



# DER AKTUELLE SELBSTSCHUTZTIPP

Selbstschutz ist der beste Schutz beim:

## FRÜHJAHRSPUTZ

In den Monaten März, April und Mai häufen sich die Unfälle bei der Hausarbeit, mehr Selbstschutz beim Frühjahrsputz kann aber Verletzungen verhindern. Viele Risiken müssen nicht sein, die Unfallursachen sind oft mangelnde Aufmerksamkeit, Hektik oder die ungeeigneten Hilfsmittel.



### Tipps zur Vermeidung von Putz-Unfällen:

- Machen Sie sich einen Putzplan
- Teilen Sie sich die Arbeit auf und legen Sie ausreichend Pausen ein
- Arbeiten Sie immer von oben nach unten und von hinten nach vorne
- Tragen Sie beim Putzen zweckmäßige Kleidung, vor allem feste, rutsch-sichere Schuhe mit flachen Absätzen. Mit allzu weiten Hosen oder Pullover können Sie hängen bleiben
- Stellen Sie sich die nötigen Arbeitsgeräte bereit. Das erspart unnötige Wege und "gefährliche Improvisation"
- Sämtliche Hilfsmittel sollten aber so platziert werden, dass man nicht darüber stolpert
- Nicht auf Fensterbänke, Stühle oder Tische steigen - verwenden Sie geprüfte Leitern als Steighilfen
- Bevor Sie elektrische Geräte reinigen, sollten Sie unbedingt den Stecker ziehen
- Fenster reinigen Sie am besten von der Rauminnenseite mithilfe einer Teleskopstange mit Stiel, Schwamm und Gummischaber, verwenden Sie die Außenseite der Fensterbank auf keinen Fall als Plattform

### Achtung bei Chemie im Haushalt:

- Beachten Sie die Warnhinweise auf den Verpackungen der Reinigungsmittel
- Achten Sie besonders darauf, dass Kinder mit möglichen Gefahrenquellen wie Putzmitteln bzw. -geräten nicht in Berührung kommen
- Entsorgen Sie Produktreste von Problemstoffen, Abfälle und Verpackungen über die Altstoffsammelzentren

**i** Mehr Informationen erhalten Sie unter:

Oberösterreichischer Zivilschutz  
Petzoldstraße 41, 4020 Linz  
Telefon: 0732 65 24 36  
E-Mail: [office@zivilschutz-ooe.at](mailto:office@zivilschutz-ooe.at)  
[www.zivilschutz-ooe.at](http://www.zivilschutz-ooe.at)



**Versuchen Sie nicht, drei Dinge auf einmal zu erledigen. Mit dem Zeitdruck und der Hektik steigt auch die Unfallgefahr!**

**SELBST-  
SCHUTZ  
IST DER  
BESTE  
SCHUTZ.**

**SORGEN  
SIE FÜR  
NOTFÄLLE  
VOR.**

[zivilschutz-ooe.at](http://zivilschutz-ooe.at)

