

# Checkliste sicherer Haushalt

Lassen Sie die Sicherheit Einzug halten



# Wie sicher wohnen Sie?

600 000 Unfälle ereignen sich jährlich in Haus und Freizeit, die Hälfte davon sind Stürze. Sie können Einfluss darauf nehmen, indem Sie Ihr Zuhause sicher machen und Gefahrenstellen beseitigen. Oft fallen diese aber erst auf, wenn es zu spät ist. Nehmen Sie darum mit unserer Checkliste Raum für Raum unter die Lupe und machen Sie Gefahrenquellen ausfindig. Mit meist wenig Aufwand können Sie diese dann beseitigen. Damit Sie sicher wohnen.



Nehmen Sie sich ca. eine halbe Stunde Zeit und beantworten Sie die Fragen, indem Sie das entsprechende Kästchen ankreuzen. Am besten machen Sie dies zusammen mit einer zweiten Person. Falls eine Frage für Sie bzw. Ihr Heim nicht zutrifft, überspringen Sie sie und berechnen Sie dafür keine Punkte. Zählen Sie die Punkte neben Ihren Kreuzen für jeden Wohnbereich zusammen und tragen Sie die Zahl im entsprechenden Feld ein. Eine Auswertung pro Wohnbereich finden Sie am Ende dieser Broschüre.

# Checkliste

1. Hauseingang			
Fragen	ja	teilweise	nein
1.1 Sind der Zugang zu Ihrer Haustür und die Hausnummer nachts automatisch beleuchtet?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.2 Ist ein Handlauf oder ein Treppengeländer vorhanden, um auch Kinder vor einem Absturz zu bewahren? Oder falls eine Rampe vorhanden ist: Ist diese mit einem Handlauf gesichert?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.3 Sind Treppenstufen auch bei Nässe rutschfest und sind die Kanten gut sichtbar?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.4 Sind Teppiche und Fussmatten rutschsicher?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.5 Sind Teppiche oder Bodenbeläge frei von Stolperfallen (hoch stehende Ecken, Fransen, Wellen)?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.6 Sind Glaseinsätze in Türen für Kinder und Erwachsene als solche erkennbar?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.7 Sind Glaseinsätze in Türen aus Sicherheitsglas gefertigt?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
1.8 Sind Absturzstellen mit einem Geländer oder Zaun gesichert?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Total</b>			

## 2. Wohnräume/Korridore

Fragen	ja	teilweise	nein
2.1 Sind Gehbereiche ausreichend beleuchtet?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.2 Sind Ihre Teppiche und Läufer rutschsicher?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.3 Sind Ihre Teppiche oder Bodenbeläge frei von Stolperstellen (hoch stehende Ecken, Wölbungen)?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.4 Sind Ihre Räume frei von Hindernissen, die den Durchgang erschweren (Kabel, Telefonleitungen, Körbe usw.)?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.5 Haben Sie hohe, schmale Möbel (z. B. Bücherregale) gegen Umkippen an der Wand befestigt?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.6 Sind Treppenabgänge für Kleinkinder gesichert?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.7 Sind Stellen, bei denen eine Absturzgefahr besteht, durch Geländer/Brüstungen gesichert?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.8 Bewahren Sie generell Medikamente so auf, dass sie für Kinder unerreichbar sind?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
2.9 Lassen Sie Kerzen nur unter Aufsicht brennen?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Total</b>			

### 3. Küche

Fragen	ja	teilweise	nein
3.1 Sind die Arbeitsflächen hell ausgeleuchtet?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.2 Wischen Sie den Boden gleich auf, wenn etwas verschüttet worden oder ausgeflossen ist?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.3 Bewahren Sie Putzmittel und sonstige Chemikalien so auf, dass sie für Kinder unerreichbar sind?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.4 Bewahren Sie Flüssigkeiten in den Originalflaschen auf und nicht in Getränkeflaschen?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.5 Stellen Sie die Pfannen auf dem Kochherd so, dass kein Stiel oder Griff über den Herdrand hinausragt?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.6 Benützen Sie einen Kinderherdschutz, wenn Sie kleine Kinder in der Wohnung haben?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.7 Haben Sie eine Feuerlöschdecke griffbereit?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
3.8 Benützen Sie zum Hinaufsteigen eine standsichere Leiter?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
3.9 Benützen Sie bei der Arbeit gut sitzende Schuhe mit niedrigen Absätzen und rutschfester Sohle?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Total</b>			

