

RATGEBER FAMILIE



Mehr Tipps gibt's im Netz

Aktuelle Tipps und Hintergründe finden Sie auch auf unserer Facebook-Seite und unserem Twitter-Kanal. Wenn Ihnen diese Publikation gefällt, können Sie auch kostenlose Druckexemplare auf unserer RAL Gütezeichen Website anfordern.

<http://www.RAL-Gutezeichen.de/kostenlose-publikationen.html>



facebook

www.facebook.de/RalGutezeichen

<http://twitter.com/RalGutezeichen>

twitter



INHALT

RAL Gütezeichen	6
Lernen und Erleben	9
Sicherheit für Au-pairs und Gastfamilien	10
Gute Noten für Nachhilfe	12
Wohnen und Wohlfühlen	15
Wohnen und leben mit Holz	16
Möbel für Groß und Klein	24
Tapeten setzen Akzente: Schöne Wände und gesundes Wohnklima	27
Hochwertige Kerzen für jeden Anlass	29
Garten und Natur	31
Im Einklang mit der Natur	32
Einbruch- und Unfallschutz	37
Moderner Schutz vor Einbrechern und Unfällen	38
Vor Feuer schützen: Feuerlöscher im Haus	45
Unfallfrei durch den Verkehr	47
Reisen und Erholung	49
Komfortabel und sicher reisen	50
Machen Sie Ihren Urlaub zu einem besonderen Erlebnis	54
Sport und Wellness	61
Gute Böden und sichere Geräte: Sport macht Spaß und hält gesund	62
Mit Wärme und Hitze zuhause entspannen	66
Ernährungskompetenz	71
Gesunden Appetit	72

Gesundheit und Wohlbefinden	75
Medizinische Kompressionsstrümpfe und -armstrümpfe	76
Pflege und Betreuung	79
Ambulante Pflege	80
Stationäre Pflege	82

Besuchen Sie uns im virtuellen RAL GÜTEZEICHEN HAUS
unter www.RAL-GUETEZEICHEN.de



Ob beim Haus- und Umbau, der Instandsetzung oder der Renovierung:
Bei jeder Investition möchten Sie das Beste für Ihr Geld.

**Verzichten Sie nicht auf Kompetenz – Langlebigkeit –
Nachhaltigkeit – Ökologie – Sicherheit – hohen Stand der
Technik – Wirtschaftlichkeit – Zuverlässigkeit.**

Achten Sie daher auf Produkte und Dienstleistungen mit **RAL GÜTEZEICHEN.**



RAL GÜTEZEICHEN HAUS:
Ein Besuch lohnt sich

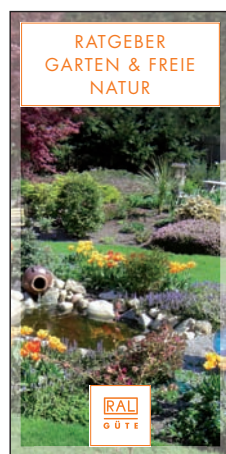
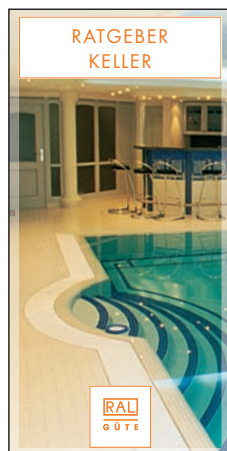
Informationen über die
RAL Gütezeichen erhalten Sie
mit wenigen Mausklicks.

Wir laden Sie ein unter

www.RAL-GÜTEZEICHEN.de ➔

AUCH DIESE RAL RATGEBER ...

... können Sie kostenlos anfordern unter der Telefonnummer: 0 22 41/16 05-40
oder per E-Mail: RALInstitut@RAL.de und sie stehen im Web auf
www.RAL-GÜTEZEICHEN.de zur Verfügung.



RAL GÜTEZEICHEN – FÜR EINE SICHERE WAHL

RAL GÜTEZEICHEN

DARAUF KANN SICH DER VERBRAUCHER VERLASSEN

Bei der Entscheidung für den Kauf eines Produktes oder die Inanspruchnahme einer Dienstleistung stehen der Wunsch nach zuverlässiger Qualität und deren klarer Nachweis zumeist ganz oben. Sicherheit für die richtige Entscheidung schaffen die RAL Gütezeichen, denn sie stehen seit vielen Jahrzehnten für ein verlässliches System stetig überwachter hochwertiger Qualität von Produkten und Dienstleistungen.

