



# SICHER AUFSTEIGEN

## Die richtige Leiter für Wohnung, Haus und Garten

Ohne Leiter geht es nicht:

Wer an Stelle von Leitern Sessel, Kisten oder sonstige Steighilfen verwendet, oder gar auf Regale klettert, lebt gefährlich.

Rund 23.000 Österreicher verletzen sich pro Jahr durch einen Sturz. 6900 davon stürzen von einer Steighilfe. Die meisten Verletzungen treten an Armen und Beinen auf. Statistisch gesehen enden 19 Unfälle davon tödlich.

Das Risiko, zu stürzen, wird durch Verzicht auf behelfsmäßige Aufstiegshilfen deutlich reduziert. Die beste Steighilfe für den Haushalt ist eine ÖNORM - geprüfte Stufen - Stehleiter. Eine Leiter muss gegen ein Auseinandergehen, Abgleiten, Umkanten und starkes Durchbiegen gesichert sein und eine passende Länge haben, die der Raumhöhe entspricht. Im Garten sind Leitern zum Anstellen am besten geeignet. Durch Eingraben der Leiterfüße oder Verwendung einer Leiter mit Metallspitzen wird die Sicherheit erhöht. Weitere Möglichkeiten, eine Leiter einfach und billig zu sichern, sind Einhängehaken wie z. B. Mauerhaken, alte Türgehänge, Dachrinnenhaken und ähnliches.

## SICHER IST SICHER



- ▲ Steigen Sie immer mit dem Gesicht zur Leiter auf und halten Sie sich mit beiden Händen an.
- ▲ Tragen Sie nur geeignete Schuhe, am besten mit rutschfester Sohle und niedrigem Absatz (keine Schlapfen oder Stöckelschuhe).
- ▲ Für jede Tätigkeit gibt es eine zweckmäßige Kleidung. Mit einem engen Rock eine Leiter zu besteigen ist keine gute Idee. Mit zu loser Kleidung (offene Weste, flatternde Ärmel) bleibt man leicht hängen.

