sicherheitsorientierter. Bei Frauen ist diese Risikobereitschaft tendenziell weniger ausgeprägt als bei Männern. Mit zunehmendem Alter nimmt sie typischerweise etwas ab.

Was braucht es alles, um risikokompetent zu sein?

Risikokompetenz setzt sich laut BFU-Definition aus zwei übergeordneten Faktoren zusammen: Gefahrenbewusstsein und Selbststeuerungsfähigkeiten. Das Gefahrenbewusstsein beinhaltet die Wahrnehmungs- und Beurteilungskompetenz, die Selbststeuerungsfähigkeiten setzen sich aus der Entscheidungs- und Handlungskompetenz zusam-

«Man nimmt die Gefahr wahr und denkt, mir wird das schon nicht passieren!»

Andrea Uhr, wissenschaftliche Mitarbeiterin Strassenverkehr

men. Risikokompetent ist demnach, wer potenzielle Gefahren erkennt und richtig einschätzt sowie die situativen und persönlichen Voraussetzungen berücksichtigt, einen sicherheitsorientierten Entscheid über das eigene Verhalten fällt und diesen auch verwirklicht – selbst dann, wenn beispielsweise Gruppendruck entsteht.

Welchen Fallstricken fällt unsere Risikokompetenz zum Opfer?

Da gibt es verschiedene. Einer davon ist unser unrealistischer Optimismus. Man nimmt die Gefahr wahr und denkt, mir wird das schon nicht passieren! Oder auch die menschliche Tendenz, die eigenen Fähigkeiten zu überschätzen. Man nehme Automobilisten. Wohl deutlich mehr als die Hälfte würde behaupten, überdurchschnittlich gut zu fahren. Das geht statistisch nicht ganz auf.

Fällt es Ihnen als Fachperson leichter, nicht darauf reinzufallen?

Fachpersonen sind natürlich geschult. Sie können Zahlen richtig interpretieren und mit Wahrscheinlichkeiten besser umgehen als viele Laien. Aber wenn ich behaupten würde, ich wäre deswegen vor Fehleinschätzungen gefeit, wäre das wahrscheinlich auch wieder eine Selbstüberschätzung.

Haben wir also alle zu viel Mut?

Zu viel würde ich nicht sagen. Dass wir übermässig optimistisch sind, ist nötig, um überhaupt durchs Leben zu kommen. Ein Kind würde gar nie laufen lernen, wenn es von Anfang an damit rechnen würde, auf die Nase zu fallen. Unrealistischer Optimismus und Selbstüberschätzung führen aber auch dazu, dass wir Risiken unterschätzen.

## «Dass wir übermässig optimistisch sind, ist nötig, um überhaupt durchs Leben zu kommen.»

Andrea Uhr, wissenschaftliche  
Mitarbeiterin Strassenverkehr

Manchmal überschätzen wir sie auch, Stichwort Terrorismus oder Flugzeugabsturz. Wie kommts?

Die Forschung zur Risikowahrnehmung zeigt, dass wir sogenannte Schock-Ereignisse am meisten fürchten. Also wenn ein Ereignis in kurzer Zeit viele Menschen das Leben kostet. Auch die mediale Präsenz gibt solchen Ereignissen mehr Gewicht. Derartige Ereignisse werden daher eher überschätzt, was dazu führen kann, dass objektiv gesehen eine unsicherere Entscheidung getroffen wird. Hierzu kommt mir eine Studie in den Sinn: Nach dem Terroranschlag 9/11 hat der Risikoforscher Gerd Gigerenzer die Verkehrsunfall-daten in den USA ausgewertet. Weil viele Menschen aus Angst vor einem Anschlag vom sichereren Flugzeug aufs unsicherere Auto umgestiegen sind, kamen innerhalb eines Jahres 1600 Menschen mehr bei Strassenverkehrs-unfällen ums Leben als üblicherweise.

Muss man zwangsläufig ein Risiko eingehen, um Risikokompetenz zu erlangen?

Das muss nicht sein. Die eigene Erfahrung kann helfen, dass man eine Gefahr schneller oder adäquater einschätzt. In vielen Bereichen erwerben wir jedoch auch Risikokompetenz durch unser Umfeld und weil es uns beigebracht wird. Wir müssen nicht selber die heisse Herdplatte berühren, um zu wissen, dass man sich dabei verbrennt.

Wie fördert die BFU die Risikokompetenz in der Gesellschaft?

Mit Sensibilisierungsmassnahmen und Verhaltensempfehlungen versuchen wir, ein Bewusstsein und einen sicheren Umgang mit Risiken zu fördern. Auch den Bereich der Selbststeuerung gehen wir an: Mit Entscheidungs- und Einschätzungshilfen wie etwa dem Fahrsicherheits-Check für Senioren oder dem Selbsttest «Bereit für die Bergwanderung?». Wir stellen auch Hilfsmittel für Lehr- und Ausbildungspersonen in verschiedenen Bereichen zur Verfügung. Neu ist zum Beispiel unser Unterrichtstool für die Sekundarstufe II «Du entscheidest»: interaktive Videos binden das junge Publikum in Entscheidungen ein, bei denen Gruppendruck oft riskantes Verhalten provoziert.



Andrea Uhr, wissenschaftliche  
Mitarbeiterin BFU, Forschung  
Strassenverkehr




# Zwischen Zahlen und Gefühlen

Risiken lassen sich objektiv berechnen und subjektiv einschätzen. Nicht immer kommt man dabei auf dasselbe Resultat.

Text: Sylvie Kempa

Fokus



**Beim** Putzen und anderen Haushaltsarbeiten sterben mehr Menschen als beim Bungee-Jumping. Wie kommt es also, dass wir uns vor dem Putzen nicht fürchten, vor einem Sprung am Gummiseil schon? Einerseits spiegeln sich Popularität und Gefährlichkeit einer Tätigkeit in der Unfallstatistik, andererseits funktioniert die Risikowahrnehmung bei Laien anders als aus wissenschaftlicher Perspektive. Expertinnen und Experten berechnen Risiken nach objektiven Regeln, Laien lassen sich oft von ihrem Gefühl leiten, das sich wiederum aus multiplen Komponenten ergibt. Zum Beispiel eigene Erfahrungen und Gewohnheiten, die wahrgenommene Kontrollierbarkeit der Situation oder der persönliche Nutzen. So kommt es, dass man beim Beurteilen einer Gefahr oft daneben liegt. Dieses Phänomen zieht sich durch alle Bereiche des Lebens, wie die folgenden Beispiele aus der Risiko-Fehleinschätzung veranschaulichen.



**1** Ein Kind spielt Fussball, das andere schwimmt gerne. Um welches Kind machen sich die Eltern mehr Sorgen? Wohl um das Kind, das sich im Wasser aufhält. Doch das Verletzungsrisiko ist auf dem Fussballplatz zehnmal höher als beim Schwimmen. In keiner anderen Sportart gibt es so viele Verletzungen wie beim Fussball. Dass wir diese Spielsportart als ungefährlich wahrnehmen, liegt am häufig geringen Verletzungsgrad. Die meisten Sportlerinnen und Sportler bewerten ein Risiko als akzeptabel, solange der Unfall keine schwerwiegenden Folgen hat. So erklärt sich auch die berechtigte elterliche Sorge um das schwimmende Kind. Hier ist die Verletzungshäufigkeit zwar kleiner als beim Fussballspielen, wenn es jedoch zu einem Unfall im Wasser kommt, kann dieser schneller tragische Konsequenzen haben. Mit dem objektiven Sterberisiko stimmt die subjektive Wahrnehmung also überein.

**2** Gefährlich lebt, wer nicht mit der Gefahr rechnet. Mehr als eine Viertelmillion Menschen verletzen sich in der Schweiz jährlich dort, wo sie sich am sichersten fühlen: im eigenen Zuhause. Sie steigen auf wackelige Taburetli, verzichten auf Schutzausrüstung für Heimwerkerarbeiten oder benützen unbedacht eine Treppe. Treppensteigen, das kann man - oder? Obwohl wir verhältnismässig wenig Zeit auf Treppen verbringen, die Wissenschaft also von einer geringen Exposition spricht, sterben beim Treppensteigen jährlich mindestens 100 Menschen. Würde unser Risiko-Riecher objektiv funktionieren, liessen sich Unfälle vermeiden: Nicht rennen, Hand an den Handlauf, Blick weg vom Handy. Nicht nur menschliches Fehlverhalten, sondern auch bauliche Faktoren führen dazu, dass fast jeder zweite Sturzunfall zu Hause passiert: Rutschige Böden, Absätze, fehlende Handläufe.

**3** Fast jede Woche stirbt eine Person zu Fuss nach einem Unfall im Strassenverkehr. Ein Drittel dieser Unfälle passiert auf dem vermeintlich sicheren Fussgängerstreifen. Zwar ist die Vortrittsregelung allen Verkehrsteilnehmenden bekannt, jedoch macht der Faktor Mensch den Fussgängerstreifen zur Falle: wegen Unaufmerksamkeit, Ablenkung und schlechter Sichtbarkeit. Auch Routine und kurze Distanzen sorgen im Strassenverkehr für Scheinsicherheit. So kommt es, dass unser Risiko-Riecher auf Autobahnen Alarm schlägt - lange Strecken, hohe Geschwindigkeit! -, obwohl innerorts zehnmal mehr schwere Unfälle passieren. Übrigens: Am sichersten fühlen wir uns, wenn wir selber die Kontrolle haben. Ausser Acht lassen wir dabei die Tendenz, unsere eigenen Fähigkeiten zu überschätzen.



