



HELMiMiha

**DER SICHER SCHLAUE
HELMi-KALENDER
FÜR KLUGE KINDER!**

Mit SPIELEN für mehr RISIKOKOMPETENZ und ALLTAGSTIPPS für ELTERN



Medieninhaber und Herausgeber: KfV (Kuratorium für Verkehrssicherheit)
Verlagsort: Wien
Verantwortlich: Mag. Christoph Feymann
Grafik: Caroline Muhr
Fotos: Copyright KfV
Copyright: © KfV (Kuratorium für Verkehrssicherheit), Wien. Alle Rechte vorbehalten.

www.helmi.at
 HELMlofficialpage

HELMi.at

Rauf auf die Rodel
Runter im Schuss
Mit Helm am Kopf –
das ist ein Muss



Dreh mich
um!

JANUAR

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

HELMi.at

SCHLAU? GENAU!

Rodelst du im Winter auch so gerne wie ich? Im Schnee tobe ich mich richtig aus. Sokrates rutscht mit seinem Bob herum, und ich sause mit meiner Rodel über den Schnee, dass es nur so staubt.

Unsere Schneeflitzer werden manchmal ziemlich flott. Wir sind ja leicht, und mit unseren kurzen Beinen ist das Bremsen gar nicht so einfach. Deswegen rodeln Sokrates und ich immer dort, wo der Hügel nicht zu steil ist und wir nicht zu schnell werden.

Da fällt mir ein: Meinen Helm trage ich ja immer. Und der Sokrates, der setzt beim Rodeln seinen Schihelm auf.

Wie machst du das?

Schütz beim Rodeln deinen klugen Kopf.
Setz immer einen coolen Schihelm auf!



Der Socken-Bremstest

Beim Rodeln kann es gefährlich werden, weil Kinder die Geschwindigkeit noch nicht richtig einschätzen und kontrollieren können. Das passiert oft, wenn das Gelände zu steil oder zu eisig ist oder die ausgewählte Rodel nicht zum Gelände passt.

Kinder sollten ein Gefühl dafür bekommen, wie sich ein rutschiger Untergrund auf ihre Möglichkeit zu bremsen auswirkt. Dazu schlagen wir folgende Übung vor:

In einem Raum mit glattem Boden bringen Sie mit Klebeband oder einer dicken Schnur eine Markierung am Boden an.

1. Durchgang: Jedes Kind nimmt mit bloßen Füßen ein wenig Anlauf und versucht, exakt vor der Markierung stehen zu bleiben.

2. Durchgang: Die Kinder tragen Socken (am besten Stricksocken – die rutschen am besten). Aus derselben Entfernung und mit der gleichen Geschwindigkeit laufen die Kinder wieder einzeln los und versuchen, vor der Markierung stehen zu bleiben.

Wie sieht das Ergebnis aus? Kann man auf rutschigem Untergrund genauso exakt stehen bleiben wie ohne Socken?



Rodel-Quiz

Wo fährst du mit Tellerrodeln und Bobs am sichersten?
Im eher flachen Gelände.

Warum kann eine Tellerrodel auf dem Schnee gefährlich schnell werden?
Weil sie eine große glatte Auflagefläche hat – die gibt am Schnee leider keinen Halt.

Wovon hängt dein Bremsweg beim Rodeln ab?

Von der Pistenbeschaffenheit, von meinem Schlitten, von meinem Gewicht und meiner Geschwindigkeit – je leichter ich bin, desto länger ist mein Bremsweg.

Was solltest du beim Rodeln nie tun?

Mit dem Kopf voran auf der Rodel liegen und ohne Helm rodeln.



Ein Tipp für Eltern

Bei Rodelunfällen kommt es oft zu Zusammenstößen mit Hindernissen – der Kopf ist dabei die zerbrechlichste Stelle. Egal, welche Rodel Ihr Kind verwendet: Es sollte dabei immer einen nach der Norm EN 1077 geprüften Helm tragen.

Aufblasbare Rodeln, Tellerrodeln und Wannenbobs werden im steilen und eisigen Gelände zu unkontrollierbaren Geschossen. Je kleiner Ihr Kind ist, desto spursicherer und lenkbarer muss der Schlitten sein.

Am sichersten ist ein Schlitten mit Lenkriemen und durchgehenden Metallkufen.





HELMi.at

Mit den Pistenregeln,
weißt du das,
haben beim Schifahren
alle Spaß!



Dreh mich
um!

FEBRUAR

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29						



SCHLAU? GENAU!

Zu Weihnachten habe ich funkelneue Schier geschenkt bekommen. Jetzt freue ich mich wie ein Schneekönig auf die glitzernde Piste. Bevor Sokrates auf seinen vier Schiern – er braucht ja für jede Pfote einen Schi – hinunter ins Tal wedelt, macht er immer etwas ganz Gescheites: Er reckt sich und streckt sich, er macht Kniebeugen und dehnt sich. So wärmt er seine Muskeln auf, damit er sich beim Schifahren nicht so leicht verletzt.

Ach ja: Weißt du, dass es fürs Schifahren Regeln gibt? Auf so einer Piste sind sehr viele Menschen unterwegs – manche langsam, manche schnell. Da müssen wir gut aufeinander aufpassen.



Kennst du die Pistenregeln?