- RAL Gütezeichen gewährleisten alle wichtigen Anforderungen an die besonderen Qualitätseigenschaften eines Produktes oder einer Dienstleistung und zielen nicht auf Einzelaspekte ab. Solche Gütekriterien sind zum Beispiel:
 - ein über den Normen liegender besonders hoher Stand der Technik
 - Langlebigkeit
 - Nachhaltigkeit
 - ökologische Verträglichkeit
 - besondere Sicherheit
 - Wirtschaftlichkeit
 - besondere Kunden- und Serviceorientierung
- RAL Gütezeichen sichern die zuverlässige Einhaltung des hohen Qualitätsanspruches durch ein dichtes Netz stetiger Eigen- und neutraler Fremdüberwachung, dem sich die Hersteller und Anbieter freiwillig unterwerfen.
- RAL Gütezeichen entstehen in einem eigenen Anerkennungsverfahren, in dem gemeinsam mit Herstellern und Anbietern, Wirtschafts- und Verbraucherverbänden, Prüfinstituten sowie Behörden des Bundes und der Länder die spezifischen Anforderungen für die jeweiligen Gütezeichen festgelegt werden. Durch diese Ausgewogenheit ist gewährleistet, dass keine Einzelinteressen in diesem Prozess dominieren.

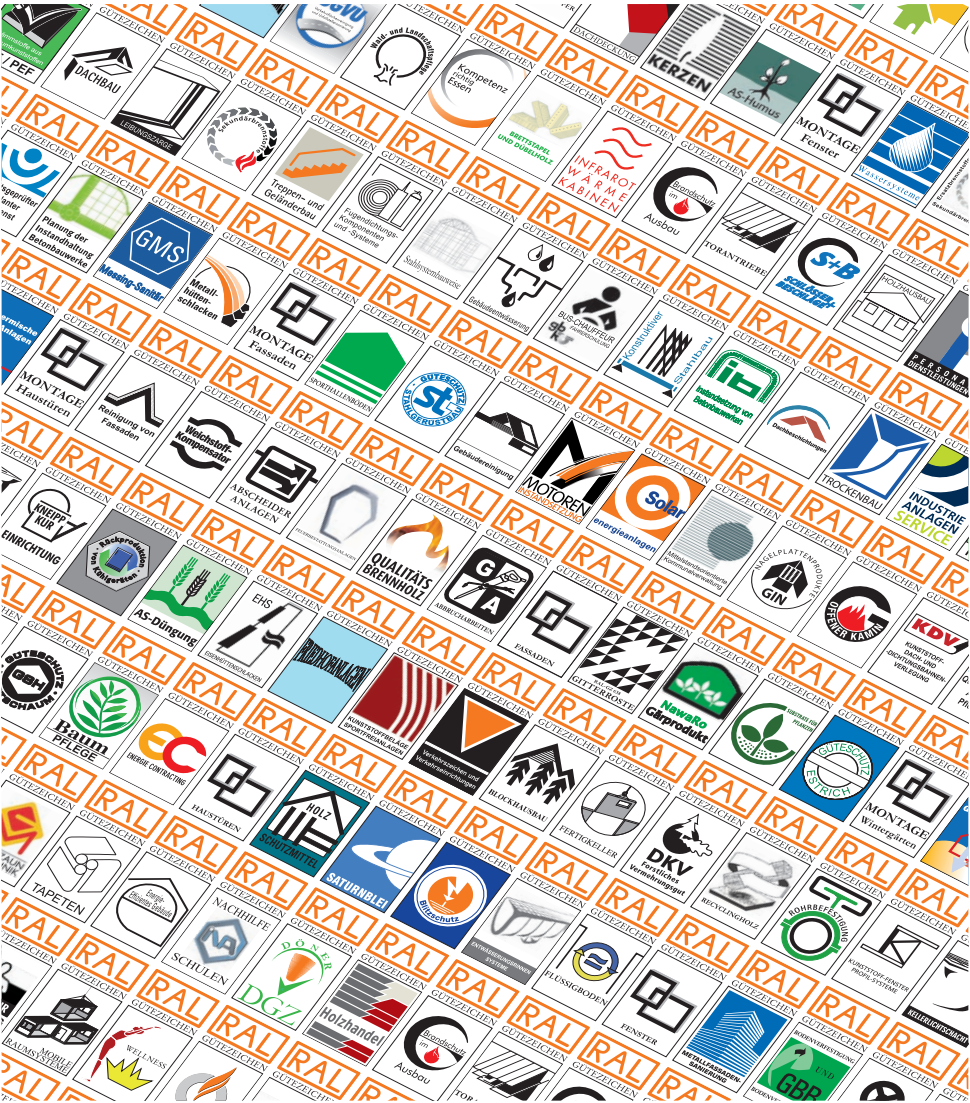
- Für dieses Anerkennungsverfahren ist RAL Deutsches Institut für Gütesicherung und Kennzeichnung verantwortlich. Als neutrale und von staatlichen sowie privatwirtschaftlichen Interessen unabhängige Institution ist RAL seit 1925 Träger und Hüter des Systems der Gütezeichen. In dieser Eigenschaft ist RAL zugleich die Dachorganisation für über 130 RAL Gütegemeinschaften als dem Zusammenschluss Gütezeichen führender Hersteller- und Dienstleistungsunternehmen.
- RAL Gütegemeinschaften sind die von RAL anerkannten Organisationen zur Durchführung und Überwachung der Gütesicherung. Sie nehmen die Verleihung des Rechts zur Führung des jeweiligen Gütezeichens an solche Hersteller und Anbieter wahr, die die Anforderungen des Gütezeichens erfüllen, sich zu deren Einhaltung bekennen und zur regelmäßigen Eigen- und strengen Fremdüberwachung verpflichtet.
- Damit sorgen die RAL Gütegemeinschaften für die Einhaltung der Gütebedingungen und die geregelte Anwendung des Gütezeichens. Sie haben das Recht, Verstöße bis zum Entzug des Gütezeichens zu ahnden und gegen missbräuchliche Verwendung des Gütezeichens vorzugehen.
- Gegenwärtig gibt es 171 Gütezeichen aus allen Lebensbereichen. Über 9.000 Unternehmen aus 30 Ländern der Welt nutzen das RAL Gütezeichen und sind Mitglied in einer RAL Gütegemeinschaft.