**4** Wer sich an einem elastischen Seil von einer Brücke stürzen will, braucht Mut. Die Statistik zeigt, dass ein Bungee-Sprung so gut wie nie fatal endet. In der Schweiz gab es in den vergangenen 21 Jahren einen tödlichen Unfall. Doch Zahlen sind manchmal auch mit Vorsicht zu geniessen. Wenn nur sehr wenige Personen eine Tätigkeit ausüben, ist es schwierig, ein statistisches Risiko einzuschätzen. Ausserdem lässt sich das individuelle Risiko bei Freizeitaktivitäten beeinflussen. Man kann durchaus risikoarm bergwandern, obwohl bei diesem Volkshobby jährlich 40 Personen der Schweizer Wohnbevölkerung sterben und sich rund 5000 Wanderlustige mittelschwer bis schwer verletzen. Wandern will gelernt sein. Vorbereitung, die richtige Ausrüstung und Wissen um die Markierung der Wanderrouten halten das Verletzungsrisiko geringer.





Vor dem Trampolinspringen gibts einen Einführungskurs.

Fokus

# Lizenz zum Springen

Wie Pilze sind Trampolinhallen in den letzten Jahren aus dem Boden geschossen. Trampolinspringen boomt. Dass der Trendsport nicht mit einem Unfall endet, können Hallenbetreiber mitbeeinflussen. Die «Freestyle Academy» in Laax setzt auf obligatorische Einführungskurse.

Text: Mara Zenhäusern

**Schwerelos** und frei – so fühlt sich, wer auf einem Trampolin springt. Es bedeutet Spass, Abenteuer und Nervenkitzel. Das wollen an diesem regnerischen Sommertag in Laax viele Kinder und Jugendliche erleben. In der Halle wuselt es. Hier springen Kinder vom «Parkour», einer Konstruktion aus Holz mit Sprungtürmen in

unterschiedlichen Höhen, in einen «Bag». Das ist eine Art Riesenkissen, das die Sprünge sanft auf-fängt. Auf dem grossen Trampolin daneben üben Jugendliche ihre Rückwärtssaltos.

Ruhe in diese Aufregung bringt Dave. Der Guide führt eine Gruppe von Kindern und Jugendlichen ins Trampolinspringen ein. Seine langen blon-



den Haare hat er fürs Springen zu einem Dutt gebunden und er bringt die Kinder zuerst einmal auf den Boden – in den Schneidersitz. Und erklärt ihnen auf lockere Art die wichtigsten Regeln: «Es springt immer nur ein Kind auf dem Trampolin», so Dave. Alle Kinder nicken brav. «Hier stimmen immer alle zu», ergänzt er mit einem Augenzwinkern. Er wird später überprüfen, dass sich auch alle daran halten. Und weiter: «Während des Kurses dürft ihr keine Saltos machen, wir starten ganz langsam.»

Der Kurs ist in der «Freestyle Academy» Pflicht. Wer aufs Trampolin will, muss ihn einmalig absolvieren, danach hat man die Lizenz zum Springen. Das sei sehr personal- und kostenintensiv, erklärt Hallenbetreiber Daniel Ammann. Die Vorteile würden jedoch überwiegen: «Wir sind überzeugt, dass wir auch wegen der Kurse sehr wenige Unfälle haben». Ausserdem würden die Leute auch gleich darüber aufgeklärt, wie sie die Halle korrekt nutzen können. So zeigt Dave der Gruppe, wo die Schliessfächer sind und wo die Garderobe. Er führt durch die Halle und zeigt auch die Skate-Anlagen, die in die Trampolinhalle integriert sind.

Die Kombination zwischen Skateboard und Trampolin-Anlage ist kein Zufall. «Der Boardriding-Spirit ist bei uns tief verankert», erklärt Hallenbetreiber Ammann. Entstanden ist die Idee zur Freestyle Academy im Winter auf der Piste. Ammann war selbst jahrelang Skilehrer und gab auch Freestyle-Kurse. «Snowboarden entstand aus dem Skateboarden und dieses wiederum aus dem Surfen und das Trampolin ist die optimale Ergänzung. Hier lassen sich Sprünge üben und Bewegungsabläufe trainieren», so Ammann weiter. Das Gründerteam, zu dem auch Ammann gehört, liess sich von ähnlichen Anlagen in den USA inspirieren und baute 2010 eine alte Tennishalle um.

Aus der Skilehrervergangenheit kommt auch der «Academy»-Gedanke. Man wolle die Kinder und Jugendlichen anleiten – für mehr Sicherheit.

**Daniel Ammann (40), Betriebsleiter der «Freestyle Academy» in Laax und Fotograf, ist gelernter Koch und hat jahrelang als Skilehrer in der Schweiz und in Neuseeland gearbeitet. Für ihn bedeutet «Freestyle» Freiheit und Spass. Ammann selbst bezeichnet sich jedoch nicht als besonders risikofreudig oder mutig. Er sei bei seiner Arbeit als Skilehrer immer auf eine gute Gesundheit angewiesen gewesen und habe schon in jüngeren Jahren lieber mal einen Hang neben der Piste ausgelassen.**

Denn: «Die Leute haben das Vorurteil, dass Freestyle-Sport mit einem hohen Risiko verbunden ist. Es ist nur dann gefährlich, wenn kein richtiger Aufbau dahintersteckt.» Mit der richtigen Anleitung könne man den Freestyle-Sport für alle zugänglich machen.

Eine Portion Mut braucht es allerdings. Dass Kinder damit weniger Probleme haben, sieht auch Dave in seiner Gruppe. Die Kinder springen nach einer kurzen Aufwärmrunde auf einer leicht gefederten Unterlage locker vom 3-Meter-Sprungturm in den «Bag». Auch die nächste Übung – aus dem Sprung aufs Füdli oder in den Vierfüsserstand springen und wieder aufstehen: für die Kids kein Problem.

## «Unfälle lassen sich nie ganz vermeiden, aber man kann mit einer guten Infrastruktur, Schulung und Aufsicht viel erreichen.»

Daniel Ammann, Betriebsleiter der «Freestyle Academy» in Laax

«Aber auch Kinder spüren ihre Grenzen recht gut», ist Daniel Ammann überzeugt. Und jene, die übers Ziel hinausschiessen, werden von der Hallenaufsicht gebremst. «Bei sicherheitsrelevanten Regelmissachtungen sind wir sehr streng. Wer sich auch nach Aufforderung nicht daran hält, riskiert einen Hallenverweis.» Sein geschultes Auge erkennt dabei sehr schnell, wer sich überschätzt. Bei Jugendlichen, die von der Entwicklung her risikofreudiger sind, würde es häufig dann zu einer Überschätzung kommen, wenn sie gefilmt oder fotografiert würden oder wenn der Schwarm zuschaut. Auch hier greift die Hallenaufsicht ein, wenn es heikel wird. «Unfälle lassen sich natürlich nie ganz vermeiden», stellt Daniel Ammann klar, «aber man kann mit einer guten Infrastruktur, Schulung und Aufsicht viel erreichen.»

Unter der Leitung der BFU haben führende Schweizer Betriebe im Jahr 2019 Sicherheitsgrundsätze für Trampolinhallen erarbeitet – auch die «Freestyle Academy» war von Anfang an dabei. «Die Sicherheit steht für uns an oberster Stelle», versichert Daniel Ammann. Er vergleiche die Unfälle jeweils mit jenen im Schulsport – Prellungen, Schürfungen und Brüche. «Zu schweren Unfällen ist es aber in den zehn Jahren zum Glück nur sehr selten gekommen.»

Unfallfrei und mit viel Fun und Action hat nun auch das Grüppchen von Dave die Trampolin-Einführung bestanden. Jetzt gehts ab aufs Trampolin – und so gut vorbereitet wird Springen fast zum Fliegen.

# Unterschätzter Lebensretter

Erfordert es Mut, beim Treppensteigen den Handlauf zu benützen? Wohl eher nicht. Ist die Risikobereitschaft hoch, wenn man ihn nicht benützt? Dazu eine kurze Geschichte des Handlaufs – und wie er vor Schmerz bewahrt.

Text: Hans Frauchiger

Fokus

**Praktischer** als Leitern waren sie, die ersten Treppen aus behauenen Baumstämmen, die eher in gegrabene Behausungen hinunterführten als hinauf. Endlich konnte man das erlegte Wild mit beiden Händen in die Höhle tragen. Trotzdem, wegen möglicher Feinde sollte der Zugang nicht allzu sicher sein. Ähnlich in der Ritterzeit, als unerwünschte Eindringlinge über eine, in die Treppe eingebaute, ungleiche Stufe stolpern sollten. Gesundheitliche Schäden durch das Hinunterscheppern in voller Rüstung waren durchaus erwünscht. Sichere Handläufe – in beiden Fällen kontraproduktiv.

Erst mit der ausladenden Damenmode fand der Handlauf mehr Beachtung als Sicherheitselement denn als dekoratives Beiwerk einer Prunktreppe. Wegen ihren ausladenden Röcken sahen die feinen Damen beim Herabschreiten weder ihre Füße noch die Treppenstufen. Als hilfreiche Unterstützung wurde in regelmässigen Abständen ein Knauf ins Geländer eingesetzt. Mit der Hand am Geländer erfühlten die Damen so den nächsten Tritt und vermieden den peinlichen Sturz vor den Augen der anwesenden Gesellschaft. Der gleiche Knauf vergällte Generationen von Schulkindern die schmerzfreie Nutzung von Geländern als Rutschbahn.

Den Weg in die Moderne beschreitet ab Mitte des 20. Jahrhunderts die Scalalogie, die Treppenkunde. Dieser wissenschaftliche Forschungszweig der Baulehre untersucht die Arten und Formen der Überwindung von Höhenunterschieden durch Stufen und ihre Wirkung auf den Menschen.

