



Sicher, gesund und gut versichert in der Oberschule

Informationen für Eltern

Liebe Eltern,

Ihr Kind geht jetzt in eine weiterführende Schule. Die Herausforderungen wachsen und das in einer Altersphase, die es ohnehin in sich hat. Gerade die ersten Jahre auf einer weiterführenden Schule sind die unfallträchtigsten der gesamten Schulzeit. Die Kinder und Jugendlichen möchten sich ausprobieren und ihre Grenzen kennenlernen. Wir, die Unfallkasse Berlin als Trägerin der gesetzlichen Schülerunfallversicherung in der Hauptstadt, begleiten Sie und Ihr Kind auch in diesem Ausbildungsabschnitt.

Diese Broschüre informiert Sie über viele wichtige Themen. Von Frühstück bis Fitness über Fahrrad und Raufereien zu Schulrucksack und Sportunterricht finden Sie die Informationen, die Sie als Eltern interessieren könnten. Ebenfalls wichtig zu wissen: Der gesetzliche Unfallversicherungsschutz kostet Sie nichts und besteht quasi automatisch. Die Kosten für den Schutz Ihrer Kinder übernimmt das Land Berlin.

Wir hoffen, dass Ihnen die folgenden Informationen weiterhelfen.

Ihre Unfallkasse Berlin



Kostenloser Unfallversicherungsschutz



Die Unfallkasse Berlin ist die Trägerin der gesetzlichen Schülerunfallversicherung der Hauptstadt. Bei uns sind die Schülerinnen und Schüler während des Unterrichts, der weiteren schulischen Veranstaltungen sowie auf allen Schulwegen gegen Gesundheitsschäden versichert.

Rauchen ist nicht versichert

In den Berliner Schulen herrscht Rauchverbot. Da das Rauchen eine „private“ Angelegenheit der Schüler ist, fällt dieses nicht unter den Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung.

Versichert sind die Kinder:

- während des Unterrichts, der Pausen und der Schulveranstaltungen (also z. B. bei Ausflügen, Wandertagen, Klassenfahrten),
- auf den direkten Wegen zwischen der Wohnung und der Schule oder dem Ort, an dem eine schulische Veranstaltung stattfindet. Welches Verkehrsmittel für den Schulweg genutzt wird, ist dabei unerheblich. Auch die Frage, ob das Kind den Schulunfall selbst verschuldet hat, berührt den Unfallversicherungsschutz nicht.

Was bei einem Unfall zu tun ist



- Ereignet sich der Unfall während der Schulzeit, wird das Schulsekretariat alles in die Wege leiten. Die Unfallkasse erfährt dann automatisch von dem Unfall und wird nach einem Schulunfall die Kosten der Behandlung übernehmen.
- Ereignet sich der Unfall auf dem Schulweg oder wird wegen eines Schulunfalls erst am Nachmittag der Arzt aufgesucht, sollten Sie als Eltern das Schulsekretariat darüber informieren. Wir übernehmen dann im Versicherungsfall die Kosten. Ihre Krankenkasse ist in dieser Situation nicht der richtige Ansprechpartner.

Auch nach einem Bagatelunfall in der Schule sollten Sie sich bitte davon überzeugen, dass dieser Unfall im sogenannten „Verbandbuch“ der Schule eingetragen ist. Dies ist wichtig, falls wegen des Unfalls später doch noch ein Arzt aufgesucht werden muss.

Eine Bitte:

Gerade wenn ein Kind mit einer leichten Verletzung zum Arzt gebracht werden muss, sind die Einrichtungen gehalten, mit einem Taxi zu fahren und nicht die Feuerwehr zu rufen. Die Rettungswagen sollen Patienten mit bedrohlichen Verletzungen zur Verfügung stehen. Wir bitten um Ihr Verständnis und Ihre Unterstützung bei der Umsetzung dieser Regelung.

