Haus kindersicher machen – der große Eltern-Guide

Checkliste mit 82 Punkten · Stand 11. November 2026 · erstehilfekind.soft-aid.de/ratgeber

SOFTAID

Gehen Sie die Liste in der Hocke durch, auf Augenhöhe Ihres Kindes. Keine Kindersicherung ersetzt Ihren Blick: Sicherungen schenken Ihnen Zeit, die Aufmerksamkeit bleibt bei Ihnen.

Das ganze Zuhause

- [ ] Jede erreichbare Steckdose gesichert, auch hinter Sofa und Schrank
- [ ] Kabel fest verlegt oder in Kabelkanälen versteckt
- [ ] Defekte Geräte und Ladekabel ersetzt, Ladegeräte nicht in der Steckdose gelassen
- [ ] Fenster und Balkontüren mit abschließbaren Griffen oder Sicherungen versehen, Schlüssel außer Reichweite
- [ ] Nichts zum Klettern vor den Fenstern: keine Stühle, Hocker, Kisten, Sofas oder Betten
- [ ] Treppenschutzgitter oben an der Wand verschraubt und unten angebracht
- [ ] Treppe rutschfest und gut beleuchtet, Läufer fest verklebt
- [ ] Keine Lauflernhilfe („Gehfrei“) im Haus
- [ ] Türstopper oder Klemmschutz an den Türen
- [ ] Glastüren mit Splitterschutzfolie beklebt oder gut sichtbar markiert
- [ ] Räume, die nicht kindersicher sind, mit einem Türschutzgitter abgeriegelt
- [ ] Lose Teppiche entfernt oder rutschfest unterlegt
- [ ] Zerbrechliches, Scharfes und Spitzes außer Reichweite: Vasen, Gläser, Scheren, Werkzeug
- [ ] Taschen von Besuch hoch gehängt, sie können Tabletten enthalten
- [ ] Regale, Vitrinen und Fernseher mit Schraubwinkeln an der Wand verankert
- [ ] Eckenschutz an Tischkanten in Kopfhöhe, Glastische zusätzlich mit Splitterschutzfolie
- [ ] Schubladen und Schränke mit Sicherungen versehen
- [ ] Schutzgitter um den Kaminofen
- [ ] Kerzen nie unbeaufsichtigt, besser LED-Kerzen; am Baum nur geprüfte Lichterketten
- [ ] Feuerzeuge, Streichhölzer, Zigaretten und Alkohol weggeschlossen
- [ ] Giftige Zimmerpflanzen entfernt oder unerreichbar hochgestellt
- [ ] Knopfzellen außer Reichweite, Batteriefächer von Fernbedienungen und Teelichtern gesichert

Kinderzimmer

- [ ] Wickeltisch in einer Raumecke, mit hohen Seitenwänden und abgerundeten Ecken
- [ ] Heizstrahler so hoch angebracht, dass das Kind ihn nicht erreicht
- [ ] Kein Mobile neben dem Wickeltisch
- [ ] Windeln, Tücher und Kleidung liegen vor dem Wickeln bereit, eine Hand bleibt am Kind
- [ ] Spielzeug altersgerecht, mit GS- oder mindestens CE-Zeichen
- [ ] Klopapierrollen-Test gemacht: keine verschluckbaren Kleinteile in Reichweite
- [ ] Nur Spielzeug mit verschraubtem Batteriefach
- [ ] Kaputtes, verrostetes und splitterndes Spielzeug aussortiert
- [ ] Spielzeug der Geschwister mit Kleinteilen getrennt aufbewahrt
- [ ] Keine Plastiktüten in Reichweite
- [ ] Hochbett erst ab 6 Jahren, an der Wand verankert, Brüstung hoch genug, Leiter fest und rutschfest

Schlafzimmer und Babyschlaf

- [ ] Babybett mit GS-Zeichen, Gitterabstand 4,5 bis 6,5 cm, Rollen feststellbar
- [ ] Matratze fest und passend: höchstens zwei Finger Abstand zum Bettrahmen
- [ ] Im Bett liegt nur das Kind im passenden Schlafsack: kein Kissen, keine Decke, keine Kuscheltiere, kein Nestchen
- [ ] Kordeln, Bänder und Schnullerketten aus dem Griffbereich entfernt
- [ ] Baby schläft im ersten Lebensjahr auf dem Rücken
- [ ] Eigenes Bett oder Beistellbett im Elternschlafzimmer
- [ ] Schlafraum kühl, etwa 16 bis 18 °C, Bett nicht neben der Heizung
- [ ] In der Wohnung und in der Nähe des Babys wird nicht geraucht
- [ ] Alle Vorsorgeuntersuchungen wahrgenommen