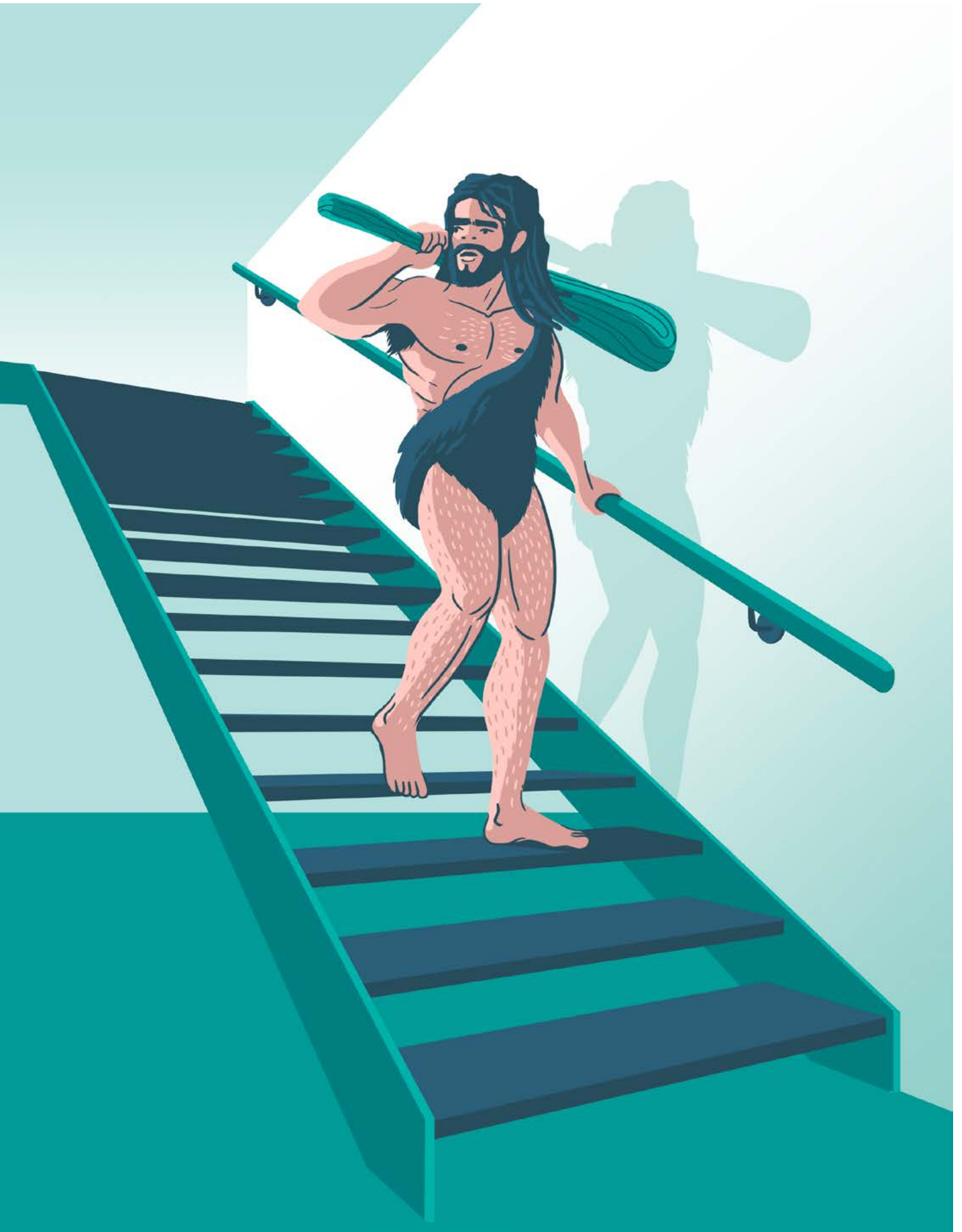
In der Folge leben wir heute in einer Gesellschaft, in der Unfallprävention ein Füreinander bedeutet und nicht mehr ein Gegeneinander. Eingebaute Fallen auf Treppen sind nicht nötig, damit wir uns sicher fühlen oder sicher verhalten. Nie

zuvor gab es so viele technische Mittel, um Handläufe sicher und formschön zu gestalten und ein so breites Angebot an Materialien, die für jeden Einsatzzweck geeignet und angenehm zu berühren sind. Dementsprechend gross ist das Potenzial, bei Handläufen Ästhetik und Funktion zu verbinden. Gut erforscht sind auch die Ursachen, wie, wo und warum Menschen auf Treppen stürzen – und wie man Unfälle vermeidet. Mit dem umfassenden Wissen zu diesem Thema sensibilisiert die BFU auf all ihren Kanälen.

Doch noch immer gehören Treppen zu den Hotspots von Sturzunfällen. Diese schmerzhafteste Erfahrung machen jedes Jahr 53 000 Menschen. Dass man ausrutschen könnte, stolpern oder ins Leere treten, darauf ist auch der moderne Mensch nicht gefasst. Demzufolge lautet die Antwort auf die eingangs gestellte Frage zur Risikobereitschaft: Ja. Das Risiko, wenn man den Handlauf nicht benützt, wird unterschätzt, ebenso die Folgen eines Treppensturzes. Darum gehört bei jedem Treppengang eine Hand an den Handlauf.

**Dass man ausrutschen könnte, stolpern oder ins Leere treten, darauf ist auch der moderne Mensch nicht gefasst.**

Das unterstützt das Gleichgewicht, und kommt man in Schieflage, kann der Sturz abgefangen werden. Folgeschwere Verletzungen lassen sich auf diese einfache Art und Weise vermeiden. Denn auch der beste Handlauf taugt nur dann zum Lebensretter, wenn er auch benützt wird.



# Mutigen Schrittes durch Herbst und Winter

Wenn draussen rutschiges Laub oder gar blankes Eis liegt, sind beim Gehen Stabilität und Gleichgewicht gefragt. Beides bewahrt man nicht nur mit körperlichem, sondern auch mit mentalem Training.

Text: Marc Kipfer

Fokus

**Verkriecht** man sich im fortgeschrittenen Alter in seiner Wohnung, sobald es draussen wegen Laub, Schnee oder Eis rutschig wird? Oder ist man genügend fit, um sich Fusswege und Treppen auch bei rutschigeren Verhältnissen zuzutrauen? Ob einen an solchen Tagen der Mut verlässt oder ob man für Herbst- und Winterwitterungen bereit ist, entscheidet sich schon vorher. Nämlich mit dem Training, das man regelmässig absolviert – oder nicht.

Im Alter nehmen Muskelmasse und Gleichgewichtsfähigkeit ab, die Gefahr für Stürze nimmt zu; doch dieser Prozess lässt sich in vielen Fällen durch Training bremsen. Gemäss einer Studie der BFU macht jede zweite Person ab 60 Jahren regelmässig Übungen zur Sturzprävention. «Training ist das A und O», bestätigt Barbara Pfenninger,

Das Ziel aller Übungen:  
Weniger schnell ins Stolpern  
oder Rutschen zu geraten.

## Auf die Sanduhr ist Verlass

Zähneputzen tun wohl alle mindestens zweimal am Tag. Das ist doppelt nützlich: Es beugt Karies vor und ... Sturzunfällen. Wer zum Zähneputzen auf nur einem Bein steht, gewinnt im Alltag mehr körperliche Agilität und Stabilität. Zähneputzen auf einem Bein: Tönt einfach, aber man muss sich jeweils im richtigen Moment daran erinnern. Die BFU ermöglicht dies mit einem kleinen Hilfsgegenstand: einer Sanduhr, die sich am Badezimmerspiegel oder rund ums Lavabo gut sichtbar anbringen lässt. Dann kann es losgehen: Sanduhr drehen und im Einbeinstand zwei Minuten die Zähne putzen. Verliert man das Gleichgewicht, einfach Standbein wechseln und weitermachen.

Leichter wird die Übung, wenn man sich mit einer Hand festhält, zum Beispiel am Lavabo. Fordernder ist der Einbeinstand, wenn man auf einer instabilen Unterlage steht – oder das zweite Bein seitlich oder rückwärts abspreizt.

Die Sanduhr gibts ab Anfang 2022 auf [sichergehen.ch](http://sichergehen.ch). Bereits heute finden Sie dort noch mehr Übungen.



Die BFU, Pro Senectute und die Gesundheitsförderung Schweiz haben entschieden, die Förderung des Trainings zur Sturzprävention in den kommenden Jahren verstärkt weiterzuführen.

Die Rheumaliga Schweiz, Physioswiss sowie der ErgotherapeutInnen-Verband Schweiz EVS und neu auch der Verein Seniorenrhythmik sind als Fachpartner mit von der Partie.



**sicher stehen**

**sichergehen.ch**

Expertin für Sturzprävention bei der BFU. Um sich bei Laub und Nässe – gewöhnlichen Herbstverhältnissen also – keine Sturzverletzungen zuzuziehen, lohne sich ein kombiniertes Training für Kraft, Schnellkraft, Gleichgewicht und ja, auch mentale Fitness.

#### **Selbstbewusstsein antrainieren**

Tatsächlich: Die mentale Fitness trägt gemäss Barbara Pfenninger ihren Teil dazu bei, im Herbst nicht zu stürzen – und sich nicht aus Sturzangst in der Wohnung verkriechen zu müssen. «Ideal ist es, motorische und kognitive Fähigkeiten gleichzeitig zu trainieren», rät Pfenninger und verweist auf die Trainingsideen von [sichergehen.ch](http://sichergehen.ch). Dort erhalte man Anregungen für das Training zu Hause und für regelmässige Bewegung in einem geeigneten Gruppenkurs – am besten beides abwechselnd. Das Ziel aller Übungen: Weniger schnell ins Stolpern oder Rutschen zu geraten. Und wenn es doch passiert: sich blitzschnell aufzufangen zu können. Wer dazu in der Lage sei, fühle sich gut, sagt Pfenninger. «Zu wissen, dass man gut trainiert ist, gibt Selbstvertrauen.»