RAL GÜTEZEICHEN STEHEN FÜR DEN VERBRAUCHERSCHUTZ

RAL Gütezeichen fördern den Verbraucherschutz und stehen als Zeichen des Vertrauens für:

- eine eindeutige Kennzeichnung
- Transparenz und Sicherheit
- objektiv überprüfbare Gütekriterien und
- stetige Überwachung ihrer Einhaltung.

Der RAL RATGEBER FAMILIE gibt einen Überblick über viele Produkte und Dienstleistungen mit RAL Gütezeichen. Er enthält Anregungen und Tipps, um Familien den Alltag zu erleichtern.



LERNEN UND ERLEBEN



SICHERHEIT FÜR AU-PAIRS UND GASTFAMILIEN

Familie bedeutet gegenseitiges Vertrauen. Wer als Au-pair in diesen Kreis aufgenommen wird, sieht sich hohen Erwartungen ausgesetzt und hat gleichzeitig klare Vorstellungen und Wünsche. Damit beide Seiten in ihren Erwartungen nicht enttäuscht werden, gibt es die RAL Gütezeichen Au-pair Incoming und Outgoing.

Au-pairs erkennen vertrauenswürdige Vermittlungsagenturen am RAL Gütezeichen. Diese Agenturen haben sich zur Einhaltung von Arbeits-, Sozial- und Wohnstandards verpflichtet. Gastfamilien wiederum erhalten die Sicherheit, dass ihnen ein geeignetes Au-pair vermittelt wird.

Die Gütegemeinschaft Au-pair wurde gegründet mit Unterstützung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend.



© Franz Pfluegl – Fotolia.com

RAL RÄT

Achten Sie auf die Qualität der Vermittlungsagentur.

