

## Sturz- und Stolpergefahr im Winter minimieren

*Schöftland AG, 22.12.2024* – Stolpern und Stürzen zählen auch im bäuerlichen Arbeitsalltag zu den Hauptunfallursachen. In den Wintermonaten erhöhen Schnee, Glatteis und schlechte Sichtverhältnisse das Risiko zusätzlich.

### Einfache Massnahmen für mehr Sicherheit

Ein gut organisierter Winterdienst hilft, Unfälle zu vermeiden. Diese Massnahmen sorgen für einen sicheren Winter:

- **Laub rechtzeitig entfernen:** Nasses Laub in Kombination mit Frost wird zur Rutschfalle.
- **Räumgeräte bereitstellen:** Schaufeln, Besen und Streumittel an Eingängen deponieren.
- **Treppen räumen:** Treppen und Handläufe von Schnee und Eis befreien.
- **Hofflächen räumen:** Schnee regelmässig entfernen. Schneedepots so anlegen, dass Schmelzwasser abseits der Wege abfließt.
- **Eisflächen sichern:** Vereiste Stellen mit Sand, Splitt oder Granulat rutschfest machen. Streusalz matsch entfernen, um erneutes Festfrieren zu verhindern.
- **Gute Beleuchtung:** Dunkle Bereiche mit LED-Strahlern und Bewegungsmeldern ausstatten.

### Sicheres Verhalten bei Schnee und Glatteis

Auch persönliches Verhalten hilft, Stürze zu vermeiden:

- **Rutschfeste Schuhe tragen:** Schuhe mit guter Profilsohle oder zusätzlichen Spikes verwenden.
- **Handläufe nutzen:** Treppen immer mit Handlauf begehen.
- **Langsam gehen:** Mit kleinen Schritten im „Pinguin-Gang“ gehen.
- **Ablenkungen vermeiden:** Nicht aufs Handy schauen.
- **Licht einsetzen:** Bei schlechter Sicht eine Stirnlampe tragen.
- **Sturzprävention üben:** durch Kraft- und Gleichgewichtsübungen, z.B. mit dem bfu-Programm: [Training zur Sturzprävention – mit Gleichgewicht und Kraft | BFU](#)