Die 10 Pistenregeln

1. Nimm Rücksicht auf die anderen Schifahrer auf der Piste.
2. Fahr nur dort, wo du dich traust. Fahr nur so schnell, wie du kannst.
3. Fahr so, dass du deinen Vordermann nicht gefährdest. Die Langsameren haben Vorrang.
4. Überhol andere Schifahrer immer mit genügend Abstand.
5. Bevor du in die Piste einfährst oder nach einem Stopp weiterfährst: Schau immer aufmerksam den Hang hinauf und hinunter. Ist die Bahn frei?
6. Bleib nur dort stehen, wo man dich gut sehen kann.
7. Wenn du die Piste hinauf- oder hinuntergehst, tu das immer ganz am Rand der Piste.
8. Achte auf die Markierungen und Schilder auf der Piste. Bitte zum Beispiel deine Eltern, sie dir zu erklären.
9. Ist jemandem ein Unfall passiert? Hol Hilfe! Mach erwachsene Schifahrer auf den Unfall aufmerksam!
10. Wenn du einen Unfall beobachtet hast oder selbst einen Unfall hattest: Die Alpinpolizei braucht deinen Namen und deine Adresse. Nimm am besten immer einen Ausweis mit.

Und Helmis Regel Nr. 11:
Fahr immer mit Schihelm!



Ein Tipp für Eltern

Bei 87 % der Schiunfälle handelt es sich um Stürze ohne Fremdverschulden. Meistens ist **ÜBERMÜDUNG** die Ursache dafür. Da sich Kinder sehr leicht überschätzen, sollten Sie auf erste Ermüdungserscheinungen achten. Wichtig ist auch die Vorbereitung:

Machen Sie vor dem Schifahren **GEMEINSAM GYMNASTIK**, das verringert die Verletzungsgefahr. **ZEIGEN** Sie mit Ihrem **EIGENEN VERHALTEN** vor, wie man sich sicher über die Piste bewegt.

Schi-Quiz

Wer hat auf der Piste den Vorrang: der schnellere oder der langsamere Schifahrer?

Der langsamere Schifahrer.

Was machst du, bevor du in die Piste einfährst oder weiterfährst?

Den Hang nach oben und unten schauen.

Auf der Piste darf ich überall stehenbleiben, eh klar!

Nein, nur an Stellen, wo mich andere gut sehen können.

Ich fahre so lange, bis ich einfach nicht mehr kann. Oder?

Nein, ich höre auf, bevor ich müde werde.

HELMi.at

Zum offenen Fenster
geh' ich nicht hin –
außer wenn ich
gemeinsam mit einem
Erwachsenen bin!

Dreh mich
um!

MÄRZ

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

SCHLAU? GENAU!

Draußen passieren so viele interessante Dinge. Die Nachbarn gehen vorbei, Katzen und Hunde spielen im Garten, meine Freunde kommen mich besuchen ... Aber weißt du was: Ich bin ziemlich klein. Wenn ich auf das Fensterbrett klettere und mich zu weit aus dem offenen Fenster beuge, könnte ich das Gleichgewicht verlieren und dann ... ich will gar nicht daran denken.

Sokrates kann mich mit seinen Pfoten ja nicht festhalten. Daher sage ich immer einem erwachsenen Menschen Bescheid, wenn ich aus dem Fenster schauen will.

Weißt du, warum?

Die Fallforscher

Sehr häufig passieren Fensterstürze in Hochhäusern. Fatal daran sind die große Sturzhöhe und die harten Aufprallstellen, zum Beispiel auf asphaltierten Gehwegen. So könnten Sie mit den Kindern erforschen, wie sich ein Aufprall auswirkt:

- Sie brauchen: einen handgroßen Stein, einen Flummi-Ball, eine Feder, ein Ei
- Die Kinder versammeln sich vor einem Fenster im Erdgeschoss – wichtig ist eine harte Bodenfläche davor. Ein Erwachsener öffnet das Fenster von innen und lässt nun einen Gegenstand nach dem anderen auf den Boden fallen. Bei jedem Gegenstand erforschen die Kinder den Unterschied zu ihrem eigenen Körper.



Dem Stein passiert nichts.	Ist mein Körper so hart wie ein Stein? Nein, da gibt es viele weiche Stellen.
Der Flummi springt mehrmals hoch – auch ihm passiert nichts.	Springt mein Körper wie ein Flummi? Wenn ich hüpfte, lande ich gleich wieder am Boden und aus Gummi bin ich auch nicht.
Die Feder schwebt langsam zu Boden und landet ganz sanft.	Bin ich leicht wie eine Feder? Wenn ich hinfalle, tut das manchmal ganz schön weh.
Das Ei zerbricht.	Auch in meinem Körper gibt es zerbrechliche Stellen. Meine Knochen und Zähne sind aus dem gleichen Material wie die Eierschale (Kalk). Deswegen passe ich gut auf meinen Körper auf.



Ein Tipp für Eltern

Für Kinder ist es meist kein Problem, ein geschlossenes Fenster oder eine Balkontür zu öffnen. Wenn Sie keine Sicherheitsfenster haben, können Sie trotzdem Sicherungsmaßnahmen setzen:

- Absperrbare Griffe lassen sich nachträglich einbauen.
- Mit mechanischen Sperren wie Haken, Ketten oder Riegeln können Fenster maximal 10 Zentimeter geöffnet werden.

Achten Sie darauf, dass es in Fensternähe keine Aufstiegshilfen wie Sessel, Tische oder Kisten gibt. Und am wichtigsten: Öffnen Sie ein Fenster oder die Balkontür nie, wenn Sie ein Kind allein im Zimmer lassen.

Fenster-Quiz

Was machst du, wenn du allein im Zimmer bist und ein Fenster oder die Balkontür offensteht?

Ich spiele im Zimmer und halte mich von Fenster und Balkon fern.

Was tust du, wenn du aus einem geöffneten Fenster rausschauen willst?

Ich bitte einen Erwachsenen, mich gut festzuhalten.





Kabelsalat und Steckdosenblitz
Fingerquetschtüren und Tischkantenspitz
Teppichrutschen und Kippregal
Wo lauern Gefahren?
Schauen wir mal.



Dreh mich
um!