## 4. Schlafzimmer

Fragen	ja	teilweise	nein
4.1 Ist die Beleuchtung auch vom Bett aus bedienbar?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
4.2 Haben Sie eine funktionierende Taschenlampe griffbereit?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
4.3 Bewahren Sie allfällige Waffen und Munition für Kinder unerreichbar auf?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
4.4 Können Sie im Notfall auch vom Bett aus telefonieren?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 1
4.5 Haben Sie einen batteriebetriebenen Rauchmelder im Zimmer oder zumindest davor montiert?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 1
4.6 Sind Etagenbetten/Kajütenbetten an der Wand befestigt?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
4.7 Ist das Öffnen der Fenster in Kinderzimmern für Kinder nur schwer möglich?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
4.8 Sind die Steckdosen im Kinderzimmer abgesichert?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Total</b>			

## 5. Badezimmer/Duschraum

Fragen	ja	teilweise	nein
5.1 Sind Badezimmerteppiche mit einem rutschhemmenden Rücken oder einem Teppichgleitschutz versehen?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.2 Ist der Fussboden auch bei Nässe rutschfest und trittsicher?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
5.3 Haben Bade- und Duschwanne einen rutschfesten Belag oder sind sie mit Gleitschuttmatten oder Gleitschutzstreifen versehen?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.4 Ist das Badetuch von der Bade-/Duschwanne aus bequem zu erreichen?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.5 Bewahren Sie kosmetische Artikel und Medikamente für Kinder unerreichbar auf?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.6 Sind die Steckdosen im Badezimmer und in anderen Nassräumen mit Fehlerstrom-Schutzschaltungen gesichert?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.7 Verwenden Sie im Badezimmer nur batteriebetriebene Radios und Telefone?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
5.8 Benützen Sie den Haarföhn vor/über leerem Wasserbecken oder leerer Badewanne und bei zugedrehtem Wasserhahn?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.9 Ziehen Sie den Stecker von Haarföhn oder Rasierapparat bei Nichtgebrauch aus?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
5.10 Ist bei den Wasserhähnen die Heisswassertemperatur auf max. 55 °C begrenzt (spezielle Temperaturregler)?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Total</b>			

## 6. Keller/Waschküche

Fragen	ja	teilweise	nein
6.1 Sind Treppen und Räume hell beleuchtet?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
6.2 Ist Ihre Kellertreppe frei von Gegenständen, über die Sie stolpern könnten?	<input checked="" type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
6.3 Hat die Treppe ein Geländer/einen Handlauf?	<input checked="" type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
6.4 Ist der Fussboden im Wäschetrocknungsraum auch bei Nässe rutschfest?	<input checked="" type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
6.5 Bewahren Sie Reinigungsmittel sowie weitere Chemikalien für Haus und Garten für Kinder unerreichbar auf?	<input checked="" type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Total</b>			

## 7. Bastelraum

Fragen	ja	teilweise	nein
7.1 Ist der Bastelraum hell ausgeleuchtet?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.2 Achten Sie darauf, dass der Boden frei ist von Werkzeugen, Kabeln oder anderen Gegenständen, über die man stolpern könnte?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.3 Bewahren Sie Farben, Lacke, Verdüner und sonstige Chemikalien für Kinder unerreichbar auf?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.4 Sind die Steckdosen im Bastelraum mit Fehlerstrom-Schutzschaltungen gesichert?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.5 Lesen Sie nach dem Kauf einer neuen Maschine die Betriebsanleitung vor dem ersten Gebrauch?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.6 Tragen Sie bei Arbeiten, die die Augen gefährden, eine Schutzbrille?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.7 Verwenden Sie beim Arbeiten mit Tischkreis- und Bandsäge ein Stossholz oder einen Schiebestock?	<input type="checkbox"/> 0	<input checked="" type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
7.8 Ist ein Verbandskasten mit Verbandsmaterial und Desinfektionsmittel in der Nähe?	<input type="checkbox"/> 0		<input checked="" type="checkbox"/> 1
<b>Total</b>			

