

## Tipps für ein sicheres und gesundes Lernen

- **Fördern Sie den Bewegungsdrang Ihres Kindes.**

Sorgen Sie für ausreichende Bewegung in der Freizeit. Unternehmen Sie Wanderungen, Fahrradausflüge und Badbesuche. Bewegungsspiele machen der ganzen Familie Spaß! Nutzen Sie Bewegungsangebote der Sportvereine.

- **Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind gesund und fit in den Tag startet.**

Achten Sie auf einen erholsamen Schlaf Ihres Kindes. Beginnen Sie den Morgen mit einem gemeinsamen und gesunden Frühstück. Geben Sie Ihrem Kind gesundes Essen und Trinken mit in die Schule.

- **Fragen Sie in der Schule nach Projekten zur Gesundheitsförderung und bringen Sie sich selbst ein.**
- **Achten Sie auf einen altersgerechten Medienkonsum.**

## Schulranzen: leicht und bequem

Oft wiegen Ranzen mehr als das empfohlene Zehntel des Körpergewichtes. Eine kindliche Wirbelsäule toleriert das, wenn Rücken- und Bauchmuskulatur gut trainiert sind. Eine schwache Muskulatur hingegen – meist durch Bewegungsmangel – kann Beschwerden verursachen.

Dennoch lässt sich das Gewicht der Schulranzen reduzieren. Lassen Sie den Ranzen täglich packen und Überflüssiges aussortieren. Fragen Sie die Schule, ob Dinge im Schulhaus bleiben können.

Wählen Sie einen Schulranzen mit breiten gepolsterten Trage-riemen und einem Leergewicht von max. 1,2 kg. Ein Schulranzen gehört auf den Rücken; er sollte im oberen Bereich aufliegen. Mehr Infos im Merkblatt DGUV Information 202-015.

## Leistungen – Prävention

Wir beraten Schulen und Schulträger und überwachen die sicherheitstechnischen Maßnahmen zur Prävention sowie zur Ersten Hilfe. Darüber hinaus unterstützen wir Programme zur Gesundheitsförderung und Gewaltprävention an Schulen und bieten zielgruppenspezifische Seminare zu Sicherheit und Gesundheit an.

## Leistungen – Heilbehandlung

Die Träger der gesetzlichen Unfallversicherung sorgen durch besondere Maßnahmen und Einrichtungen für eine möglichst frühzeitige und wirksame Heilbehandlung. Sie wird ohne zeitliche Begrenzung gewährt und umfasst ärztliche und zahnärztliche Behandlungen, bei Bedarf auch im Krankenhaus. Notwendige Transport- und Fahrtkosten, die Versorgung mit Arzneien und anderen Heil- und Hilfsmitteln sowie die Gewährung von Pflege ergänzen die Leistungen.

### Besondere schulische und berufliche Hilfen

Bei schweren Unfallfolgen werden alle pädagogischen Maßnahmen, z. B. Unterricht am Krankenbett gewährt, um dem verletzten Kind eine seinen Fähigkeiten angemessene schulische und spätere berufliche Ausbildung zu ermöglichen.

### Geldleistungen

Unter bestimmten Voraussetzungen gewähren wir auch Verletztenrenten. Wir ersetzen jedoch keine Sachschäden und zahlen kein Schmerzensgeld.

Kinderpflege-Verletztengeld kann in Anspruch genommen werden, wenn die berufstätigen Eltern zur Beaufsichtigung, Betreuung oder Pflege eines Kindes unter 12 Jahren zu Hause bleiben müssen.

**Infotelefon: (03521) 724-0**



Foto: fotolia / Halgerd

## Eine Information für Eltern von Schulanfängern

Ihre gesetzliche Schüler-Unfallversicherung stellt sich vor

## Wann ist Ihr Kind versichert?

### Unfallversicherungsschutz besteht ...

- während des Unterrichts, der Pausen und der Schulveranstaltungen, wie Ausflüge, Wandertage oder Klassenfahrten sowie bei Tätigkeiten der Schülermitverwaltung.
- wenn Ihr Kind an schulischen Arbeitsgemeinschaften/Ganztagsangeboten teilnimmt oder Fördergruppen besucht.
- während der Wege zwischen Wohnung und Schule oder dem Ort, an dem eine Schulveranstaltung stattfindet, z. B. Museum. Besucht Ihr Kind den Hort, so sind sowohl die Wege zwischen Schule und Hort, als auch zwischen Hort und Wohnung versichert.