Doch ist zwei- oder dreimaliges Training pro Woche nicht anstrengend? Pfenninger verneint. Aller Anfang könne schwer sein – aber nur, wenn man zu hart einsteige und sich überfordere. Daher erlaubt es ein Bewegungstest auf der Website, sich in eines der Trainingslevels einteilen zu lassen: «leicht», «standard» oder «plus». Als zusätzliche Stufe ist das Trainingslevel «mental» empfohlen; geeignet ist dieses für jede Fitnessstufe.

**Zu wissen, dass man gut trainiert ist,  
gibt Selbstvertrauen.**

#### **Bauchgefühl ernst nehmen**

Mentale Fitness erleichtert es letztlich auch, seine Fähigkeiten richtig einzuschätzen. Und die Tagesform. Pfenninger betont: «Wir alle erleben Tage, an denen wir in besserer oder schlechterer Verfassung sind. In höherem Alter kann sich ein schlechter Tag aber stärker auf das Unfallrisiko auswirken.» Sie plädiert dafür, bei prekären Verhältnissen oder schlechtem Bauchgefühl konsequent zu sein. Das heisst konkret: Bei eisigen Verhältnissen den Gang nach draussen im Zweifelsfall tatsächlich auch mal sein lassen.

# Das Leben ist ein Risiko

«Obwohl die Risiken rapide gestiegen sind, ist unsere Welt nicht unbedingt gefährlicher», erklärt Lucien Delley. Wie steht es um die Gefahren, den Mut und den Umgang mit dem Risiko? Fünf Fragen zur Risikogesellschaft an den Westschweizer Soziologen.

Text: Nathalie Wirtner Julmi



Lucien Delley verfügt über einen Abschluss in Sozialarbeit und Soziologie. Er ist Doktorand im Urban Sociology Laboratory der EPFL und Leiter der Abteilung Städtische Konfliktlösung, Betreuung und Sicherheit bei der Stadtverwaltung Lausanne.

1

Was treibt uns an, manchmal unser Leben zu riskieren?

Lucien Delley: Riskieren wird definiert als der Versuch, etwas zu wagen. Der Mensch will in seiner Vorstellung, innerhalb der Familie und in seinem Umfeld einen bestimmten Platz einnehmen. So ist schnelles Fahren eine von der Gesellschaft geschaffene Ausdrucksform für die Suche nach Intensität. In einer Gesellschaft voller Ansprüche ermöglicht das Eingehen von Risiken auch, sich zu positionieren, sich zu emanzipieren, sich lebendig zu fühlen.

2

Was hält die Gesellschaft von tollkühnen Zeitgenossen?

In der Gesellschaft werden Mut und Kühnheit verherrlicht, insbesondere im Film. Im Gegenzug dazu entwickelt sich ein umfassendes, institutionalisiertes Versicherungswesen, das Menschen bestraft, die Risiken eingehen.

3

Das heisst?

Um zu funktionieren und die Menschen sowie deren Besitz zu schützen, passt sich die Gesellschaft an das Risiko an. Sie muss alles tun, um die

Bevölkerung und die Güter zu beschützen und Unfälle zu verhindern. Die Folge ist eine explosionsartige Zunahme von Anfragen nach Gutachten jeder Art. Der Soziologe Marc Breviglieri nennt das Phänomen «die gesicherte Stadt».

4

Welche Präventionspolitik gilt es zu verfolgen?

Eine effiziente Präventionspolitik verleiht der Botschaft einen Sinn, ohne zu moralisieren. Es braucht einen verständnisvollen Ansatz, um die Menschen ohne Bevormundung zu erreichen, denn Risikobereitschaft hat gute Gründe. Das Verhalten weder zu verherrlichen noch zu verdammen, zeigt Wirkung. Ein ausgrenzender, selektiver Diskurs hingegen kann dazu ermuntern, Risiken einzugehen. Die Präventionspolitik sollte sich am Aufbau von Beziehungen und an der Sinnvermittlung orientieren.

5

Mit welchen Ansätzen kann der Umgang mit Risiken in der Gesellschaft verbessert werden?

Dazu gibt es drei Betrachtungsweisen. Bei der ausgrenzenden Betrachtungsweise geht es um einen ablehnenden Ansatz, der die Trennung beziehungsweise das Fernhalten einzelner Menschen oder der Gesellschaft von den Gefahren beinhaltet. Bei der selektiven Betrachtungsweise und der Einteilung in gute und schlechte Risiken werden Schranken errichtet, um den Zugang zu Handlungen, Orten oder Gegenständen zu beschränken. Dann gibt es noch die gewinnende Betrachtungsweise. Sie umfasst das Verständnis der Risiken, das Herstellen einer Beziehung und das Verfolgen eines zielgerichteten Ansatzes. Ein Beispiel: Wenn im Ausgang Autofahren und Alkohol im Spiel sind, sollte die Solidarität in der Gruppe gefördert werden. Also weder alles kategorisch verbieten noch alles tolerieren. Das ist der integrierende Ansatz.



## Die Verspieltheit von Kindern berücksichtigen

**Die Gerichtspraxis zeigt, dass dann höhere Anforderungen an die bauliche Sicherheit von Treppenhäusern in öffentlich zugänglichen Bauten gestellt werden, wenn hauptsächlich Kinder diese benutzen.**

Text: Regula Stöcklin

*Sachverhalt:* Der knapp fünfeinhalbjährige A verunfallte im Kindergarten. Dieser Kindergarten war in einem hundertjährigen Haus untergebracht. Das Geländer der Treppe wies eine Höhe von ca. 96 cm auf, wobei es über zwei Querstreben in der Höhe von 10 und 18 cm ab Boden verfügte. Die Breite des Zwischenraums zwischen den Längsstäben ermöglichte es, dass Kinder ihre Füsse auf die Querstreben stellen können. Während einer Pause lehnte sich A beim Zwischenboden des Treppenhauses über das Geländer, nachdem er sich – auf der oberen Querstrebe stehend – am Handlauf hochgestemmt hatte. Dabei bekam er Übergewicht und fiel in die Tiefe. Durch den Sturz zog er sich erhebliche Verletzungen zu. Die Kindergartenlehrerin war zu diesem Zeitpunkt mit einem anderen Kindergartenkind in einem Zimmer verblieben.

*Prozessgeschichte:* Die gesetzlichen Vertreter von A klagten gegen die Gebäudebesitzerin B aus Werkigentümerhaftung gemäss Art. 58 Obligationenrecht auf Schadenersatz und Genug-tuung, da der Unfall auf einen baulichen Mangel des Treppenhauses zurückzuführen sei. Das Kantonsgericht St. Gallen bejahte eine Haftung der Werkigentümerin B (Entscheid 2007/BZ.2006.100).

*Begründung des Gerichts:* Wird das Treppenhaus als Pausenraum des Kindergartens benützt, sind die Anforderungen an die Sicherheit bedeutend höher zu gewichten, als wenn es nur für seinen eigentlichen Zweck, das Wechseln zwischen den Etagen, verwendet wird. Dementsprechend muss sich die Werkigentümerin mit altersspezifischen Risiken besonders gründlich auseinandersetzen, beispielsweise der Neugier und Verspieltheit von Kindern sowie ihrem nur zum Teil entwickelten Gefahrenbewusstsein. Im konkreten Fall kam das Gericht zum Schluss, dass das fragliche Geländer die Kindergartenkinder zum Besteigen der Querstreben verleiten könne. Deshalb treffe die Werkigentümerin eine besondere Sicherungspflicht. B wären entsprechende Sicherheitsmassnahmen zumutbar gewesen.

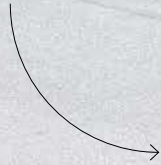
### Fazit

Benützen hauptsächlich Kinder das Treppenhaus eines öffentlich zugänglichen Gebäudes, sind an die bauliche Sicherheit höhere Anforderungen zu stellen. Gerade in Kindergärten, Kitas, Horten oder Schulen wäre es fatal, wenn nur auf die Aufsicht der Betreuungspersonen vertraut würde. Die motorischen Fähigkeiten von Kindern dürfen nicht unterschätzt und ihr Risikoverhalten nicht überschätzt werden. Zumindest die Eigentümerinnen und Eigentümer von Bauten, die für solche Zwecke umgenutzt werden, sollten demnach die Sicherheit ihrer Bauten durch eine Fachperson überprüfen lassen. Dies dient nicht nur der Werterhaltung, sondern auch der Unfallprävention und der Reduktion des eigenen Haftungsrisikos.

Weitere Informationen auf  
[bfu.ch/recht](https://bfu.ch/recht)



Im Gegensatz zu Motorfahrzeugen  
sind Antiblockiersysteme bei E-Bikes  
noch wenig verbreitet.







# Voll auf die Bremse

Eine Vollbremsung mit dem E-Bike ist heikel – besonders wenn es rutschig ist. Deshalb hat die BFU zusammen mit der Arbeitsgruppe für Unfallmechanik AGU Zürich Antiblockiersysteme bei E-Bikes getestet. Der Test zeigt Wirkung und Vorteile der neuen Systeme.

Text: Hans Frauchiger

**Gefühl** in den Fingerspitzen braucht der Testfahrer für Antiblockiersysteme bei E-Bikes. Er muss verschiedene E-Bikes auf unterschiedlichen Belägen des Dynamic Testcenters DTC in Vauffelin aus der konstanten Geschwindigkeit von 30 km/h mit einer Vollbremsung zum Stillstand bringen. Besonders knifflig, wenn der Untergrund rutschig ist, die Fahrbahn ein Gefälle aufweist, ein beladener Anhänger zusätzlich Schub verleiht oder das E-Bike zum Vergleich nicht mit ABS ausgerüstet ist und das Hinterrad gefährlich abhebt.