Eine gute und vertrauenswürdige Agentur:

- verfügt über kompetente Vermittler
- bereitet Familie und Au-pair auf den Aufenthalt vor
- bietet Informationen zu Behördengängen, Versicherungen und Sprachschulen an
- unterstützt den Austausch unter den Au-pairs
- informiert die Gastfamilien über die Rahmenbedingungen eines Au-pair-Aufenthalts und fragt nach, ob diese von der Gastfamilie eingehalten werden
- steht bei Fragen und Problemen während des gesamten Aufenthaltes als Ansprechpartner zur Verfügung
- hält alle Rechte und Pflichten des Au-pair und der Gastfamilie in einem Vertrag fest; zum Beispiel sollten die Tätigkeiten des Au-pair, die Arbeitszeiten und die Leistungen der Gastfamilie fixiert sein

Auf der Internetseite der Gütegemeinschaft Au-pair werden Ihnen Links zu Dokumenten angeboten, die mit den formalen und rechtlichen Grundlagen von „Au-pair“ zu tun haben. Außerdem finden Sie Dokumente zum Download wie zum Beispiel Flyer in Deutsch, Russisch, Englisch, Spanisch und Portugiesisch sowie die Liste der Agenturen.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Au pair

Telefon: (02 28) 95 06-120

E-Mail: info@guetegemeinschaft-aupair.de

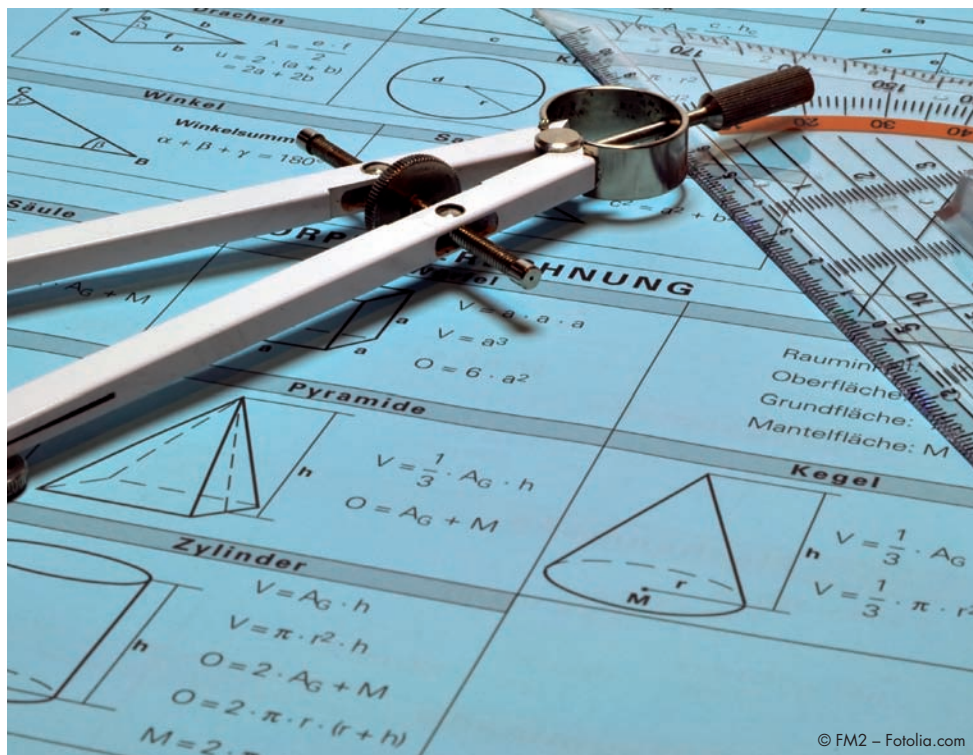
Internet: www.guetegemeinschaft-aupair.de

GUTE NOTEN FÜR DIE NACHHILFE

Schule ist nicht alles im Leben, aber ein wichtiger Grundstein für Erfolg im späteren Leben. Seien Sie deshalb bei der Wahl einer Nachhilfeschool für Ihr Kind sorgsam.

In Schulen, die für ihre angebotenen Leistungen das Gütezeichen erhalten haben, wissen Sie Ihr Kind gut aufgehoben. Nur die Nachhilfeschool, die die 22 Kriterien der Gütegemeinschaft INA-Nachhilfeschoolen lückenlos erfüllt, erhält das RAL Gütezeichen.