APRIL

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



SCHLAU? GENAU!

Also ich verrate dir etwas: Sokrates ist manchmal sehr unordentlich. Da lässt er sein Spielzeug am Boden liegen, dazwischen schlängelt sich das Stromkabel zu seinem Computer, seine Teppiche rutschen am glatten Boden, und ein paar Girlanden von seiner Geburtstagsparty liegen auch noch herum. Letztens bin ich auf einen Legostein getreten – aua.

Hast du dir zuhause auch schon mal wehgetan?
Wie ist das passiert?

Erzähl es uns!



Die Sicherheitsdetektive

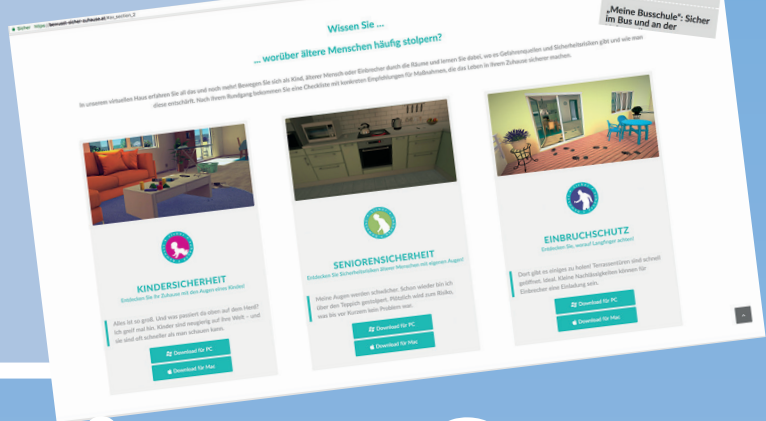
Die meisten Kinderunfälle passieren nicht im Straßenverkehr – sie passieren zuhause. In vielen Fällen handelt es sich dabei um Stürze, aber es gibt noch viele andere Gefahrenquellen. Mit einfachen Maßnahmen lässt sich mehr Sicherheit erreichen. Im Kindergarten wurden sicher viele dieser Maßnahmen bereits gesetzt.

Wie Detektive machen sich die Kinder in den Räumen des Kindergartens auf die Suche. Mit Fotos und Zeichnungen dokumentieren sie ihre Entdeckungen und gestalten daraus Plakate.

- Wo könnten sie sich verletzen?
- Wo könnten sie stolpern oder hinfallen?
- Welche Maßnahmen wurden bereits gesetzt, um Gefahren zu entschärfen? (Hier ist die Erklärung der PädagogInnen notwendig.)
- Was können die Kinder selbst tun?

Hier sind einige Anhaltspunkte für einzelne Räume:

SPIELRÄUME	KÜCHE	BAD
■ Matten und Teppiche (rutschig/nicht rutschig?) ■ Spielzeug am Boden ■ Spitze Kanten ■ Regale (kippsicher an der Wand montiert?) ■ Steckdosen ■ Kabel ■ Scheren und anderes Bastelmaterial ■ Türen und Schubladen (Quetschgefahr)	■ Herdplatten und Backrohr ■ Messer ■ Gläser ■ Haushalts-Chemikalien ■ Elektrische Geräte ■ Schubladen ■ Wasserhahn (Verbrühungsgefahr)	■ Rutschiger Fliesenboden ■ Wasserhahn ■ Matten ■ Verwahrung von Medikamenten



Ein Tipp für Eltern

Zu einer glücklichen Kindheit gehört die Möglichkeit, beim Entdecken der Welt Erfahrungen zu sammeln. Verletzungen sind dabei nicht immer zu vermeiden. Wir Erwachsene können mit einfachen Maßnahmen aber viel tun, damit diese Verletzungen nicht schwer ausfallen.

Auf zwei Online-Plattformen des KfV finden Sie zahlreiche Tipps dazu, wie Sie Ihr Zuhause zu einem sicheren Ort für Ihre Kinder machen können:

www.visionzero.at
www.bewusst-sicher-zuhause.at

Sicher-zuhause-Quiz

Wenn in der Küche gerade gekocht wird, ...

- ... ziehe ich die Töpfe und Pfannen vom Herd und schaue rein.
- ... spiele ich mit den Messern.
- ... lasse ich mir zeigen, wie ich mithelfen kann und bleibe vom Herd weg.

Nach dem Spielen ...

- ... lasse ich die Spielsachen am Boden liegen.
- ... schiebe ich alles unter einen Teppich.
- ... räume ich die Spielsachen in eine Kiste.

Wenn ich etwas von weit oben aus dem Regal holen will, ...

- ... klettere ich am Regal hoch.
- ... baue ich einen Turm aus Stühlen und klettere auf.
- ... bitte ich eine größere Person, es mir runter zu reichen.



HELMi.at

Mein Scooter, der flitzt.
Mein Fahrrad, das blitzt.
Und es ist ganz schön klug,
dass beim Fahren auf meinem
Kopf ein Radhelm sitzt!

Dreh mich
um!

MAI

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

SCHLAU? GENAU!

Kannst du schon Fahrrad fahren? Oder bist du lieber mit dem Scooter oder Laufrad unterwegs? Mir macht es riesigen Spaß, mir beim Radeln den Wind um die Nase wehen zu lassen und in Nullkommanix an meinem Ziel anzukommen. Sokrates läuft neben mir her, und manchmal läuft er so schnell, dass es ihm die Kappe vom Kopf bläst.

Ach ja, der Kopf. Den solltest du immer gut schützen. Denn dein Kopf ist sehr, sehr wichtig – schließlich brauchst du ihn jeden Tag fürs Denken und Lernen! Setz also beim Radfahren und beim Fahren mit dem Scooter oder Laufrad immer einen Radhelm auf.