Das gleiche Fingerspitzengefühl brauchen auch die Ingenieure der Arbeitsgruppe für Unfallmechanik AGU Zürich, die die empfindlichen Messgeräte – GPS und Geschwindigkeitssensoren – haargenau installieren und einstellen. «Nur so erhalten wir auswertbare Daten über die Beschleunigung, den Anhalteweg und die Fahrspur», erklärt



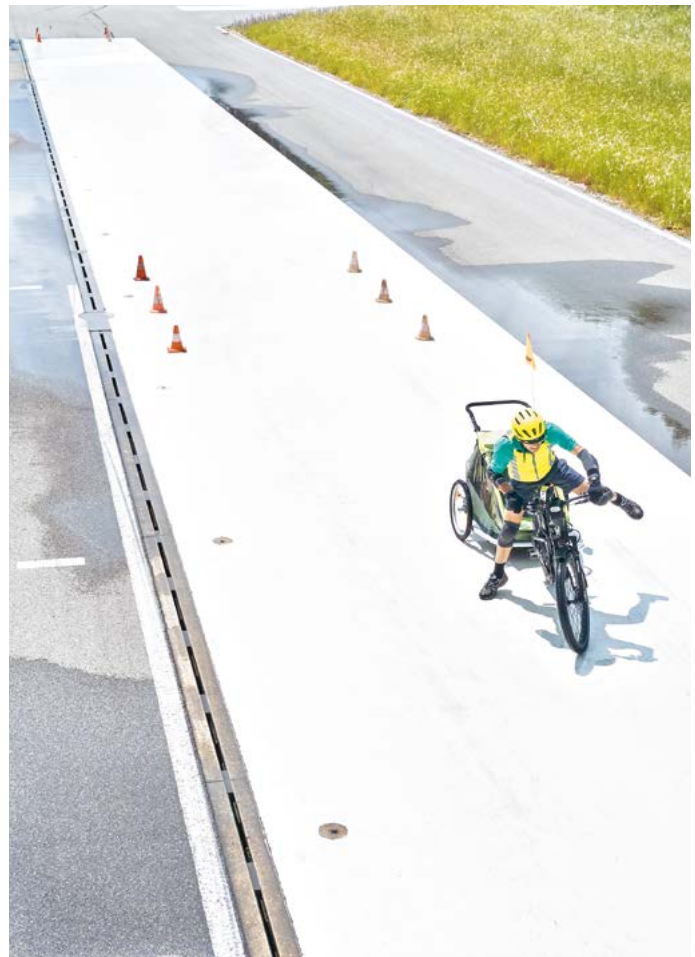


Produkttest



E-Bikes mit und ohne ABS, mit und ohne Anhänger, auf rutschiger und trockener Fahrbahn und im Gefälle: BFU und AGU Zürich bieten alle möglichen Bedingungen, unter denen E-Bike Fahrerinnen und E-Bike-Fahrer im Alltag bremsen müssen.

Bremsen mit dem E-Bike auf rutschiger Fahrbahn ist heikel und mit einem hohen Sturzrisiko verbunden.



Produkttest

Roland Grädel, Produkteexperte bei der BFU, das präzise Vorgehen bei jeder Testfahrt. Exakte Ergebnisse aus den einzelnen Bremsvorgängen sind notwendig, denn im Gegensatz zu Motorfahrzeugen sind Antiblockiersysteme bei E-Bikes noch wenig verbreitet.

«Bei drei Messstationen führten wir Vollbremsungen auf trockener Fahrbahn, auf dem Übergang von trockenem zu rutschigem Belag sowie auf rutschiger Fahrbahn durch», beschreibt Grädel. Und auch im Gefälle wurde getestet. «Ausserdem filmten wir alle Versuche, um die Verzögerung auch visuell analysieren zu können.»

### Erste Ergebnisse

Bremsen mit dem E-Bike auf rutschiger Fahrbahn ist heikel und mit einem hohen Sturzrisiko verbunden. Hier zeige das ABS deutliche Vorteile, so Grädel: «Bei einer Vollbremsung, vor allem bei rutschigem Untergrund und beim anspruchsvollen Übergang von einer griffigen zu einer rutschigen Fahrbahn, bleibt das E-Bike besser in der Fahrspur.» Dennoch sollte man sich trotz ABS nicht in falscher Sicherheit wiegen: Ein rutschiger Untergrund bleibt immer schwierig. Nachgewiesen wurde mit dem Test auch, dass sich bei

einer Vollbremsung mit ABS auf trockenem Untergrund das Blockieren des Vorderrads und ein Abheben des Hinterrads deutlich reduziert. Das verhindert, besonders im Gefälle, einen Überschlag.

Beim Fahren mit einem Anhänger ist zu beachten, dass dieser bei einer starken Bremsung auch trotz Vorhandenseins eines ABS-Systems ausbrechen oder instabil werden kann.

Roland Grädel zieht ein positives Testfazit: «Wegen der geringeren Gefahr eines Überschlags und der erhöhten Spurtreue bei einer Vollbremsung können wir uneingeschränkt empfehlen, ein E-Bike mit ABS zu kaufen.» Die AGU Zürich wertet nun alle erfassten Daten aus, und die BFU veröffentlicht die Erkenntnisse in einer wissenschaftlichen Publikation.

→ **Vollbremsung im Gefälle:**  
hier das Video anschauen







Wer im Strassenverkehr zu schnell unterwegs ist, muss erwarten, kontrolliert und gebüsst zu werden.

## Lieber eine Busse oder ein Zuspätkommen riskieren?

Text: Marc Bächler

**Wie Geschwindigkeitskontrollen die Verkehrssicherheit verbessern können, zeigt die neue Studie «Geschwindigkeitskontrollen – Empfehlungen aus Präventionssicht» der BFU.**

Geschwindigkeit hat als Unfallursache in den letzten zehn Jahre überproportional abgenommen. Dennoch ist eine überhöhte und eine den Verhältnissen nicht angepasste Geschwindigkeit häufig mit ein Grund für schwere Verkehrsunfälle. Nach Unaufmerksamkeit und Ablenkung sowie Vortrittsmissachtung sogar der dritthäufigste. Betrachtet man nur die tödlichen Unfälle, ist Geschwindigkeit die häufigste Ursache. Ein Viertel der Unfälle mit Todesfolge ist darauf zurückzuführen.

**Wichtig ist, dass Kontrollen von einem Grossteil der Fahrzeuglenkenden wahrgenommen werden.**

«Die Studie zeigt, dass sich die Verkehrssicherheit mit Geschwindigkeitskontrollen verbessern lässt», so Patrizia Hertach, Autorin der Studie und wissenschaftliche Mitarbeiterin der BFU. Dabei würden einerseits die Geschwindigkeitsspitzen gekappt – also wie viel man über dem Limit fährt. Andererseits führen Kontrollen dazu, dass auch unterhalb der Limits langsamer gefahren wird.

Dies dürfte Unfälle wegen unangepassten Geschwindigkeiten vorbeugen, also wenn jemand zwar unter dem Limit, aber für die Strassensituation (Nebel, enge Strassen, Kurven) dennoch zu schnell unterwegs ist. «Und genau diese unangepasste Geschwindigkeit macht den weitaus grössten Teil der Geschwindigkeitsunfälle aus», erklärt Patrizia Hertach. Die BFU schätzt zudem, dass jährlich rund 360 Schwerverletzte und Getötete vermieden werden könnten, wenn die gesetzliche oder signalisierte Höchstgeschwindigkeit konsequent eingehalten würde.

### **Abschreckung ist nötig**

Wer im Strassenverkehr unterwegs ist, muss erwarten, kontrolliert und gebüsst zu werden. Und nicht etwa abwägen und zum Schluss kommen, dass sich das Risiko einer Busse mehr lohnt als das Zuspätkommen, und deshalb aufs Gas drücken. «Ein Ziel der polizeilichen Kontrollen sollte es also sein, Fahrzeuglenkenden das Gefühl zu vermitteln, in eine Kontrolle geraten zu können. Tatsächlich Bussen auszustellen, ist dabei zweitrangig und sollte auch kein Indikator für den Erfolg einer Kontrolle sein», führt Hertach aus. Wichtig ist, dass Kontrollen von einem Grossteil der Fahrzeuglenkenden wahrgenommen werden – indem sie möglichst sichtbar durchgeführt und mit Öffentlichkeitsarbeit ergänzt werden.

Frau und Herr Schweizer sind grösstenteils nicht der Meinung, dass es zu wenig Kontrollen gibt, und die BFU fordert auch nicht mehr Kontrollen. Vielmehr müssten diese vermehrt dort stattfinden, wo das Rettungspotenzial am grössten ist. «Verhältnismässig viele Unfälle aufgrund von überhöhter Geschwindigkeit ereignen sich ausserorts. Deshalb wäre es angebracht, hier mehr zu kontrollieren. Dies aber nicht auf Kosten der Kontrollen innerorts», so Patrizia Hertach.

### **Zu schnelles Fahren darf kein Kavaliersdelikt sein**

Alkohol am Steuer ist in der Gesellschaft verpönt. Zu fest aufs Gas zu drücken, gilt hingegen oft als Kavaliersdelikt. «Das muss sich ändern, zu schnelles Fahren darf nicht bagatellisiert werden», fordert die Autorin. Dies bedingt Öffentlichkeitsarbeit. Sei es über Kampagnen oder schon in der Fahrausbildung. Die Unfallstatistik zeigt zudem, dass man sich dabei besonders auf Männer, junge Personen und Motorradfahrende konzentrieren sollte. «Diese Gruppe fährt besonders häufig mit überhöhter Geschwindigkeit, ist häufig in Geschwindigkeitsunfälle involviert, hat ein weniger ausgeprägtes Gefahrenbewusstsein und steht Kontrollen eher kritisch gegenüber», weiss Hertach. Keine einfachen Voraussetzungen also. Die BFU verstärkt deshalb ihre Aktionen bei diesen Personen – zum Beispiel bei jungen Motorradfahrern.