## 8. Garten

Fragen	ja	teilweise	nein
8.1 Tragen Sie bei Gartenarbeiten gut passende, solide Schuhe mit einer stark profilierten Sohle?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.2 Verwenden Sie Leitern, die in einem sicheren Zustand sind?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.3 Verwenden Sie für Elektrorasenmäher, Heckscheren, Trimmer usw. eine speziell dafür vorgesehene Kabelrolle mit einem Fehlerstrom-Schutzschalter?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.4 Halten Sie kleine Kinder von motorbetriebenen Maschinen fern?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.5 Ist Ihr Wasserfass mit einem kindersicheren Deckel versehen?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
8.6 Ist die Wassertiefe in Ihrem Feuchtbiotop auf 20 cm begrenzt (evtl. mit einem Metallgitter) oder die Gefahrenstelle mit einem Zaun gesichert?	<input type="checkbox"/> 0		<input type="checkbox"/> 2
8.7 Sind mobile Schwimm- und Planschbecken gegen das Ertrinken von Mensch und Tier gesichert?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.8 Stellen oder legen Sie Gartengeräte so hin, dass niemand darüber stolpern kann?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
8.9 Kontrollieren Sie Schaukeln, Rutschen, Klettertürme der Kinder regelmässig?	<input type="checkbox"/> 0	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2
<b>Total</b>			

## Auswertung der Checkliste

Vergleichen Sie nun Ihre Einzelergebnisse der Wohnbereiche mit den Punktezahlen der folgenden Tabelle. Wie sicher wohnen Sie?

Bereich	Sicherheitsstufe		
	A	B	C
Hauseingang	0–4	5–9	10–16
Wohnräume	0–4	5–10	11–18
Küche	0–4	5–10	11–18
Schlafzimmer	0–4	5–8	9–14
Badezimmer	0–5	6–12	13–20
Keller	0–3	4–5	6–10
Bastelraum	0–4	5–8	9–15
Garten	0–4	5–10	11–18

### Sicherheitsstufe A

Gratulation. Ihre Wohnung/Ihr Haus und Ihr Verhalten sind sehr sicher. Überprüfen Sie Ihren Wohnraum regelmässig.

### Sicherheitsstufe B

Ihre Wohnung/Ihr Haus und Ihr Verhalten bergen einige Gefahrenquellen in sich. Beheben Sie diese nach Möglichkeit.

### Sicherheitsstufe C

Ihre Wohnung/Ihr Haus und Ihr Verhalten sind eher unsicher. Sie sollten unbedingt etwas dagegen unternehmen.

## Nützliche Informationen und Tipps

Ob oder was Sie ändern wollen, können nur Sie selbst entscheiden. Als Hilfe dienen die auf der Rückseite aufgeführten Informationsbroschüren. Sie können diese auf [www.bfu.ch/einzug](http://www.bfu.ch/einzug) kostenlos bestellen oder als PDF herunterladen. Auf unserer Website finden Sie auch Informationen zu sicheren Produkten sowie die Checkliste «Sicheres Zuhause für Kinder».

# Sicher leben: Ihre bfu.

Die bfu setzt sich im öffentlichen Auftrag für die Sicherheit ein. Als Schweizer Kompetenzzentrum für Unfallprävention forscht sie in den Bereichen Strassenverkehr, Sport sowie Haus und Freizeit und gibt ihr Wissen durch Beratungen, Ausbildungen und Kommunikation an Privatpersonen und Fachkreise weiter. Mehr über Unfallprävention auf [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch).

## Weitere Informationen

Wir empfehlen Ihnen ausserdem folgende Broschüren:

- 2.003 Geländer und Brüstungen  
(Fachbroschüre)
- 2.004 Kinderspielplätze  
(Fachbroschüre nur als PDF verfügbar)
- 2.005 Türen und Tore (Fachbroschüre)
- 2.006 Glas in der Architektur  
(Fachbroschüre)
- 2.007 Treppen (Fachbroschüre)
- 3.004 Stürze
- 3.011 Gifte und Chemikalien
- 3.012 Geräte im Haushalt
- 3.027 Feuer und Hitze
- 3.109 Sicheres Zuhause für Kinder

**Diese Broschüren oder Publikationen zu anderen Themen können Sie kostenlos beziehen oder als PDF herunterladen: [www.bfu.ch/einzug](http://www.bfu.ch/einzug).**

© bfu 2011, Verwendung unter Quellenangabe erwünscht, gedruckt auf FSC-Papier