Hast du schon einen Radhelm?
Wie sieht er aus?



Der Melonenunfall

Kopfverletzungen sind die häufigsten und schwersten Verletzungsmuster bei Radunfällen. Selbst Erwachsenen ist oft nicht bewusst, wie zerbrechlich der menschliche Kopf ist. Wenn es im Mai bereits wärmer ist, könnten Sie im Freien das folgende Experiment durchführen, um den Kindern zu zeigen, wie ein Radhelm den Kopf schützt. Sie brauchen eine Wassermelone, Styropor (am besten eine Produktverpackung) und Klebebänder – und wenn Sie die Melone mit den Kindern danach noch essen wollen: Plastik- oder Alufolie für den Boden.

- Zuerst wird mit dem Styropor eine feste Hülle für die Melone gebaut. Die Hülle schützt die Melone so, wie ein Helm den Kopf schützt. Lassen Sie die Melone etwa aus Hüfthöhe auf den Boden fallen – wahrscheinlich hat die Melone keine oder nur kleine Schäden abbekommen.

- Nun wiederholen Sie das Experiment ohne Styropor. Am besten halten die Kinder Abstand, denn das kann ganz schön gatschig werden!



Ein Tipp für Eltern

Kinder bis zum 12. Geburtstag **MÜSSEN** einen Radhelm tragen, wenn sie Rad fahren, in einem Fahrradanhänger transportiert oder auf einem Fahrrad mitgeführt werden. Die Person, die das Kind beaufsichtigt, ist dafür verantwortlich, dass es einen Helm aufsetzt. Ein guter Radhelm ist nach der Norm EN1078 geprüft. Für den richtigen Schutz muss der Helm gut sitzen und darf nicht verrutschen. Stirn, Schläfen und Hinterkopf sollten bedeckt sein.

Ihr Kind wird den Helm lieber aufsetzen, wenn Sie als sein Vorbild auch einen Radhelm tragen.

Superhirne tragen Superhelme

Viele der tollsten Sportlerinnen und Sportler dieser Welt tragen Helme, um ihre Köpfe zu schützen. Meistens kommt das in Sportarten vor, die mit Geschwindigkeit zu tun haben.

- Welche Sportarten könnten das sein?
- Fällt dir ein Sport-Star ein, der einen Helm trägt?
- Weißt du, wie sein oder ihr Helm aussieht?



HELMi.at

Am Wasser zu spielen ist richtig fein.
Doch wenn ich stolpere, falle ich rein.
Daher frage ich einen Großen:
„Passt du auf mich auf?“
- bevor ich hin zum Wasser lauf’.

Dreh mich
um!

JUNI

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

SCHLAU? GENAU!

Pfuh, draußen wird es jetzt ganz schön heiß, oder? Für Sokrates und mich gibt es da nichts Schöneres, als die Füße und Pfoten in einen kühlen Bach hängen zu lassen oder in einen Teich zu hüpfen. Wir machen das immer gemeinsam.

Aber letztens habe ich einen großen Schreck bekommen. Am Rand eines Teiches habe ich ein Kind beobachtet, das sich die Fische angesehen hat. Plötzlich ist es ein Stück nach vorne gekippt, ... aber Gott sei Dank war ein Erwachsener mit dabei und konnte es gerade noch rechtzeitig am Leiberl festhalten.

Was denkst du:
Was hätte passieren können?



Ein Tipp für Eltern

Kleine Kinder haben noch keinen voll ausgebildeten Orientierungssinn. Wenn sie plötzlich ins Wasser fallen, können sie den Körper nicht drehen und nicht schreien, sie verfallen in eine Schreckstarre mit Atemsperre und sinken lautlos zu Boden. Bereits wenige Zentimeter Wassertiefe können zum Verhängnis werden.

- Für Biotope und Pools gibt es Umzäunungen, Gitter unter der Wasseroberfläche, Abdeckungen oder Pool-Alarme.
- Wasserspielzeug ist keine Schwimmhilfe! Verwenden Sie ausschließlich Schwimmflügel, Schwimmwesten oder Schwimmgürtel, die nach der NORM EN 13138 geprüft sind und das GS-Zeichen aufweisen (Geprüfte Sicherheit).
- Lassen Sie Kinder in Wassernähe NIE UNBEAUF-SICHTIGT.

Das Bademeisterspiel

In Freibädern, an Seen, aber auch für den eigenen Pool gibt es sinnvolle Verhaltensregeln. Diese sind dazu da, dass alle sicher Spaß haben können. Bei diesem Spiel sind die Kinder die Bademeister, die darauf achten, dass niemand unbedacht oder falsch ausgerüstet ins Wasser hüpfet. Die PädagogInnen sind die Badegäste und erklären, in welcher Adjustierung sie schwimmen gehen wollen – die Kinder geben als Bademeister entweder grünes Licht oder rufen zur Ordnung (eventuell sogar mit Trillerpfeife). Eine Variante wäre ein Rollenspiel, in dem sich die Kinder fürs Baden passend oder unpassend ausstatten.

Hier einige Ratebeispiele:

- ☐ ... mit einem Badeanzug und einem Schnorchel (ok)
- ☐ ... in Jeans und T-Shirt (falsch)
- ☐ ... mit zwei Schwimmflügeln und einer Getränkedose in der Hand (falsch)
- ☐ ... mit Bikini und Gipsverband (falsch)
- ☐ ... mit Ohrenschmerzen und Fieber (falsch)
- ☐ ... mit Schwimmflügeln und einer Wassernudel (ok)
- ☐ ... mit nur einem Schwimmflügel (falsch)
- ☐ ... mit einer Taucherbrille (ok)
- ☐ ... und hüpfte ins Wasser, wo die meisten Leute schwimmen (falsch)
- ☐ ... und bleibe so lange drin, bis mir eiskalt ist (falsch)
- ☐ ... erst ein paar Stunden, nachdem ich gegessen habe (ok)
- ☐ ... nachdem ich mich abgeduscht habe, weil ich länger in der Sonne war (ok)
- ☐ ... mit den Kopfhörern in den Ohren (falsch)

Bade-Quiz

Was ist orange, aufgeblasen und sitzt auf deinen Oberarmen?
Meine Schwimmflügel.

