



# INFORMATION FÜR IHRE PERSÖNLICHE SICHERHEIT

## Vorsicht Glatteis!

Die wechselnden Temperaturen in der aktuellen Jahreszeit führen gerade jetzt zu gefährlichen Situationen. Es fällt Schnee, dieser taut auf und kann innerhalb kürzester Zeit wieder gefrieren.

Die Folge ist gefährliches Glatteis. Glatteis ist nicht nur für Autofahrer gefährlich, sondern auch für Fußgänger.

Aber es gibt nützliche Selbstschutztipps, wie man sicher übers Eis kommt:



### 1. Hände nicht einstecken!

Vor allem ältere und gebrechliche Personen sollten bei extremem Glatteis lieber zu Hause zu bleiben. Wer trotzdem auf die Straße muss, sollte vorsichtig sein: Nicht hart auf die Fersen auftreten und lieber leicht vornüber geneigt gehen, um einen unkontrollierten Sturz nach hinten zu vermeiden. Stecken Sie Ihre Hände nicht in die Taschen, um notfalls das Gleichgewicht besser halten zu können und einen Sturz abzufangen.

### 2. Zeit einplanen!

Mit einem an die Witterungsverhältnisse angepassten Verhalten kann die eigene Sicherheit maßgeblich beeinflusst werden. Wer zu Fuß unterwegs ist, sollte bei schlechter Bodenhaftung kurze Schritte und gemäßigtes Tempo an den Tag legen. Wer mehr Zeit für seinen Weg einplant, kann sich sicherer am Ziel sehen.

### **3. Keine Stöckelschuhe anziehen**

Sondern bequeme, feste Schuhe oder Stiefel ohne hohen Absatz und mit einer guten Profilsohle.

### **4. Gleichgewichtsverlust**

Besonders gefährdet sind Menschen, deren Gleichgewicht leicht verloren geht, aber auch Menschen mit Osteoporose, da für die Knochen erhöhte Frakturgefahr besteht. Trainieren Sie regelmäßig Ihren Bewegungsapparat und versuchen gezielte Übungen um Gleichgewicht und Balance zu halten.

### **5. Einkäufe**

Ältere und gebrechliche Menschen sollten sich mit dem Taxi oder Fahrtendienst zum Arzt bringen lassen! Bei wichtigen Wegen sollte man sich trauen, jemanden zu ersuchen, die Begleitung zu übernehmen. Auch beim Einkaufen sollten Nachbarn, Verwandte und Freunde gefragt werden, ob sie dies übernehmen können. Einkäufe werden übrigens auch durch Einkaufsdienste übernommen.

### **6. Hauseigentümer zur Gehwegräumung verpflichtet**

Gehwege, Gehsteige und Stiegenanlagen, die entlang eines Grundstücks führen, müssen von Eis und Schnee befreit werden: Laut Gesetz sind Haus- bzw. Grundeigentümer für die ordnungsgemäße Säuberung bei Schnee und gefährdender Verunreinigung (z.B. nasses Laub) verantwortlich. Wer sich nicht daran hält, muss mit Geldstrafen rechnen. Kommt eine Person zu Schaden, z. B. durch einen Sturz auf einem nichtgeräumten Gehsteig, dann haftet der Liegenschaftseigentümer.

**SELBSTSCHUTZ - INFORMATION**

8403 Lebring, Florianistrasse 24

Tel: 03182/2657-333, Fax: DW 330

[www.zivilschutz.steiermark.at](http://www.zivilschutz.steiermark.at)