→ Studie lesen: [bfu.ch/bestellen](https://bfu.ch/bestellen)



# Weniger Tote, weniger Schwerverletzte

**Wie das Verkehrssicherheitsziel 2030 des Bundesamts für Strassen ASTRA erreicht werden kann, diskutiert die BFU mit verschiedenen Experten am BFU-Forum Strassenverkehr vom 17. November. Das diesjährige Forum findet als Online-Veranstaltung statt.**

Das Bundesamt für Strassen ASTRA hat sich das Ziel gesetzt, die Anzahl Todesopfer im Strassenverkehr bis 2030 auf 100 und jene der Schwerverletzten auf 2500 zu reduzieren. Ein Ziel, das ganz im Sinne der BFU ist, und dessen Erreichen sie mit ihrer Expertise unterstützen will. Das diesjährige BFU-Forum Strassenverkehr zeigt den Handlungsbedarf auf und bietet eine spannende Podiumsdiskussion, wie diese grosse Herausforderung gemeistert werden kann.

Ins Thema einstimmen wird alt Bundesrat Moritz Leuenberger mit einem historischen und persönlichen Rückblick auf das Massnahmenpaket «Via sicura», das aus der viel diskutierten «Vision Zero» entstanden ist.

In der von Sonja Hasler geleiteten Podiumsdiskussion werden Experten erörtern, für welche Problemfelder

Lösungen gefunden und welche Massnahmen ergriffen werden müssen, um das Verkehrssicherheitsziel des ASTRA zu erreichen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, online Fragen zu stellen.

Das BFU-Forum richtet sich an Politikerinnen und Politiker, Behörden und Präventionsfachleute sowie weitere Expertinnen und Experten.

---

## BFU-Forum Strassenverkehr 17. November 2021

Online-Veranstaltung,  
15.30–17.00 Uhr

→ Weitere Informationen und Anmeldung:  
[bfu.ch/forum](https://bfu.ch/forum)

---

## Das ganze Bild

**Dank einer Inspektion der Strassensicherheit durch die BFU erhielt die Gemeinde Estavayer 2020 ein Gesamtbild des Sicherheitsniveaus in ihrem Ort. Damit kann sie korrigierende Massnahmen planen, um die Sicherheitsdefizite zu beseitigen.**

Die Gemeinde Estavayer beauftragte die BFU mit einer Strassensicherheitsinspektion (Road Safety Inspection, RSI). Dies ist eines der Instrumente

des Bundesamts für Strassen ASTRA, um die Sicherheit der Strasseninfrastruktur zu gewährleisten. Auf einer Länge von etwa 56 Kilometern besteht das Strassennetz vor allem aus Gemeindestrassen, auch aber aus einigen Kantonsstrassen.

Nach der Analyse des Strassenplans führte die BFU eine Videoanalyse aller Achsen am Tag und in der Nacht durch. Dazu kamen Begehungen vor Ort von speziellen Abschnitten. So konnten Defizite bestimmt und in einem Sanierungskonzept mit 19 Teilberichten festgehalten werden, welches der Gemeinde überreicht wurde. Auf dieser Basis kann die Gemeinde Estavayer nun Massnahmen planen, um die Sicherheitsdefizite auf ihrem Strassennetz zu eliminieren.



# Ein Hockeyclub wechselt die Seite

Ab der Saison 2021/2022 spielt der HC Ambri-Piotta seine Heimspiele nicht mehr in der eiskalten und renovationsbedürftigen «Valascia», sondern in der neuen Hockeyarena, entworfen von Stararchitekt Mario Botta. Für die Sicherheit der Fans mit dabei: die BFU mit ihrem Chef-Sicherheitsdelegierten und Ambri-Fan Pascal Agostinetti.

Text: Hans Frauchiger



Sicherheit bis ins kleinste Detail.  
Die neue Hockeyarena in Ambri.

**Führt** man der Tessiner Sonne entgegen, sieht man kurz nach dem Gottard-Südportal das neue Stadion des HC Ambri-Piotta, direkt neben der Autobahn beim Flugplatz Quinto. Doch bereits vor der Grundsteinlegung hielt Pascal Agostinetti, BFU-Chef-Sicherheitsdelegierter der Südschweiz, die Pläne des künftigen Bauwerks in den Händen. Mit den Worten «Sie müssen mir helfen», sei Stararchitekt Mario Botta, der Planer des neuen Stadions, damals an ihn herantreten, erinnert sich Agostinetti. «Was für ein riesiges Kompliment für mich als Architekt, das von meinem Vorbild hören zu dürfen.» Mit Herzblut nahm der Chef-Sicherheitsdelegierte den Auftrag an, alle sicherheitsrelevanten Anlagen für das neue Stadion zu untersuchen: «So etwas führt man als Sicherheitsexperte vielleicht ein Mal in seiner Laufbahn aus.»

Anhand der detaillierten Pläne wurde alles geprüft, was mit dem Schutz der Zuschauerinnen und Zuschauer zu tun hat: die Absturzsicherungen auf Metall und Glas bei den Tribünen, die

VIP-Zone aus Glas, die Treppenanlagen, Rampen, Geländer sowie die Absperrungen in den Fankurven. «Es ist ideal, dass wir bereits in der Planungsphase an die Sicherheit und die Einhaltung der Normen denken und unsere Empfehlungen einbringen konnten», so Agostinetti, und er lobt die enge Zusammenarbeit mit dem Sicherheitsdelegierten der Gemeinde Quinto und dem Sanitätsdienst des Kantons Tessin.

## Grosse Emotionen

«Im Abschlussbericht unserer Untersuchungen legten wir offen, wo es noch Diskussionsbedarf gibt», erläutert Agostinetti. Beispielsweise bei der Höhe der Geländer, die an gewissen Stellen die Sicht der Zuschauerinnen und Zuschauer beeinträchtigen könnten. «Dort prüfen wir, welche Höhe zulässig und vertretbar ist.» Bei einer Tribüne gäbe es mehr Spielraum, in einer Kurve mit den aktiven Fans müsse der Schutz absolut gewährleistet sein. Im Gespräch mit Architekt Mario Botta erwähnte dieser die viel geringere Geländerhöhe, die er bei der Renovation und Erweiterung der Mailänder Scala realisierte. Das bringt Agostinetti zum Schmunzeln. In einem Opernhaus gehe es weit weniger heiss zu und her als in einem Eishockeystadion. «Da wägen wir zwischen Sichtbehinderungen und der Personensicherheit schon sehr sorgfältig ab.»

Der Umzug des HC Ambri-Piotta von der renovationsbedürftigen, eiskalten «Valascia» am lawinengefährdeten Standort hinüber ins neue Stadion auf der anderen Talseite bedeutet für die Region, den Verein und das Publikum einen grossen Fortschritt und sicherheitstechnisch eine Aufwertung. Davon ist der eingefleischte Ambri-Fan Agostinetti, der kein Eishockeyspiel auslässt, überzeugt. Er freut sich: «Bei der neuen Arena meines Vereins durfte ich ein kleines Stück mit dabei sein. Darauf bin ich stolz.»



# Waghalsig, wer im Dunkeln joggt?



Partner

Bei Dunkelheit ist das Risiko von Verkehrsunfällen doppelt so hoch wie am Tag. Das gilt auch fürs Joggen. Dann bedeutet Sichtbarkeit mehr Sicherheit: Mit dem Tragen von heller statt dunkler Kleidung, kombiniert mit reflektierenden Bändern an Hand- und Fussgelenken, ist man aus der vierfachen Distanz sichtbar. So können die Vorteile des Joggens zu jeder Jahreszeit genossen werden.

Gerne mit dem Velo oder E-Bike unterwegs? Hier gilt das gleiche Prinzip: Das Tragen von heller oder fluoreszierender Kleidung, das Fahren mit Licht auch am Tag und ein Velo oder E-Bike mit reflektierenden Pneu's und Accessoires sowie Speichenreflektoren erhöhen die Sicherheit. Darauf wird die Polizei am Tag des Lichts am 4. November 2021 hinweisen. Geplant sind verschiedene Aktionen zur Aufklärung von allen Personen, die zu Fuss, auf dem Velo, mit dem Motorrad, einem Trottinett oder Skateboard unterwegs sind: «Nur wer leuchtet, wird rechtzeitig gesehen.»

→ Mehr Infos auf [bfu.ch/sichtbarkeit](https://bfu.ch/sichtbarkeit)

## Krankswagen rollen für die Prävention



Für die Sicherheit unterwegs:  
Krankswagen im Kanton Freiburg.

Der Ambulanzdienst des Gesundheitsnetzes Saane im Kanton Freiburg versorgt 106 000 Menschen und führt jedes Jahr mehr als 5000 Einsätze durch. Neu dienen drei Rettungsfahrzeuge als Träger von Präventionsbotschaften. Seit dem Frühling 2021 zeigen sie ausgewählte Kampagnen der BFU.

«Weil wir täglich mit Unfällen konfrontiert sind, sind wir motiviert,

Präventionsbotschaften zu vermitteln», erklärt Sabrina Guisolan, Rettungssanitäterin HF. «Als Akteure an vorderster Front kommt uns eine wichtige Rolle bei der Sensibilisierung und dem Schutz der Bevölkerung zu.» Dieser Ansatz eröffnet Wege für neue Kooperationen - ein Gewinn für die Menschen und für alle Präventionsbeauftragten.