Ohne Bedeutung für den Versicherungsschutz ist, ob Ihr Kind als Fußgänger unterwegs ist oder mit einem Verkehrsmittel; ferner, ob es den Unfall selbst verschuldet oder mitverschuldet hat. Der versicherte Weg muss nicht der kürzeste sein, sondern der günstigste und risikoärmste.

Mit uns müssen Sie keine Verträge abschließen – und noch viel wichtiger – keine Beiträge bezahlen. Die Schüler-Unfallversicherung ist eine Sozialleistung des Staates.

## Was tun bei einem Unfall?

Falls Ihr Kind in der Schule einen Unfall hat, wissen die Lehrerinnen und Lehrer, was zu tun ist.

Verunglückt Ihr Kind auf dem Schulweg, teilen Sie dem behandelnden Arzt mit, dass ein Schulunfall vorlag. Ihr Kind kommt dann schnellstmöglich in fachärztliche Behandlung. Die Chipkarte der Krankenkasse benötigen Sie nicht, abgerechnet wird unmittelbar mit der Unfallkasse. Dies gilt auch, wenn Eltern privat versichert sind und nicht ausdrücklich Privatbehandlung gewünscht wird.

Bitte informieren Sie umgehend die Schule. Diese erstellt dann die Unfallanzeige. Alle andere veranlassen wir.



Kleinere Verletzungen, die keinen Arztbesuch erfordern, werden von der Schule im Verbandbuch erfasst, damit auch bei Spätfolgen der Zusammenhang zum Schulbesuch dokumentiert ist.

## Tipps für den Schulweg

- **Wählen Sie den sichersten Schulweg für Ihr Kind.**

Üben Sie den Schulweg mit Ihrem Kind schon vor dem ersten Schultag und begleiten Sie Ihr Kind die erste Zeit.

*Tipp: Tauschen Sie die Rollen! Ihr Kind bringt Sie zur Schule und erklärt Ihnen Gefahrenstellen. Hierdurch erkennen Sie, was Ihr Kind schon verinnerlicht hat und wo noch Herausforderungen bestehen.*

Fragen Sie die Schule oder Gemeinde/Stadt/Polizei nach Schulwegplänen.

- **Üben Sie mit Ihrem Kind das Verhalten im Straßenverkehr.**

Seien Sie Vorbild, indem Sie sich selbst konsequent an Verkehrsregeln halten. Ihr Kind sollte zur Straßenüberquerung Zebrastreifen, Ampeln oder Verkehrsinseln wählen, auch wenn dafür Umwege entstehen.

Üben Sie mit Ihrem Kind am Gehwegrand immer anzuhalten, mehrmals nach beiden Seiten zu schauen und die Straße erst zu überqueren, wenn alles frei ist oder die Fahrzeuge stehen. Erklären Sie in diesem Zusammenhang wie wichtig Augenkontakt für die Kommunikation im Straßenverkehr ist. Erst nach der Radfahrausbildung sollte Ihr Kind allein mit einem verkehrssicheren Fahrrad zur Schule fahren.

- **Planen Sie für den Schulweg genügend Zeit ein.**

Hast und Eile können leicht zu Fehlverhalten im Straßenverkehr führen. Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind rechtzeitig losgeht.

- **Machen Sie Ihr Kind sichtbar. Sichtbarkeit ist Sicherheit!**

Achten Sie insbesondere bei Regen, Nebel und Dämmerung darauf, dass Ihr Kind gut erkennbare helle bzw. farbige Kleidung trägt. Schulranzen sollten fluoreszierende Sichtflächen von mind. 30 Prozent besitzen sowie breite Reflexstreifen auf mindestens 10% der Fläche.

- **Sorgen Sie für Kindersicherheit im Auto, jedoch vermeiden Sie Elterntaxis.**

Sichern Sie Ihr Kind im Auto vorschriftsmäßig.

Für ein sicheres Ein- und Aussteigen Ihres Kindes wählen Sie grundsätzlich die Gehwegseite und am besten halten Sie auf der Seite, auf der die Schule liegt.



Foto: pa/Jens Kalaene