Unsere Leistungen: die Heilbehandlung mit allen geeigneten Mitteln



Die Unfallkasse Berlin sorgt durch besondere Maßnahmen und Einrichtungen für eine möglichst frühzeitige und wirksame Heilbehandlung. Sie wird ohne zeitliche Begrenzung gewährt und umfasst insbesondere ärztliche und zahnärztliche Behandlungen sowie die Behandlung im Krankenhaus. Aber auch notwendige Transport- und Fahrtkosten, die Versorgung mit Medikamenten und anderen Heilmitteln, die Ausstattung mit Körperersatzstücken und Hilfsmitteln sowie die Gewährung von Pflege ergänzen die Leistungen.

Achtung: Privatärztliche Behandlungskosten können nicht erstattet werden. Die Leistungserbringer sind verpflichtet, direkt mit der Unfallkasse abzurechnen.

Besondere schulische und berufliche Hilfen:

Nach schweren Unfällen werden auch pädagogische Maßnahmen gewährt (z. B. Unterricht am Krankenbett), um dem verletzten Kind eine seinen Fähigkeiten angemessene schulische und spätere berufliche Ausbildung zu ermöglichen.

Rente:

Sofern das Kind aufgrund des Unfalls bleibende Gesundheitsschäden hat, prüfen wir auch, ob eine Rentenzahlung möglich ist.

Damit es gar nicht erst zum Unfall kommt



Wir sind auch für die Unfallverhütung in den Schulen zuständig. Dafür steht die Unfallkasse Berlin den Schulen mit Rat und Tat zur Seite. So unterstützen wir viele Aktivitäten, um die Unfallzahlen zu senken. Dabei setzen wir auch auf Ihre Hilfe. Denn als Eltern können Sie viel für die Gesundheit und Sicherheit Ihres Kindes tun.

Jugendliche brauchen Bewegung

Aktuelle Untersuchungen zeigen, dass der Bewegungsmangel unserer Kinder bereits gravierende Folgen hat. Diese Mängel beeinträchtigen nicht nur die körperliche, sondern nach wissenschaftlichen Erkenntnissen auch die geistige Entwicklung der Kinder. Viel Bewegung sorgt darüber hinaus für mehr Bewegungssicherheit, und das ist ein großer Vorteil, um Unfälle zu vermeiden.

Bieten Sie deshalb Ihrem Kind Bewegungsmöglichkeiten. Im Sportverein kann es sich körperlich und geistig optimal entwickeln und gesund aufwachsen. Auch Schulsport ist für die gesunde körperliche Entwicklung Ihres Kindes wichtig.

Tipps zum Schulsport

In der heutigen bewegungsarmen Zeit kommt dem Schulsport eine wichtige Rolle zu. Er dient nicht nur als Ausgleich nach langem Sitzen, sondern ist für viele Jugendliche die einzige intensive Bewegungszeit. Hier werden wichtige Körpererfahrungen gesammelt, aber auch soziale Fähigkeiten erlangt; denn sich mit anderen zu messen, Regeln einzuhalten und verlieren zu können, will gelernt sein. Diese Bedeutung des Faches sollten Sie auch Ihrem Kind gegenüber vertreten.

Sorgen Sie für funktionelle Sportkleidung und passende Sportschuhe. Dabei geht es nicht um Markenartikel, sondern um den

Gebrauchswert und vor allem darum, dass die Sporttasche auch tatsächlich an den Tagen in die Schule mitgenommen wird, wenn Sport auf dem Stundenplan steht! „Vergisst“ Ihr Kind das Sportzeug absichtlich, dann fragen Sie nach, woran das liegt. Auch ein Gespräch mit der Sportlehrkraft kann helfen. Leichte Erkältungsanzeichen oder leichte Menstruationsbeschwerden sollten kein Grund für eine Sportbefreiung sein.



Auch die Ohrstecker oder das Piercing – bei- des Dinge, die nichts im Sportunterricht zu suchen haben – sollten nicht als Ausreden dienen. Sie müssen vor dem Sportunter- richt entfernt werden, denn sie gefährden die Sicherheit Ihres Kindes und auch die der Mitschüler. Eine Verantwortungsübernahme durch Sie (auch schriftlich) ist nicht möglich, denn allein die Sportlehrkraft trägt die Ver- antwortung für die Abläufe im Unterricht.