So stehen diese Nachhilfeschoolen unter anderem für planmäßige Förderung, individuell abgestimmten und flexibel organisierten Unterricht, motivierte und erfahrene Lehrkräfte, engen Kontakt zwischen Eltern und Lehrern sowie regelmäßige Erfolgskontrollen.



RAL RÄT

Erwarten Sie von einer professionellen Nachhilfeschule daher:

- nachweislich qualifizierte Lehrkräfte
- kompetente und engagierte Gesprächspartner
- die Möglichkeit zu kurzfristigen Beratungsterminen
- eine Kündigungsfrist von nicht mehr als zwei Monaten
- die Möglichkeit, versäumten Unterricht kurzfristig nachzuholen
- kostenlosen Probeunterricht vor der Anmeldung
- individuelle Abstimmung der Unterrichtsinhalte
- Ursachenforschung schlechter Schulnoten
- kleine leistungshomogene Gruppen von maximal vier Schülern
- umfangreiches und aktuelles Übungsmaterial und Bücher zum Nachschlagen
- eine Dokumentation des Unterrichts zu Ihrer Kontrolle
- ausreichend Fachlehrer zur Auswahl
- die Erreichbarkeit der Schulleitung von durchschnittlich vier Stunden täglich

Schauen Sie sich selbst die Unterrichtsräume an und vereinbaren Sie zunächst einige Probestunden.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft INA-Nachhilfesschulen

Telefon: (0 62 02) 1 22 60

E-Mail: info@ina-schulen.de

Internet: www.ina-schulen.de

WOHNEN UND WOHLFÜHLEN



© HUGA Hubert Gaisendrees GmbH & Co. KG, Mitglied der Gütegemeinschaft Innenlüften

WOHNEN UND LEBEN MIT HOLZ

Holz liegt in unserer Natur. Es ist einer der ältesten Baustoffe des Menschen. Ob als Innentür, Treppe, Carport, Gartenlaube, Terrassendeck, Gartenzaun oder Spielgerät: Holz vermittelt Wärme, fühlt sich gut an, ist funktionell und nachhaltig. Nicht von ungefähr setzen immer mehr junge Familien bei der Gestaltung ihrer Wohn- und Lebenswelt auf Holz.

Holz ist ein biologischer Werkstoff, der wie die Natur wächst und vergeht. Der richtige Holzschutz im Außenbereich ist daher für die Erhaltung des Materials wichtig. Zudem sollte berücksichtigt werden, dass Holz als moderner Baustoff dauerhaft unterschiedlichen Belastungen ausgesetzt sein kann. So gelten beispielsweise für Feucht- und Nassräumen andere Anforderungen als für eine Wohnzimmertür.



© Erich Scheerer GmbH / Mitglied der
Gütegemeinschaft Imprägnierte Holzbauelemente

Auch auf die Gesundheits- und Umweltverträglichkeit von Holz gilt es zu achten – für Ihre Familie, für die Natur.

INNENTÜREN AUS HOLZ

Innentüren in Häusern, Wohnungen und öffentlichen Gebäuden haben ganz unterschiedliche Anforderungen zu erfüllen. Haustüren haben andere zu erfüllen als Wohnzimmertüren oder Türen für Badezimmer. Eine Tür muss den täglichen Belastungen widerstehen, weshalb beispielsweise auch die Festigkeit der Zargen eine besondere Rolle spielt.



© HUGA Hubert Gaisendrees GmbH & Co. KG,
Mitglied der Gütegemeinschaft Innentüren



Innentüren mit dem RAL Gütezeichen unterliegen umfangreichen Prüfungen unter anderem mit Blick auf die Stoßfestigkeit sowie die Beständigkeit bei Feuchtigkeit und Temperaturwechsel. Die Hersteller verpflichten sich zudem überwiegend Holz oder Plattenwerkstoffe aus zertifizierter nachhaltiger Waldbewirtschaftung, emissionsarme Holzwerkstoffe und schwermetallfreie Beschichtungssysteme zu verwenden.