# Schneesicher



Wie vermitteln Skilehrerinnen und Snowboardleiter am besten das sichere Verhalten auf der Piste? Ganz einfach: mit der Web-App «Snow Safety», ab der kommenden Saison auf Deutsch, Französisch, Italienisch und Englisch erhältlich.

Snow Safety beinhaltet viel Lernstoff für Ausbilderinnen und Ausbilder, ebenso für ihre Kurs teilnehmenden. Kurze Erklär videos, Übungsideen und ein Quiz für alle, die sich beim Ski- oder Snowboardfahren noch sicherer verhalten möchten. Zum Beispiel, wie man sich korrekt ausrüstet, einander nicht in die Quere kommt, die Markierungen und Signale richtig deutet oder welche Orte für ein Verschnaufen geeignet sind. Denn das alles kann ziemlich komplex sein, sobald man am Hang steht.

An den Inhalten der Web-App «Snow Safety» mitgearbeitet haben das Bundesamt für Sport (J+S), Swiss-Ski und Swiss Snowsports. Auf der Website snowsafety.ch startet die Web-App automatisch, und wer immer wieder darauf zurückgreifen will, kann die Web-App auf dem Home-Bildschirm des Handys abspeichern.

→ Die Web-App «Snow Safety» bietet viel Lernstoff für Ausbilderinnen und Ausbilder.



## No risk, no fun?

Ein gewisses Risiko gehört beim Sport dazu, schliesslich findet er ja nicht auf dem Sofa statt. Mit dem richtigen Verhalten können Sportlerinnen und Sportler aber dafür sorgen, dass nur sie ins Schwitzen geraten – und nicht das Spitalpersonal.

Spass beim Training und ein angepasstes Risikoverhalten schliessen sich nicht aus. Ob beim Fussballspielen, Mountainbiken oder Joggen: Eine sorgfältige Vorbereitung, das Erlernen der Technik und eine gute Ausrüstung helfen, Sportunfälle zu vermeiden.

Dass es beim Sport auch zu Verletzungen kommt, ist den meisten klar. Das Ausmass und die weitreichenden

Folgen sind aber den wenigsten bewusst. In der Schweiz gibt es jedes Jahr rund 51 000 schwere und mittelschwere Verletzungen durch Sportunfälle. Das sind fast viermal mehr als im Strassenverkehr.

Das muss nicht sein. Damit der Lieblingssport möglichst lange und unfallfrei ausgeübt werden kann, lohnt sich ein Blick auf die Präventionstipps der BFU. Auf [bfu.ch/sport](http://bfu.ch/sport) finden sich Ratgeber zu über 70 Sportarten. Ausserdem fährt die BFU seit Ende September eine neue Welle ihrer Präventionskampagne, die für die Unfallgefahren beim Sport sensibilisiert. Die Kampagne beinhaltet einen nationalen Plakatausgang, Aktivitäten auf Social Media und einen attraktiven Wettbewerb.

# Die Hauptsache beim Skifahren

skihose schon wieder zu eng?

Nächste Bindungskontrolle  
**2022**  
bfu  
bpu  
upi

Hauptsache, die Skibindung passt.  
Jetzt beim Fachhändler einstellen und Verletzungsrisiko senken.

bfu  
bpu  
upi

bfu.ch/skivignette

Sport

Was braucht es, um auf Ski sicher die Piste runterzukommen? Eine gute körperliche Verfassung, die richtigen Wetterbedingungen - und zum Saisonstart die Kontrolle der Skibindung im Fachgeschäft. Die korrekt eingestellte Bindung löst bei einem Sturz zum richtigen Zeitpunkt aus - so reduziert sich das Risiko von Knöchel- und Unterschenkelverletzungen.

Fast 800 Sportgeschäfte bieten das korrekte Einstellen der Skibindung mit einem zertifizierten Prüfgerät und nach geltender Norm in der Schweiz an. Die Einstellung erfolgt aufgrund der persönlichen Angaben und zusammen mit dem Skischuh der Kundin oder des Kunden. Die aufgeklebte BFU-Skivignette bestätigt sowohl die Kontrolle als auch die richtige Einstellung der Skibindung.

Haben Sie die Ski in der letzten Saison selten oder gar nicht benützt? Ist Ihr Gewicht gleich geblieben? All das ist massgebend: Skibindungen sind empfindlich, beispielsweise darauf, wie ein Ski gelagert wurde. Deshalb garantiert die jährliche Kontrolle durch eine Fachperson mehr Sicherheit - und mehr Spass auf der Piste.

→ Die Liste mit den zugelassenen Geschäften finden Sie auf [bfu.ch/skivignette](https://bfu.ch/skivignette)



## Kleine Dinge, grosse Gefahr

Kinder wollen die Welt um sich herum entdecken. Damit sie das gefahrlos tun können, sensibilisiert die BFU Eltern und Betreuungspersonen mit den neuen OUUPS!-Videos zu den Themen Stürzen, Ertrinken, Verbrennungen und Schnittverletzungen. Klingt genauso gefährlich wie bei «Jurassic Park». Der Blick hinter die Kulissen einer Videoproduktion.

Text: Hans Frauchiger





zwei Jahre alt, beim Gartenteich nicht älter als vier Jahre. Und auf dem Wickeltisch erst einige Monate. Kinder sind dann noch keine Schauspieler, doch überraschen manche mit ihrem Naturaltalent. Ihre Eltern, die immer beim Dreh anwesend sind, haben eine wichtige Funktion. Wissen sie, worum es geht, strahlen sie Ruhe aus, und die Kinder machen gut mit. Weil die Filme auf Dialoge verzichten und im Drehbuch jede Szene vorgezeichnet ist, findet man schnell die ideale Position zum Drehen und die Kinder haben dadurch die Geduld, etwas auch mal zu wiederholen. Klappt eine bestimmte Einstellung nur mit der Unterstützung eines Stückchens Schokolade, will dieses auch mit Wonne verspeist werden. Sonst geht gar nichts mehr.

Aus verschiedensten Perspektiven gefilmt: die Produktion der neuen OUUPS!-Präventionsvideos.

Die Kameracrew muss bereit sein, spontan auf Situationen zu reagieren und Schnapshotschüsse zuzulassen. Oder eine noch bessere Position für die Aufnahme zu finden. Das kann mal auf dem Bauch liegend oder mitten im Gartenteich stehend sein. Sowieso ist jeder und jede am Set sofort präsent, wenn Haare gerichtet und Kleider geglättet werden müssen oder ein Requisit fehlt. Auch die Familie, die am Drehort wohnt, zeigt riesige Gelassenheit, wenn sie ihr Zuhause drei Tage lang mit einer quirligen Filmcrew teilt.

**Spielberg** benötigte für seinen Actionfilm eine ganze tropische Insel im Pazifik. Der BFU für ihre OUUPS!-Präventionsvideos genügt ein Einfamilienhaus im idyllischen Limpachtal. Auch das bietet eine Menge: neben Treppe, offener Küche und einem grossen Garten samt Gartenteich genügend Platz für die kleinen und grossen Darstellerinnen und Darsteller, die gesamte Filmcrew, ihr umfangreiches Equipment und sämtliche Requisiten. Eines haben Präventionsvideos mit Blockbustern gemeinsam: Sie geben nur einen Bruchteil davon wieder, was es für einen gelungenen Film braucht. Deshalb zeigen wir, wie unter dem Motto «Kleine Dinge, grosse Gefahr» neue Präventionsvideos entstehen.

Wirken Kinder in OUUPS!-Videos mit, müssen sie in die Alterskategorie der betreffenden Unfallgefahr passen. Bei der Ertrinkungsgefahr im Planschbecken beispielsweise sind sie maximal

**Da greift man, wie in Hollywood, in die filmische Trickkiste.**

Bei Filmproduktionen legt die BFU grössten Wert auf Sicherheit. Auch wenn in den OUUPS!-Videos Gefahren zu sehen sind: die Kinder sind beim Drehen nie einer gefährlichen Situation ausgesetzt. Da greift man, wie in Hollywood, in die filmische Trickkiste. Kochendes Wasser oder Glascherben werden nachträglich hineinmontiert oder entstehen durch Zusammenschnitt. Das haben BFU-Präventionsvideos mit «Jurassic Park» gemeinsam: Auch dort laufen keine echten Dinos rum.

→ **Weitere Infos auf [ouups.ch](http://ouups.ch)**



Aufwendiges Filmset: Ein 10-Sekunden-Spot braucht 6 Stunden reine Drehzeit.



Kampagne



# Vermassle es nicht

Auf dem Motorrad haben Jugendliche ein besonders hohes Unfallrisiko. Darauf reagiert die BFU gemeinsam mit der Föderation der Motorradfahrer der Schweiz FMS mit einer neuen Präventionsaktion. Jugendliche haben sie mitentwickelt.

Text: Hans Frauchiger

**Zwischen** 2016 und 2020 verletzten sich 281 Jugendliche im Alter von 15 bis 17 Jahren bei einem Töf-funfall schwer, vier kamen ums Leben. Ab 2021 könnten die Unfallzahlen weiter ansteigen, da diese Altersgruppe seit diesem Jahr leistungsstärkere und damit schnellere Motorräder fahren darf. Mit zunehmender Geschwindigkeit steigt das Unfallrisiko - und wenn etwas passiert, nimmt auch die Verletzungsschwere zu. Hinzu kommt: Jungen Bikerinnen und Bikern fehlt es an Erfahrung, sie verhalten sich in diesem Alter risikoreicher und überschätzen sich schnell selbst. Zusammen mit einer starken Maschine eine riskante Mischung.