Wenn du am Wasser spielen oder dir etwas ansehen willst:
Was tust du zuerst?
Ich sage Mama, Papa oder einem anderen Erwachsenen Bescheid.

Du spielst mit anderen Kindern am Pool. Was tust du nie?
Die anderen schubsen oder stoßen.





HELMi.at

Wir fahren in den Urlaub, gehen auf ganz große Reise.
Ich sitze hinten im Auto, auf die sichere Weise.
**In meinem Kindersitz,
gut angeschnallt,**
sing' ich und spiel' ich vergnügt, fahr' durch Wiese und Wald.

Dreh mich
um!

JULI

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



SCHLAU? GENAU!

Bist du auch schon so aufgeregt wie ich? Jetzt geht es bald ab in die Ferien, und da werden Sokrates und ich uns ein anderes Land anschauen. In diesem Jahr fliegen wir im Schwuppodrom nach Italien und machen Urlaub am Meer. Wahrscheinlich wird das ganze Raumschiff bis oben hin mit dem Spielzeug von Sokrates vollgepackt sein.

Doch egal, ob wir in den Urlaub fliegen oder nur bis zum nächsten Supermarkt: Da gibt es etwas ganz Wichtiges, das Sokrates und ich immer, immer, immer machen. Bevor wir losfliegen, schnallen wir uns an.

Wie machst du das, wenn du mit dem Auto unterwegs bist?



Teddy-Kindersitz-Unterricht

Ein Aufprall mit 50 km/h entspricht einem Sturz aus dem dritten Stock. Daher sollten auch Teddybären verstehen, warum ein Kindersitz wichtig ist. Für den Unterricht brauchen Sie zwei Teddybären, zwei Sessel (die durch den Raum geschoben werden können), Kisten und Schachteln, Gürtel und/oder Bänder.

- Die Schachteln und Kisten werden willkürlich im Raum verteilt.
- Zwei Kinder werden ausgewählt – sie schieben die Sessel mit den Teddys durch den Raum. Dabei sollen sie von einem Ende zum anderen gelangen, ohne an ein Hindernis oder gegeneinander zu stoßen.
- Besprechen Sie danach mit den Kindern:
 1. Was passiert mit den Teddys, wenn sie mit einem Hindernis zusammenstoßen?
 2. Was passiert mit den Teddys, wenn die Sessel zu schnell geschoben werden?
 3. Was passiert mit den Teddys, wenn die Sessel zusammenstoßen?
- Diese drei Situationen werden nun ausprobiert – und die Teddys tun sich dabei weh. Was könnte man machen, damit die Bären sich nicht weh tun?
- Die Bänder oder Gürtel werden nun so wie im Kindersitz oder beim Erwachsenenengurt angebunden und die drei Situationen noch einmal ausprobiert – die Teddys sitzen sicher. Erklären Sie danach noch einmal, wie wichtig Kindersitz und Gurt sind.

Ein Tipp für Eltern

Die Gefahr, bei einem Unfall getötet zu werden, ist für nicht mit einem passenden Rückhaltesystem gesicherte Kinder 4-mal höher. Sichern Sie alle mitfahrenden Kinder unter 14 Jahren, die kleiner als 150 cm sind, in altersgerechten Kindersitzen – selbst auf kurzen Fahrten. Der Fahrzeuglenker trägt dafür die Verantwortung. Neu gekaufte Rückhaltesysteme müssen der Kindersitzprüfnorm ECE 44.04 entsprechen.

Zeigen Sie Ihrem Kind vor, dass auch Sie selbst sich immer anschnallen. So wird es den Kindersitz lieber verwenden.

Kindersitz-Quiz

Auf kurzen Strecken ...

- ☐ ... schnallt man sich immer an.
- ☐ ... schnallt man sich nie an.

Wenn ich auf der Fahrt mal aus dem Kindersitz will, ...

- ☐ ... schnalle ich mich einfach ab.
- ☐ ... sage ich den Erwachsenen Bescheid.

Mich ärgern die Gurte im Kindersitz manchmal.

- ☐ Daher ziehe ich meine Arme drunter raus und beuge mich vor.
- ☐ Trotzdem lasse ich die Gurte so, wie Mama und Papa sie angebracht haben. So bin ich ganz sicher.



HELMi.at

Schaukeln, Klettern, Wippen, Graben,
das geht am Spielplatz, den wir haben.
Manchmal ist ein
Gerät beschädigt.
Dann sag' ich Bescheid,
und das wird erledigt.



Dreh mich
um!

AUGUST

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

HELMi.at

SCHLAU? GENAU!

Sicher bist du mit den anderen gerne draußen am Spielplatz. Da gibt es so viele Möglichkeiten, etwas zu unternehmen und sich zu bewegen. Also ich sause ja am liebsten die Rutsche runter, und Sokrates buddelt die ganze Zeit im Sand herum.

In der Sandkiste hat Sokrates einmal etwas gefunden. Allerdings keinen Schatz, sondern etwas nicht so Tolles. Zum Glück hat er es rechtzeitig gesehen, denn er hätte sich sonst sehr wehtun können. Stell dir vor, da waren Glasscherben im Sand!

Hast du dir am Spielplatz schon einmal wehgetan? Wie ist das passiert?