RAL RÄT

Innentüren aus Holz sollten auf die Erfordernisse des dahinter liegenden Raumes und seiner vorwiegenden Nutzung ausgerichtet sein:

- Wohnungseingangstüren benötigen eine ausreichende Schalldämmung
- Kinderzimmertüren sollten möglichst robust sein
- Türen zum Bad sind mit Rücksicht auf mögliche Feuchte- oder Nässeeinwirkung zu wählen

HOLZTREPPEN UND GELÄNDER

Treppen und Geländer sind nicht nur ein stilbildendes Element in jedem Haus. Durch die großen Gestaltungsvarianten hinsichtlich Konstruktion und Design verbinden sich Funktion und Optik auf harmonische Weise. Eine Treppe mit dem RAL Gütezeichen Treppen- und Geländerbau verbindet zudem eine gefällige Gestaltung mit Standsicherheit, Nutzungssicherheit, Brand- und Schallschutz.

RAL RÄT

- Die Maße für die Auftrittsbreite und die Steigungshöhe sind ganz entscheidend, um sicher und bequem auf einer Treppe zu gehen. Das Treppensteigen wird umso einfacher und bequemer, je geringer die Steigungshöhe ist. Der Fuß findet sicheren Halt, je größer die Auftrittsbreite ist.
- Eine Treppenraumfläche von unter 3 m² wird meist nur eine kleine und daher steile Treppe aufweisen.
- Eine bequem begehbare Treppe beginnt ab ca. 3,5 m² mit einer nutzbaren Lauffläche von 90 bis 100 cm.
- Generell gilt: Je flacher der Winkel, desto sicherer und bequemer wird die Treppe. Zwischen 22 bis 45 Grad gilt: Zweifache Steigerung plus der Auftritt bedeuten 59 bis 65 cm Schrittmaß.
- Das im RAL Gütezeichen verankerte Kontroll- und Dokumentationssystem ermöglicht eine frühzeitige Fehlererkennung für rechtzeitige Korrekturen bei Herstellung und Montage.
- Weit vorn bei den häuslichen Unfällen liegen Treppenstürze. Handläufe sollten möglichst an beiden Seiten der Treppe und in einer Höhe von 85 cm angebracht sein. Mit einem Durchmesser von 3 bis 4,5 cm lassen sie sich gut umgreifen. Rutschhemmende Beläge auf den Stufen sollten selbstverständlich sein.



© Gütegemeinschaft Holzbau Ausbau Dachbau

HOLZPRODUKTE IM „GRÜNEN WOHNZIMMER“

Als natürliche Gestaltungselemente übernehmen Holzprodukte im Garten, im „grünen Wohnzimmer“, häufig eine zentrale Rolle. Sei es die Schatten spendende Pergola, der dekorative Friesenzaun, die gemütliche Gartenlaube, der schützende Carport oder die sichere Kinderschaukel – Holz und Holzbauelemente geben dem Garten eine persönliche und unverwechselbare Note.

RAL RÄT

Damit Sie sich möglichst lange an Ihren Holzbauelementen erfreuen, sollten Sie beim Kauf auch auf folgendes achten:

- ausgesuchte Rohholzqualität
- fachgerechte Imprägnierung nach dem neuesten Stand der Technik
- Einsatz amtlich zugelassener Holzschutzmittel
- 10-jährige Herstellergewährleistung



© Erich Scheerer GmbH/Mitglied der Gütegemeinschaft Imprägnierte Holzbauelemente

Wenn Sie hierauf achten, erhalten Sie eine überdurchschnittlich lange Lebensdauer Ihrer Holzbauprodukte und ein Höchstmaß an Sicherheit. Natürlich sind auch Spielgeräte aus Holz mit RAL Gütezeichen unbedenklich für Umwelt und Gesundheit.

Wussten Sie, dass am Ende der Lebensdauer des Holzprodukts das Altholz problemlos energetisch verwertet, also daraus Strom und/oder Wärme gewonnen werden kann?