Piercings bergen daneben ohnehin viele Ri- siken und sind daher generell nicht empfe- henswert.

Im Interesse der Gesundheit Ihres Kindes sollten Sie sich in der Schule dafür einset- zen, dass der Sportunterricht von Fachleh- rern durchgeführt wird und nicht ausfällt. Es ist kein unwichtiges Fach, denn sportliche Kinder lernen leichter!



Der Schulweg mit dem Fahrrad



Da die Wege zu den weiterführenden Schu- len in aller Regel länger sind, nutzen viele Kinder nun das Fahrrad. Im Berliner Groß- stadtverkehr kann Rad fahren aber zur Ge- fahr werden. Daher kommt es auf die richtige Auswahl des Schulweges, ein sicheres Fahr- rad und einen sicheren Fahrstil an.

Der Gesetzgeber schreibt als Ausstattung für Fahrräder vor:

- zwei voneinander unabhängige Bremsen für Vorder- und Hinterrad,
- weißer Scheinwerfer und weißer Reflektor vorne,
- rote Schlussleuchte und Reflektor hinten,
- Dynamo,

- rutschfeste Pedale mit je zwei Pedalreflektoren,
- vier Speichenreflektoren (jeweils zwei am Vorder- und Hinterrad) oder reflektierende weiße Streifen an den Reifen,
- eine hell tönende Klingel,
- für eine Verbesserung der Sicherheit sind zusätzlich auch ein Frontlicht und Rück- licht mit Standlichtfunktion zu empfehlen.



Der Sicherheits-Check-up

Überprüfen Sie gemeinsam mit Ihrem Kind das Fahrrad regelmäßig.

- **Licht:** Funktioniert die Beleuchtung vorne und hinten?
- **Reflektoren:** Sind alle elf Reflektoren vorhanden? Je zwei gelbe an den Pedalen, je zwei gelbe Reflektoren am Vorder- und Hinterrad, ein weißer vorne, ein roter Reflektor hinten. Zusätzlich ein in das Rücklicht integrierter roter Reflektor.
- **Bremsen:** Liegen Hinter- und Vorderradbremse optimal am Rad an und packen bei Bedarf kräftig zu? Haben die Bremsbeläge ein tiefes Profil?

- **Sattel:** Die Sattelhöhe ist optimal, wenn das Kind mit den Füßen bis auf den Boden kommt und sich sicher abstützen kann.
- **Klingel:** Ist die Klingel gut zu erreichen, hell klingend und leichtgängig?

Achten Sie darauf, dass Ihr Kind beim Radfahren einen Helm trägt, der im Ernstfall schützt! Seien Sie Vorbild und nutzen Sie ebenfalls einen Helm!



Gefahr im toten Winkel

Immer wieder kommt es zu schweren Verkehrsunfällen, weil Lkw-Fahrer beim Abbiegen einen Fußgänger oder Radfahrer übersehen, der sich im toten Winkel befindet. Fahrradfahrer müssen den Radweg benutzen oder, wenn dieser fehlt, am rechten Fahrbahnrand fahren. Dadurch kann es vorkommen, dass rechts abbiegende Fahrzeuge ihre Fahrbahn kreuzen. Gerade bei abbiegenden Lkws kann das ein Problem werden: Denn die Fahrer haben meist keine Möglichkeit zu beobachten, was sich um sie herum abspielt. Die Ladefläche mit den hohen Bordwänden, der Sattelaufleger oder der Kastenaufbau nehmen ihnen die Sicht. Der Lkw-Fahrer sieht in der Regel nur zweierlei:

- durch das rechte Fenster den Raum neben dem Führerhaus,
- durch den rechten Außenspiegel einen Bereich, der sich direkt neben dem Fahrzeug nach hinten erstreckt.

Dazwischen befindet sich jedoch eine Fläche in der Form eines spitzen Winkels von etwa dreißig Grad. Alles in diesem Raum kann vom Fahrer nicht gesehen werden, wenn an seinem Fahrzeug keine weiteren Außenspiegel angebracht sind. Wenn man sich im toten Winkel befindet, geht die unerwartete tödliche Gefahr vom rechten Hinterrad des Lkws aus. Denn die Hinterräder des Lkws kommen beim Abbiegen viel näher an die Bordsteinkante heran als die Vorderräder.