Die Spielplatz-Inspektoren Ein Tipp für Eltern

Jedes Jahr passieren in Österreich rund 8.000 Unfälle auf Kinderspielplätzen. Auch auf gut gewarteten Spielplätzen gibt es Gefahrenquellen wie vorstehende Teile, Hindernisse, die zu Stürzen führen können und Stellen, an denen sich Kinder einklemmen, quetschen, aufschürfen oder sich etwas einziehen können. Wenn Kinder ins Spiel vertieft sind, bemerken sie solche Dinge meist nicht.

- Suchen Sie mit den Kindern am Spielplatz nach gefährlichen Stellen – vielleicht fotografieren Sie diese auch. Zum Beispiel: wackelnde/rostige Spielgeräte, abgesplitterte Oberflächen, herausstehende Nägel und Schrauben, scharfe Ecken und Kanten, gebrochene Teile, gelöste Schraubverbindungen, schadhafte Seile, Scherben oder Abfall.
- Erarbeiten Sie mit den Kindern Zeichen und Symbole, die eine Gefahr anzeigen. Lassen Sie die Kinder dann mit diesen Symbolen bemalbare Aufkleber und/oder kleine Fähnchen gestalten, die in den Boden gesteckt werden können.
- Diese werden dann von den Kindern als Warnung für andere Kinder an den entsprechenden Stellen angebracht.
- Besprechen Sie dann mit den Kindern, wie sie sich verhalten können, wenn sie Gefahrenstellen entdecken (z.B. das Gerät nicht mehr benutzen, andere warnen, Erzieher informieren).

Kinder müssen sich bewegen können und dürfen. Das ist notwendig, damit sie sicheres Verhalten und ihre Geschicklichkeit üben können. Stürze und die eine oder andere Verletzung gehören dazu.

BESTIMMTE GEFAHRENQUELLEN sollten Sie aber **BEWUSST AUSRÄUMEN**: Achten Sie darauf, dass beim Spielen an Geräten **KEINE LANGEN SCHALS, KORDELN ODER BÄNDER** vom Körper Ihres Kindes hängen – es könnte schlimmstenfalls mit dem **HALS** an einem Gerät hängenbleiben. Auch **FAHRRAD-HELME** sollten auf dem **SPIELPLATZ IMMER ABGESETZT** werden!



Spielplatz-Quiz

Am Spielplatz lasse ich den Radhelm lieber auf. Ja oder nein?

NEIN – nimm ihn vom Kopf, damit du mit dem Riemen nirgends hängen bleibst!

Die Leiter zur Rutsche wackelt zwar ganz stark, und ein paar Sprossen fehlen – steigst du trotzdem drauf?

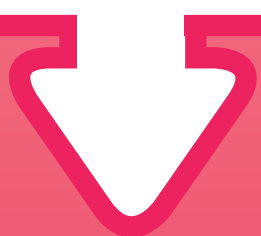
Das lasse ich lieber bleiben und spiele woanders.

Wenn ich sehe, dass ein Spielgerät kaputt ist, sage ich das niemandem.

Natürlich sage ich den Erwachsenen Bescheid.



Wir Kinder können's kaum erwarten,
jetzt gehen wir in den Kindergarten!
Am Weg dorthin, das mach' ich schlau,
schau' ich auf die Straße
immer ganz genau.



Dreh mich
um!

SEPTEMBER

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



SCHLAU? GENAU!

Das ist ganz schön aufregend! Jetzt gehst du in den Kindergarten, und so vieles ist neu. Gehst du eigentlich zu Fuß zum Kindergarten? Dann ist dir wahrscheinlich aufgefallen, dass die Menschen ganz unterschiedlich unterwegs sind: Im Auto, am Fahrrad, im Lkw oder zu Fuß zum Beispiel. Und alle sind unterschiedlich schnell.

Dieser Straßenverkehr kann manchmal ganz schön anstrengend sein, oder? Deswegen gibt es für Menschen, die zu Fuß unterwegs sind, auch ein paar Hilfen: Gehsteige, Ampeln und Zebrastreifen, Unterführungen und Brücken.

Hast du solche Hilfen auf deinem Weg zum Kindergarten schon gesehen und benutzt?



Langsam oder schnell?

Kleineren Kindern fällt es schwer, Geschwindigkeiten einzuschätzen, vor allem in Relation – was ist langsamer und was ist schneller unterwegs? Wichtig ist, den Kindern deutlich zu machen, dass alle motorisierten Verkehrsteilnehmer wesentlich schneller unterwegs sind als sie. Für dieses Spiel brauchen Sie Kärtchen, auf denen verschiedene Verkehrsteilnehmer abgebildet sind.

- Die Kinder sitzen im Kreis, und Sie vereinbaren mit ihnen, in welcher Reihenfolge geraten wird.
- Der Kärtchenstapel liegt vor Ihnen – Sie heben das erste Kärtchen ab und zeigen es dem Kind, das an der Reihe ist. Das Kind muss nun abschätzen, ob sich der zu sehende Verkehrsteilnehmer eher schnell oder eher langsam fortbewegt. Wenn die Frage geklärt ist, darf es das Kärtchen behalten.
- In einer zweiten Runde könnten jeweils zwei Kinder nun vergleichen: Ist dein Verkehrsteilnehmer schneller unterwegs als meiner oder umgekehrt?



Ein Tipp für Eltern

Es ist natürlich praktisch und beruhigender, das eigene Kind mit dem Auto bis zum Kindergarten zu bringen. Das hat allerdings zwei Folgen:

1. Wenn zu viele Eltern ihre Kinder mit dem Auto bis zum Kindergarten bringen, können dort gefährliche Verkehrssituationen für alle entstehen.
2. Ihr Kind verliert dadurch die Möglichkeit, unter Ihrer Anleitung und nach Ihrem Vorbild die verkehrsnotwendigen Sinne möglichst früh zu schulen und weiterzuentwickeln.