© Erich Scheerer GmbH/Mitglied der Gütegemeinschaft Imprägnierte Holzbauelemente

DER SICHERE HOLZSCHUTZ IM AUSSENBEREICH

Holz ist einer der beliebtesten Werkstoffe für die Verschönerung von Garten und Zuhause. Es ist kreativ zu gestalten und individuell auszubauen. Es ist leicht zu bearbeiten und trotz hoher Festigkeit sehr elastisch. Holz ist allerdings nicht von unbegrenzter Dauerhaftigkeit, denn es ist ein biologischer Werkstoff, der im Kreislauf der



Natur wächst und vergeht. Wollen Sie die aus Holz angefertigten Bauteile im Haus und Garten möglichst lange in ihrem Wert erhalten, so müssen Sie Holz vor Pilzen und Insekten sowie den Einflüssen von Witterung und Feuchtigkeit schützen. Verbautes Holz wird aber auch durch die Nutzung beansprucht: Flecken, Schmutz, Staub und Kratzer verderben schnell sein wertvolles und edles Aussehen. Auf einen sinnvollen Schutz und eine regelmäßige Pflege des Holzes sollten Sie daher nicht verzichten.

RAL RÄT

Holzschutzmittel schützen Holz und Holzwerkstoffe. Seine Wirkstoffe bekämpfen Pilze und Insekten und verhindern den Befall von Holz zerstörenden oder verfärbenden Organismen. Insbesondere dort, wo Holzbauten der Witterung ausgesetzt sind, ist die Pflege mit Holzschutzmitteln notwendig.

Beim RAL Gütezeichen Holzschutzmittel zählen neben der Wirksamkeit die gesundheitliche Unbedenklichkeit. Für die Bearbeitung gilt:

- Verarbeitungshinweise auf Gebinden lesen
- ausschließlich mit Pinsel streichen
- mit Handschuhen arbeiten
- Kopfschutz und Schutzbrille bei Arbeiten über dem Kopf
- Holzschutzmittel nicht auf Pflanzen tropfen oder versickern lassen

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Innentüren aus Holz und Holzwerkstoffen

Telefon: (06 41) 9 75 47-0

E-Mail: mail@gg-innentueren.de

Internet: www.gg-innentueren.de



Gütegemeinschaft Holzbau-Ausbau-Dachbau

Telefon: (030) 2 03 14-0

E-Mail: info@ghad.de

E-Mail: www.ghad.de



Gütegemeinschaft Imprägnierte Holzelemente

Telefon: (0 67 21) 96 81-0

E-Mail: info@mit-sicherheit-haltbar.de

Internet: www.mit-sicherheit-haltbar.de



Gütegemeinschaft Holzschutzmittel

Telefon: (0 61 82) 82 94 46

E-Mail: info@holz-schuetzen.de

Internet: www.holz-schuetzen.de

MÖBEL FÜR GROSS UND KLEIN

Zuhause ist es doch am schönsten – vorausgesetzt man hat sich gemütlich eingerichtet. Ist der Möbelkauf für Alleinstehende noch recht einfach, sieht es bei Familien anders aus: Unterschiedliche Geschmäcker treffen aufeinander. Viele wollen mitreden und mitentscheiden. Die Beanspruchung der Möbel durch Erwachsene und Kinder unterscheidet sich zudem stark. Verarbeitung, Stabilität und Sicherheit sind daher wichtige Kaufkriterien. Und keinesfalls darf das Thema Gesundheit vernachlässigt werden. Möbel sollten auf ihren Schadstoffgehalt getestet worden sein, bevor sie ins Familienheim einziehen. So schaffen Möbel sichere und nachhaltige Lebensqualität.

Möbel mit dem RAL Gütezeichen berücksichtigen all diese hohen Ansprüche, und es ist zugleich der strengste Nachweis für überprüfbare Möbelqualität und -sicherheit in Europa.

Der gesamte Produktionsweg – vom Werkstoff Holz über die Produktion der Möbel, ihre Verpackung, ihren Transport bis zur Entsorgung und Wiederverwertung – muss gesundheits- und umweltfreundlich sein.



© Deutsche Gütegemeinschaft M

Fachleute neutraler Prüfinstitute untersuchen nicht nur die Stabilität, Festigkeit, Verarbeitung, Funktionsfähigkeit und Sicherheit der Möbel, sondern auch ihren Schadstoffgehalt.

Die Liste der Stoffe, nach denen geforscht wird, ist lang: Formaldehyd, Restlösemittel, flüchtige Verbindungen wie Alkane, Ester, aromatische Kohlenwasserstoffe, Terpene, Ketone usw. gehören ebenso dazu wie Biozide, Lindan, Pyrethroide, Azofarbstoffe, FCKW, Schwermetalle oder Flammschutzmittel. Hierbei setzt die Deutsche Gütegemeinschaft Möbel manche höchstzulässige Menge sogar noch geringer an als das Bundesministerium für Gesundheit.