So können Sie Ihr Kind schützen

Als Fußgänger oder Radfahrer sollte Ihr Kind wissen, wie es der Gefahr rechts abbiegender Lkws entgehen kann.

- Wenn Ihr Kind an einer Kreuzung steht und geradeaus fahren oder gehen will, muss es sich vergewissern, dass kein Lkw neben ihm steht, der rechts abbiegen will.
- Steht dort ein Lkw, sollte es versuchen, Blickkontakt mit dem Fahrer aufzunehmen. Es kann dazu auch in den Außenspiegel des Lkws schauen. Wichtig ist, dass der Fahrer das Kind gesehen hat.
- In jedem Fall sollte das Kind seitlichen Abstand zu vorbeifahrenden Lkws halten.



Haltungsschäden durch Schulrucksäcke



Schulrucksäcke können zu dauerhaften Haltungsschäden führen, wenn sie eine den Rücken schädigende Form haben, falsch getragen werden oder zu schwer sind.

Eltern, deren Kinder vom Ranzen auf einen Rucksack umsteigen wollen, sollten deshalb einen Rucksack mit ergonomisch geformter, gepolsterter Rückseite auswählen. Die ebenfalls gepolsterten Trageriemen sollten mindestens vier Zentimeter breit und gut zu verstellen sein. Rucksäcke, die zu tief im Rücken getragen werden, können zum Hohlkreuz (Lendenlordose) führen.

Sind dagegen die Träger zu kurz eingestellt, droht ein Rundrücken. Dazu kommt, dass eine falsche Verteilung der Last auf dem Rücken Bandscheiben und Zwischenwirbelgelenke erheblich belastet. Schulrucksäcke sollten deshalb körpernah im Bereich der Brustwirbelsäule getragen werden: unterhalb der Schulterblätter bis Höhe Taille.

Auch das Gewicht von Rucksack und Inhalt ist ein Problem. Da Rucksäcke meist mehr Volumen als Schulranzen haben, werden sie schnell überladen.

Gemeinsam mit Ihrem Kind morgens aufstehen und frühstücken



Kinder und Jugendliche, die ohne Frühstück in die Schule kommen, können sich schlechter konzentrieren und sind daher auch deutlich unfallgefährdeter als Kinder, die vor der Schule zu Hause gegessen haben.

Nehmen Sie sich morgens Zeit für Ihr Kind und frühstücken Sie gemeinsam. Kinder, die vor dem Unterricht zu Hause gegessen haben, fühlen sich auch wesentlich wohler und ausgeglichener, wenn der Start in den Tag nicht schon mit Hektik und Stress beginnt. Auch wenn Ihr Kind morgens noch nicht viel essen kann, sollten Sie sich einen gelassenen Tagesbeginn mit einem kleinen gemeinsamen Frühstück gönnen. Und das „große“ Frühstück kann das Kind dann in der Pause zu sich nehmen.

Wenn Ihr Kind beim Belegen des Schulbrotes mitentscheiden darf, steigt die Wahrscheinlichkeit, dass dieses Brot auch gegessen wird. Vielleicht gelingt es Ihnen so, auf die dick machenden Schokoriegel als Pausenbrotersatz zu verzichten. Übergewichtige Kinder haben es schwerer – lassen Sie es gar nicht erst so weit kommen.

Klassenfahrten und Schullandaufenthalte



Schüler stehen in aller Regel während Klassenfahrten und Schullandaufenthalten unter dem Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung.

Wichtigste Voraussetzung für den Versicherungsschutz auf Reisen ist, dass es sich überhaupt um eine schulische Veranstaltung handelt, also die Reise erkennbar im „organisatorischen Verantwortungsbereich“ der Schule liegt, also von der Schule geplant, organisiert, durchgeführt und beaufsichtigt wird.