Gehen Sie mit Ihrem Kind möglichst viele Wege zu Fuß. So gewöhnt es sich an verschiedene Verkehrssituationen und Geschwindigkeiten und lernt den Umgang damit.



Fußgänger - Quiz

Ich will über die Straße gehen, drum bleib ich an der stehen.

Gehsteigkante

Bevor ich mich hinüber trau', zuerst ... ich schau'.

nach links, nach rechts und wieder nach links

Auch wenn ich über den Zebrastreifen gehe, immer nach ich sehe.

links, rechts, links



HELMi.at

Bunte Säfte bringen Kräfte,
wenn sie aus Obst entstanden sind.
Doch nicht jeder Saft, der bunt ist,
ist auch das Beste für ein Kind.
Putzmittel sind bunt und duften fein,
doch Putzmittel trinken –
das lass' ich sein.

Dreh mich
um!

OKTOBER

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



SCHLAU? GENAU!

Mein Shampoo duftet nach Erdbeere, das Spülmittel duftet nach Zitrone und wenn Sokrates mit Wischlappen an allen vier Pfoten den Boden schrubbt, duftet die Wohnung danach wie ein Korb voller Orangen.

Letztes Mal wäre mir nach dem Wohnungsputz aber beinahe etwas passiert: Ich hatte großen Durst, hab mir schnell die Flasche mit der nach Orangen duftenden Flüssigkeit geschnappt und ... zum Glück hat die Flüssigkeit in meinem Glas ganz komisch zu schäumen begonnen, als ich Wasser dazugegeben habe.

Hast du bemerkt, was da passiert ist?



Gefährliche Säfte

Bunte und duftende Flüssigkeiten ziehen Kinder magisch an. Wichtig ist, ihnen zu zeigen, dass duftende Flüssigkeiten aber auch gefährlich für sie sein können und sie sich nicht auf den Duft verlassen sollen – bevor sie eine bunte Flüssigkeit trinken wollen, sollen sie immer einen Erwachsenen fragen. Für das Geruchsexperiment brauchen Sie verschiedene bunte, duftende Haushaltschemikalien und verschiedene Säfte, die Sie vorab in gleich aussehende durchsichtige Fläschchen füllen.

- Zuerst geben die Kinder ihre Tipps ab (z.B. mit Kärtchen): Welche Flüssigkeit kann man trinken, welche nicht?
- Danach öffnen Sie die Fläschchen und lassen die Kinder daran riechen: Wie sehen die Tipps jetzt aus?
- Schließlich lösen Sie das Rätsel auf und zeigen, welche Flüssigkeiten gefährlich sind. Als Ergänzung könnten die Kinder Warnetiketten gestalten, die sie auf die entsprechenden Fläschchen und auf weitere Haushaltschemikalien kleben.

Ein Tipp für Eltern

Bewahren Sie Haushaltschemikalien, Kosmetika und Medikamente grundsätzlich in den Originalverpackungen auf und verwahren Sie diese gut verschlossen. Betrachten Sie Ihr Zuhause aus der Sicht Ihres Kindes, um zu sehen, was alles noch in gefährlicher Reichweite ist.

Sollte Ihr Kind trotz aller Vorsicht etwas verschluckt haben: Verabreichen Sie ihm keine Gegenmittel wie Salzwasser etc.

- Beruhigen Sie Ihr Kind.
- Rufen Sie umgehend die VERGIFTUNGSINFORMATIONSZENTRALE AN: 01/406 43 43
- Befolgen Sie die Anweisungen des Arztes.

VERGIFTUNGS-
INFORMATIONS-
ZENTRALE:
01/406 43 43

Trink-Quiz

Was presst man aus, um orangefarbenen Saft zu bekommen?

- ☐ ... Orangen
- ☐ ... Himbeeren

Aus Flaschen, die ich einfach irgendwo finde, trinke ich ...

- ☐ ... immer.
- ☐ ... niemals!

Alle Flüssigkeiten, die gut duften, kann ich trinken ...

- ☐ Ja, klar.
- ☐ Natürlich nicht! Zuerst frage ich einen Erwachsenen.





Der Winter kommt, und es wird dunkler,
wenn wir in den Kindergarten gehen.
Doch wir funkeln wie
die Sterne,
weil uns mit Reflektoren
alle sehen.

HELMi.at

Dreh mich
um!

NOVEMBER

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					



SCHLAU? GENAU!

Brrr, am Morgen ist es nun oft neblig, kalt und grau. Und wenn du vom Kindergarten nachhause gehst, ist es vielleicht schon richtig dunkel. Wenn ich abends mit Sokrates spazieren gehe, verschwindet er mit seinem braunen Fell einfach in der Dunkelheit. Aber wir haben uns da was einfallen lassen ...

Weißt du, so geht es auch den Autofahrern. Viele Fußgänger sind ganz dunkel angezogen und kaum zu erkennen. Damit Sokrates gut zu sehen ist, habe ich ihm ein reflektierendes Halsband gekauft. Die Streifen auf meinem Helm blitzen auch, wenn sie von Autoscheinwerfern angeleuchtet werden.

Weißt du, was Reflektoren sind?

Es blitzt!

Reflektierendes Material entscheidet, aus welcher Entfernung ein Fußgänger im Abblendlicht eines Autos wahrgenommen werden kann. Ein dunkel gekleideter Fußgänger wird erst aus etwa 20 Metern Entfernung erkannt, ein hell gekleideter aus etwa 40 Metern und ein „reflektierender“ bereits aus 150 Metern. Mit dem folgenden Spiel können Sie den Kindern zeigen, wie Reflektoren wirken – dazu brauchen Sie Pendelblitze und/oder Reflektorbänder sowie eine nicht zu stark strahlende Taschenlampe.