Badezimmer

- [ ] Das Kind bleibt im Bad nie allein, auch nicht für einen Moment
- [ ] Seife, Waschlappen, Handtuch, Windel und Kleidung liegen vor dem Baden in Griffweite
- [ ] Wassertemperatur mit dem Thermometer gemessen: 36 bis 37 °C, nie über 38 °C
- [ ] Heißwasser mit einem Thermostat auf höchstens 50 °C begrenzt
- [ ] Rutschfeste Matte in der Wanne, rutschfeste Vorleger auf dem Boden

- [ ] Wasser nach dem Baden sofort abgelassen, keine gefüllten Eimer stehen gelassen
- [ ] Türschlüssel abgezogen und oben auf den Türrahmen gelegt
- [ ] Toilettendeckel geschlossen, bei Bedarf mit WC-Sicherung
- [ ] Föhn, Glätteisen, Rasierer und Zahnbürste weit weg vom Wasser und ausgesteckt
- [ ] Fehlerstrom-Schutzschalter (FI oder RCD) vorhanden
- [ ] Medikamente und Putzmittel oben oder abgeschlossen, Schlüssel abgezogen
- [ ] Kosmetik, Nagellackentferner und Duftöle hoch und verschlossen gelagert
- [ ] Schere, Nagelfeile und Rasierklingen außer Reichweite

Küche

- [ ] Herdschutzgitter montiert, Drehknöpfe gesichert
- [ ] Backofentür mit Türstopp gesichert, Hitzeschutz an der Scheibe
- [ ] Auf den hinteren Platten gekocht, Pfannenstiele nach hinten gedreht
- [ ] Keine heißen Getränke oder Speisen, solange das Kind auf dem Arm oder im Tragetuch ist
- [ ] Kaffee, Tee und Suppe außer Reichweite, nicht an der Tischkante
- [ ] Keine Tischdecken
- [ ] Wasserkocher und Kaffeemaschine an die Wand gestellt, Kabel aufgerollt
- [ ] Toaster, Mixer und Brotschneidemaschine außer Reichweite, nur zum Benutzen eingesteckt
- [ ] Reinigungsmittel, Spülmaschinentabs, Klarspüler und Alkohol oben oder abgeschlossen, nicht unter der Spüle
- [ ] Nichts Giftiges in Getränkeflaschen umgefüllt
- [ ] Kühlschrankmagnete, Batterien und Kleingeld weggeräumt
- [ ] Messer, Besteck und gefährliche Dinge in oberen Schränken
- [ ] Spülmaschine und Waschmaschine bleiben geschlossen
- [ ] Geprüfter Hochstuhl mit breiter Basis, Kind immer angeschnallt

Balkon

- [ ] Balkontür mit abschließbarem Griff gesichert
- [ ] Geländer hoch genug, Stababstände so klein, dass kein Kopf durchpasst
- [ ] Keine Kletterhilfen an der Brüstung: Kisten, Blumenkübel, Stühle, Tische
- [ ] Giftige Balkonpflanzen wie Oleander entfernt
- [ ] Grill nie zum Auskühlen in die Wohnung gestellt

Garten

- [ ] Gartenteich, Pool und Brunnen mit stabilem Zaun oder Gitter gesichert
- [ ] Regentonnen fest abgedeckt
- [ ] Planschbecken nach dem Spielen sofort geleert
- [ ] Giftpflanzen geprüft und entfernt: Eisenhut, Goldregen, Tollkirsche, Eibe, Maiglöckchen, Rhododendron
- [ ] Gartengeräte, Dünger und Pflanzenschutzmittel weggeschlossen
- [ ] Schaukel, Klettergerüst und Trampolin standfest aufgebaut und auf Schäden geprüft

Für den Notfall

- [ ] 112 und Giftnotruf im Handy gespeichert und gut sichtbar aufgehängt
- [ ] Erste-Hilfe-Kurs am Kind besucht

Notruf **112** · Giftnotruf Berlin und Brandenburg **030 19240** · Ärztlicher Bereitschaftsdienst **116117**

Kurs „Erste Hilfe am Kind“: 030 2654 777 0 · kinder@soft-aid.de