Versichert sind zunächst alle Tätigkeiten, die im direkten Zusammenhang mit der Schulfahrt stehen. Daher ist bereits die Anreise versichert. Aber auch auf Schulfahrten gibt es grundsätzlich keinen Versicherungsschutz rund um die Uhr. Denn die gesetzliche Unfallversicherung deckt allein be-

sondere Risiken des Schulbesuchs ab. Bei einer Schulfahrt gehört dazu das komplette gemeinschaftlich bestrittene und beaufsichtigte Freizeitprogramm, beispielsweise der gemeinsame Schwimmbad- oder Museumsbesuch im Klassenverband. Für Tätigkeiten, die zum persönlichen Lebensbereich der Schülerinnen und Schüler gehören (z. B. Essen, Trinken, Körperpflege, Toilettengang, Nachtruhe), gilt der besondere Schutz der Unfallversicherung grundsätzlich nicht. Sie gelten als private Verrichtungen, die entsprechend in den Zuständigkeitsbereich der privaten Absicherung des Kindes (in aller Regel durch die gesetzliche oder private Krankenkasse) fallen. Die Abgrenzung des persönlichen Lebensbereichs vom versicherten schulisch geprägten Bereich kann letztlich nur immer für den Einzelfall verbindlich entschieden werden.



Klassenfahrten ins Ausland

Auslandsfahrten werden auch bei Schulausflügen immer beliebter. Gut zu wissen: Der in Deutschland bestehende Versicherungsschutz wird für die Dauer des Aufenthaltes im Ausland grundsätzlich „mitgenommen“. Mit den meisten europäischen Nachbarländern existieren Abkommen mit Sozialversicherungsträgern, die bei Unfällen Sachleistungen zu Lasten der deutschen gesetzlichen Unfallversicherung übernehmen. Der Leistungsumfang entspricht dabei in der Regel dem des Inlands. Für Schäden, die außerhalb des Geltungsbereichs der deutschen gesetzlichen Unfallversicherung liegen, sollten Schülerinnen und Schüler ihre neue Europäische Krankenversicherungskarte (European Health Insurance Card – EHIC) dabei haben. Sie bestätigt dem ausländischen Leistungserbringer grundsätzlich die Zuständigkeit eines deutschen Kranken- bzw. Un-

fallversicherungsträgers. Ob zusätzlich für bestimmte Länder der Abschluss einer privaten Zusatzkrankenversicherung zu empfehlen ist, sollte im Vorfeld besprochen werden.

Auch wenn im Einzelfall Versicherungsschutz für einen Unfall einer Schülerin oder eines Schülers mit der Folge abgelehnt werden muss, dass die gesetzliche Krankenkasse für die Entschädigung des eingetretenen Gesundheitsschadens zuständig ist, wird die Unfallkasse Berlin die Koordination mit der Krankenkasse und den behandelnden Ärzten sicherstellen. Im Mittelpunkt des Schulausfluges sollte das für die Schülerinnen und Schüler unvergessliche Gemeinschaftserlebnis stehen. Wir wünschen eine gute, unfallfreie Fahrt!

Raufereien, Rüpeleien und Gewalt



In einer weiterführenden Schule kommt es gegenüber der Grundschule eher zu Raufereien, die mitunter den harmlosen Charakter verlieren.

Schülerinnen und Schüler, die durch aggressives Verhalten in der Schule oder auf den Schulwegen verletzt wurden, sind wie bei einem sonstigen Schulunfall versichert, sofern nicht eine Fehde aus rein privaten Motiven ausgetragen wird. Nicht jede Rauferei ist gleich ein Anzeichen von Gewalt an Schulen. Doch was sollten Eltern tun, die glauben, dass ihr Kind ein Opfer der Mitschüler geworden ist?

Erster Ansprechpartner sollte die Klassenlehrerin oder der Klassenlehrer sein. Auch die Schulleitung kann informiert werden.

Was können Eltern tun, die Rat außerhalb der Schule suchen? Allgemeingültige Richtlinien und Maßnahmen für Eltern, deren Kind Gewalthandlungen ausgesetzt ist, gibt es nicht, weil jeder Einzelfall anders ist. Genaue Analysen und professionelle Unterstützung und Hilfe sind nötig und vor allem möglich.