«Uns war klar, dass wir uns der veränderten Gesetzeslage anpassen und vorausschauend neue Wege gehen müssen, um die künftigen Motorradfahrerinnen und Motorradfahrer zu erreichen», erklärt Claudia Bucher, Kampagnenleiterin bei der BFU. Deshalb ist für die Umsetzung der Präventionskampagne eine Agentur ausgewählt worden, die vor allem im digitalen Bereich tätig ist, die Generation Z versteht und mit ihr in den Dialog treten kann. «So entstand auch das Kampagnenkonzept gemeinsam mit Jugendlichen. Immer wieder haben wir sie involviert und nachgefragt, ob sie unsere Botschaften verstehen», so Bucher.

Entstanden sind fünf Videos, die auf den ersten Blick nicht nach Präventionsaktion aussehen, und die in die Welt der Jugendlichen passen. Surrile Settings, ein diverser Cast sowie Stunts ziehen die Aufmerksamkeit auf sich. «Es ist erstaunlich, wie viel Geschichte in einem 10-Sekunden-Spot erzählt werden kann», betont Claudia Bucher. Bild und Ton entsprechen dabei den Formaten, die Jugendliche in ihrer Freizeit auf dem Smartphone konsumieren. Der Claim «Don't mess it up» bringt dabei auf den Punkt, worauf es ankommt: Wer auf dem Motorrad nicht aufpasst, kann es schnell vermasseln und in gefährliche Situationen geraten.

**«Immer wieder haben wir sie involviert und nachgefragt, ob sie unsere Botschaften verstehen.»**

Claudia Bucher, Kampagnenleiterin

«Ausgespielt werden die Spots auf Instagram, TikTok und Snapchat», erläutert die Kampagnenleiterin. Hinzu kämen viele weitere Massnahmen. Gewinnspiele animieren dazu, sich auf dontmessitup.ch intensiver mit dem sicheren Verhalten auf dem Motorrad auseinanderzusetzen. Auf die klassischen Kanäle wie Plakate oder TV wird verzichtet. Das sei ein Vorteil einer Kampagne in den sozialen Medien, so Claudia Bucher: «Denn Klickzahlen, Interaktion und Reichweite - und somit ihr Erfolg - sind klar messbar.»

→ **Ein Hauch von Hollywood - die Spots anschauen auf: [dontmessitup.ch](https://dontmessitup.ch)**



Der neue Präventionsworkshop «Swiss Cheese Model» animiert zum Nachdenken, Diskutieren – und Mitmachen.

# Alles kein Käse

Text: Hans Frauchiger

**Was Unfallprävention mit Käse zu tun hat, zeigt ein neuer Präventionsworkshop für Unternehmen.**

Legt man eine Scheibe Emmentaler auf ein Stück Brot, sieht man durch die Löcher das Brot. Eine zweite Scheibe drauf, doch da ist immer noch Brot. Wie viele Scheiben braucht es überhaupt, damit der Käse das ganze Brot abdeckt? Mit dieser Geschichte führt Raphael Burry, Berater Unternehmen bei der BFU, in den neuen Präventionsworkshop «Swiss Cheese Model» ein. Er greift als Beispiel aus dem weiten Feld der Unfallgefahren die heisse Herdplatte heraus und erklärt, wie mehrere Massnahmen zusammenspielen, um einen Unfall zu verhindern.

Die Rückwand des grossen Käsemodells symbolisiert das Brot. Burry fordert die Teilnehmenden auf, diese Wand mit Bällen zu treffen und so einen Alarm auszulösen. Was kein Problem ist. Auf's Bei-

spiel der heissen Herdplatte übertragen: ohne Schutz ist es einfach, sich zu verbrennen. Nun sollen sich die Teilnehmenden in einer Gruppe Gedanken machen, wie sich mit technischen Massnahmen ein Unfall vermeiden lässt. Hier wäre eine der Möglichkeiten ein Herdschutzgitter vor der heissen Platte. Nun schiebt Burry eine Käsescheibe mit Löchern vor die Rückwand. Sie symbolisiert die technischen Massnahmen. Wieder werfen die Teilnehmenden die Bälle, doch durch die grossen Löcher der Käsescheibe ist die Rückwand immer noch einfach zu treffen.

«Also Scheibe Nummer zwei davorschieben», sagt Burry – das seien die organisatorischen Massnahmen. Zum Beispiel ein Schild mit der Aufschrift «Vorsicht heiss». Die sichtbare Rückwand ist geschrumpft, doch noch immer treffen die Bälle die Rückwand. Die dritte Scheibe symbolisiert die persönlichen Massnahmen – vielleicht das Tragen eines Schutzhandschuhs? Die Lücken sind jetzt recht klein; schwierig, aber nicht unmöglich, den Alarm auszulösen. Darum heisst die letzte Scheibe, die Burry ins Modell schiebt, «Substitution», der Ersatz durch ein sicheres Produkt. Dies ist oftmals die am schwierigsten umzusetzende Massnahme. Jetzt ist die Unfallgefahr vollständig abgedeckt, und die Teilnehmenden haben alle Möglichkeiten erarbeitet, um den Unfall zu vermeiden.

«Dieser Workshop ist entstanden, weil wir immer wieder Anfragen zu allgemeinen Unfallthemen hatten», erzählt Raphael Burry. Denn Präventionsverantwortliche in Unternehmen wollen alle Mitarbeitenden ansprechen und sich thematisch nicht auf eine Sportart oder etwas aus dem Bereich von Haus und Freizeit festlegen, das nur für

**Das Swiss Cheese Model lässt sich spielerisch auf alle Unfallthemen übertragen.**

einzelne von Interesse sei. «Und das Swiss Cheese Model lässt sich spielerisch auf alle Unfallthemen übertragen», so Burry. «Was alle anspricht, ist das Bällewerfen, das Diskutieren in der Gruppe, der Dialog mit mir als Leiter.» Schliesslich gehe es darum, Freizeitunfälle in der ganzen Belegschaft zu verhindern. Denn jeder Unfall weniger bedeutet fürs Unternehmen weniger Arbeitsausfall. Dieses Ziel ist kein Käse.

→ **Mehr dazu auf:**  
[bfu.ch/praeventionsworkshops](http://bfu.ch/praeventionsworkshops)



# Sicherheit mit Köpfchen

Text: Hans Frauchiger



**Zwei neue SafetyKits, «Schnittverletzungen» und «Heimwerken», machen für Mitarbeitende in Ihrem Unternehmen die Freizeit noch sicherer.**

Kurz unaufmerksam sein genügt, und zerbrochenes Glas, ein scharfer Dosendeckel oder die Klinge beim Gemüseschneiden lassen Blut fließen. Schnittverletzungen sind

schnell passiert - und können tief gehen. Mit dem kostenlosen SafetyKit «Schnittverletzungen» werden Ihre Mitarbeitenden für den sicheren Umgang mit Klingen, Scherben und Blech sensibilisiert. Neben Plakat, Flyer, Powerpoint-Präsentation und Video liegt ein praktisches Sicherheitsmesser bei.

Auch zu Hause werken ist im Trend. Leider gibt es beim Nägel einschlagen, Löcher bohren oder Holz zuschneiden immer wieder Unfälle. Um das zu vermeiden, erscheint das SafetyKit «Heimwerken» im neuen Look - und dazu gibt es ein Multifunktions-Tool.

→ **Weitere Infos und die Bestellmöglichkeit auf [bfu.ch/safetykit](http://bfu.ch/safetykit)**

# Hoher Stuhl – tiefer Fall

Text: Marc Bächler



**Mit einem Hochstuhl können auch die Kleinsten bei den Grossen am Tisch sitzen. Damit es keinen tiefen Fall gibt, gilt es beim Kauf ein paar einfache Dinge zu beachten.**

Das A und O bei einem Hochstuhl ist die Standsicherheit. Je breiter die Basis, desto stabiler steht er. Ein Tipp für den Alltag: Der Hochstuhl sollte stabil gebaut und sicher stehen, ohne dass die Stuhlbeine zur Stolperfalle werden. Denn sonst stürzen die Eltern darüber. Das kann nicht nur zu Verletzungen führen, sondern auch dazu, dass das Essen überall auf Tisch, Boden und Nachwuchs verteilt wird – wobei das auch sonst passiert, wie Eltern nur zu gut wissen.

Weiter schonen mit den Kindern mitwachsende Stühle nicht nur das Portemonnaie, sondern sie erhöhen auch die Sicherheit, da sich Fussstützen und Sitztiefe anpassen lassen.

Kinder bewegen sich im Hochstuhl dauernd, wollen etwas zeigen oder greifen, stehen sogar auf. Da ist ein Sturz schon fast vorprogrammiert. Deshalb sollten Kleinkinder zumindest mit einem Bauch- und Schrittgurt gesichert werden. Noch besser ist ein zusätzlicher Schultergurt. Eine hohe Rückenlehne – mindestens 25 cm – verhindert zudem, dass das Kind nach hinten kippt.

Beim Kauf genau hinschauen: Hochstühle mit der Normbezeichnung EN 14988 erfüllen wichtige Sicherheitsstandards. Ein Blick in die Gebrauchsanweisung lohnt sich ebenfalls; dabei sind insbesondere die Warn- und Sicherheitshinweise zu beachten.

Und auch der sicherste und stabilste Hochstuhl ersetzt die Aufsicht nicht. Denn Kinder wollen immer die Welt entdecken – besonders aus der Höhe. Eltern sollten immer in Reichweite bleiben.

→ [bfu.ch/produkte](https://bfu.ch/produkte)







Schon ein  
Glas Wein  
trübt den  
klaren Blick  
im Verkehr.

1.070.01 - 10.2021 © BFU

**bfu**  
**bpa**  
**upi**

Beratungsstelle für  
Unfallverhütung

Postfach, 3001 Bern  
info@bfu.ch bfu.ch