In einem Raum, den Sie gut verdunkeln können, bringen Sie für die Kinder gut sichtbar einen Pendelblitz an. Nun verdunkeln Sie den Raum und strahlen mit der Taschenlampe den Pendelblitz an – so sehen die Kinder dessen Wirkung. Im nächsten Schritt drehen sich die Kinder um, halten sich die Augen zu und murmeln vor sich hin. Währenddessen befestigen Sie den Pendelblitz an einer anderen Stelle. Wieder wird es dunkel, die Kinder drehen sich um, und ein Kind darf nun mit der Taschenlampe den Pendelblitz suchen. Sie können das Experiment wiederholen, und jedes Kind bekommt den Reflektor, den es gefunden hat. Wenn die Kinder reflektierende Kleidung oder Rucksäcke haben, kann auch damit experimentiert werden.

Ein Tipp für Eltern

Sichtbarkeit ist Sicherheit – das gilt für Kinder ganz besonders, aber genauso für Erwachsene. Durch die Kombination von heller Kleidung mit Reflexmaterialien können Sie die Sichtbarkeit Ihres Kindes und Ihre eigene auf bis zu 200 Meter im Abblendlicht erhöhen.

Das Reflexmaterial muss im Streuwinkel des Abblendlichts getragen werden. Erwachsene Fußgänger betonen daher die untere Körperhälfte, Kinder den ganzen Körper – von den Schuhen bis zu den Schultern. Achten Sie darauf, dass Sie und Ihr Kind auch seitlich „strahlen“, damit Sie beim Überqueren der Fahrbahn gesehen werden.



Sichtbarkeits-Quiz

Wenn es draußen dunkel ist, ziehe ich mich am besten ganz dunkel an.

Natürlich nicht – so hell wie möglich.

Was strahlt hell und weit, wenn ein Scheinwerfer es anleuchtet?

Ich mit meinen Reflektoren.

Damit mich Autofahrer beim Überqueren der Straße sehen, trage ich ...

Reflektoren an beiden Seiten.





Kerzen machen alles festlich
und gemütlich obendrein.
Doch ich spiele nie allein
mit dem heißen Feuerschein.

HELMi.at

Dreh mich
um!

DEZEMBER

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



SCHLAU? GENAU!

Sokrates und ich haben Kekse gebacken. Und ich weiß genau: Er hat sich einige geschnappt, als ich nicht hingeschaut habe. Er hat gesagt: „Mmpfmpf, Helmi ... schmatz ... holen wir den Adventkranz raus ... mpf, schmatz ... und zünden die Kerzen an?“

Kerzenschein ist gemütlich, oder? Feuer kann allerdings sehr gefährlich werden, wenn man nicht gut aufpasst. Deswegen gibt es die Feuerwehr: Die muss kommen und den Brand löschen, wenn Feuer außer Kontrolle geraten ist.

Was tust du, wenn du eine Kerze anzünden willst?



Der Umgang mit Kerzen

Feuer hat für Kinder den Reiz des Verbotenen. Daher ist es sinnvoll, sie den Umgang damit zu lehren – informieren Sie aber vorab die Eltern. Behandeln Sie das Thema breiter gefächert: Sie könnten mit den Kindern erarbeiten, welche Materialien brennen, und damit Collagen gestalten.

Für das Vorzeigen des richtigen Umgangs mit Kerzen brauchen Sie eine standfeste und eine nicht standfeste Kerze, eine feuerfeste Unterlage, eine kleine Schale mit Wasser und einen Eimer Wasser für den Notfall. Arbeiten Sie in kleinen Gruppen.

- Fragen Sie die Kinder, welche der Kerzen sie nehmen würden (die standfeste).
- Stellen Sie die Kerze auf die feuerfeste Unterlage, das Wasserschälchen daneben.
- Die Kinder überprüfen, ob es brennbare Materialien rund um die und über der Kerze gibt und entfernen sie gegebenenfalls.
- Die Sicherheitsvorschriften: Ärmel müssen hochgekrempelt werden, lange Haare werden zurückgebunden.
- Sie erklären, wie Sie die Kerze anzünden: Streichholz hinten anfassen, damit es nicht bricht und man sich nicht die Finger verbrennt. Es wird vom Körper weg an der Zündfläche gerieben und vom Körper weggehalten – nun zünden Sie die Kerze an.
- Löschen Sie das Zündholz im Wasserschälchen.
- Jedes Kind darf nun an der Kerze ein Zündholz entzünden und im Wasserschälchen löschen.



Ein Tipp für Eltern

Reden Sie gerade in der Weihnachtszeit mit Ihrem Kind über den richtigen Umgang mit Feuer. Zeigen Sie vor, wie Sie Sicherheitsvorkehrungen treffen, etwa mit feuerfesten Unterlagen unterm Adventkranz oder mit dem Löschen von Kerzen, wenn Sie den Raum verlassen etc.

Machen Sie auch eines deutlich: Wenn ein Feuer ausbricht, soll Ihr Kind sich nicht verstecken oder weglaufen, sondern schnell Hilfe holen – auch wenn es den Brand durch sein Verhalten verursacht hat. Sofort Alarm zu schlagen ist viel wichtiger als sich zu schämen.

Feuer-Quiz

Was tust du, wenn du eine Kerze anzünden willst?

Ich frage einen Erwachsenen, ob er das mit mir macht.

Sind Zündhölzer und Feuerzeug Spielzeuge?

Natürlich nicht!

Kerzen kann man einfach unbeaufsichtigt brennen lassen, oder?

Auf keinen Fall!