Eltern können sich zudem Rat, Hilfe und Unterstützung bei den Berliner Schulpsychologen und -psychologinnen für Gewaltprävention und Krisenintervention holen. In jedem Berliner Bezirk gibt es ein schulpsychologisches Beratungszentrum mit ein bis zwei auf Gewalt und Krisen spezialisierten Fachkräften. Diese schulpsychologischen Teams stehen ebenfalls unter der umseitig genannten Internetadresse im Netz.

Mobbing mit Hilfe von Medien, das sogenannte Cyberbullying, ist eine neue, sich weltweit ausbreitende Mobbing-Variante, die sich moderner Kommunikationsmittel wie Internet und Handy bedient. Nachricht-

ten, Bilder und Videos, die einmal ins Netz gestellt wurden, erreichen dann möglicherweise jahrelang ein potenziell unbegrenztes, anonymes Publikum.

Hilfe und Unterstützung bieten an:
www.kindernotdienst.de
www.elterntelefon.org
www.klicksafe.de

Weitere Informationen zum Thema finden Sie im Internet unter www.unfallkasse-berlin.de im Bereich „Informationen für Eltern“.



Und was ist, wenn mein Kind aggressive Auseinandersetzungen sucht



Verletzungen nach aggressiven Auseinandersetzungen

Die Unfallkasse Berlin hat im Einzelfall das Recht, sämtliche Behandlungskosten des Geschädigten vom Täter erstattet zu bekommen. Denn den Jugendlichen wird zugemutet, dass sie wissen, was sie tun und mit welchen Folgen zu rechnen ist, wenn sie andere Personen schlagen. Das kann mitunter sehr teuer werden.

Sie sollten daher gleich bei den ersten Anzeichen Ihres Kindes reagieren, wenn es körperliche Gewalt gegen andere einsetzt. Nur sehr konsequentes Verhalten von Eltern, Lehrerinnen und Lehrern ist in der Lage, Jugendlichen zu helfen, Probleme gewaltfrei zu lösen. Wichtig dabei ist, dass Konsequenzen unmittelbar nach dem Fehlverhalten getroffen werden, nicht erst Tage später.

Eltern und Lehrkräfte sind auch im Jugendalter die entscheidenden Vorbilder. Wer als Erwachsener Kinder und Jugendliche häufig anschreit, herabwürdigt, beleidigt oder bloßstellt, erzeugt bei ihnen zwangsläufig aggressives Verhalten. Dieses richtet sich dann allerdings eher gegen Schwächere oder Gleichaltrige. Lassen Sie es nicht so weit kommen! Nutzen Sie die genannten Beratungsmöglichkeiten!

Unfallkasse Berlin

Culemeyerstraße 2

12277 Berlin

Tel.: 030 7624-0

Fax: 030 7624-1109

unfallkasse@unfallkasse-berlin.de

www.unfallkasse-berlin.de

Herausgeber: Unfallkasse Berlin | Umsetzung: eobiont GmbH | Stand: August 2011 | Bildnachweis (Seitenzahl in Klammern)
v. l. n. r.: ©fotolia.de/Yuri Arcus (Titel), ©fotolia.de/lightpoet (2), ©iStockphoto.com/Andrey Shadrin (3), UKB/Daniel Pfarr
(3, 4), ©fotolia.de/Liurimko (5), UKB/Jan Röhl (5), UKB/Daniel Pfarr (6), ©iStockphoto.com/Robert Brown (7), UKB/Daniel
Pfarr (7), ©fotolia.de/Galina Barskaya (8), UKB/Daniel Pfarr (8), Springer Transport Media GmbH – Verlag Heimrich Vogel,
München (9), ©iStockphoto.com/SteveStone (10), UKB/Daniel Pfarr (10), UKB/Jan Röhl (11), DVR e. V. (12), ©fotolia.de/
granitepeaker (13), ©fotolia.de/Rafa Trusia (13), ©fotolia.de/Dušan Zidar (14), ©iStockphoto.com/Izabela Habur (15),
©fotolia.de/Edyta Pawłowska (16), UKB/Jan Röhl (17), UKB/Daniel Pfarr (18, 19)

Best. Nr. UKB SI 28