So können Möbelkäufer immer sicher sein:

Möbel mit dem RAL Gütezeichen sind gütegeprüfte Produkte, mit denen jeder seine Wohnung und sein Haus guten Gewissens einrichten kann.

RAL RÄT

Möbel zu kaufen oder sich neu einzurichten, kann schön und kreativ sein, aber auch schwierig. Legen Sie sich deshalb vor dem Einkauf eine Checkliste an, auf der folgende Fragen stehen können:

- Wie groß darf das Möbelstück höchstens sein?
- Wie benutze ich das Möbel?
- Wie stabil muss es sein?
- Fühle ich mich damit wohl? Unbedingt Probe sitzen bzw. liegen.
- Ist das Möbelstück leicht zu reinigen?
- Auf welchem Fußboden soll das Möbelstück stehen?
- Ist es gesundheitlich unbedenklich?



© Deutsche Gütegemeinschaft Möbel

Kinder brauchen Platz zum Toben und probieren alles aus. Achten Sie daher bei Möbeln besonders auf Sicherheit vor Verletzungen.

RAL RÄT

- Machen Sie vor dem Kauf eines Kinderhochstuhls mit Ihrem Kind eine Sitzprobe. Die Körpergröße zählt und nicht das Alter.
- Bei Wickeltischen und Kinderbetten müssen alle Kanten abgerundet sein. Das Kind sollte sich nirgends einklemmen oder quetschen können.
- Beim Etagenbett müssen das obere und untere Bett miteinander fest verbunden sein. Ebenso wichtig ist eine Absturzsicherung.
- Schreibtische und Stühle sollten stufenlos höhenverstellbar sein. So können die Möbel mit dem Kind mitwachsen.
- Schreibtischstühle müssen auch in der höchsten Sitzeinstellung noch standfest und kippsicher sein.

WEITERE INFORMATIONEN



Deutsche Gütegemeinschaft Möbel
Telefon: (0911) 9 50 99 98-0
E-Mail: dgm@dgm-moebel.de
Internet: www.dgm-moebel.ral-guete.de

TAPETEN SETZEN AKZENTE: SCHÖNE WÄNDE UND GESUNDES WOHNKLIMA

Tapeten sind Schmuck für die Wände. Dank neuer Druckverfahren gibt es Tapeten in verschiedensten Qualitäten und Oberflächen, auch zu erschwinglichen Preisen. So sehr sich jeder an einer schönen Tapete erfreut, so sehr gilt es, die Umwelt- und Verbraucherverträglichkeit nicht aus dem Blick zu verlieren.

Für jeden Hersteller muss es selbstverständlich sein, nur solche Produkte anzubieten, von denen keine schädlichen Belastungen für Mensch und Umwelt ausgehen. Dies gilt in besonderer Weise für Produkte, die in Räumen verarbeitet werden, in denen Menschen leben und arbeiten.

Um den hohen Ansprüchen der Verbraucher zu genügen, haben sich circa 40 Tapetenhersteller in der Gütegemeinschaft Tapete zusammengeschlossen. Die Güte- und Prüfbestimmungen ihres RAL Gütezeichens umfassen strenge Qualitäts-, Umwelt- und Gesundheitsstandards. Damit ist das RAL Gütezeichen Tapeten Ausdruck hoher und zuverlässiger Qualität.



© Marburger Tapetenfabrik, Mitglied der Gütegemeinschaft Tapete

RAL RÄT

Achten Sie beim Kauf Ihrer Tapete unter anderem auf folgende Kriterien:

- kein Blei und Cadmium als Stabilisatoren bei Profil-Tapeten
- keine Fluorchlorkohlenwasserstoffe (FCKWs)
- keine chlorierten und aromahaltigen Lösemittel
- keine leichtflüchtigen Weichmacher

Alle mit dem RAL Gütezeichen versehenen Tapeten enthalten keine dieser Stoffe und sind gesundheitlich unbedenklich.

Mit der richtigen Tapete können Sie übrigens auch ungünstige Grundrisse, Lichtverhältnisse und Raumhöhen verbessern:

- Dunkle Tapeten und waagerechte Muster lassen Räume niedriger erscheinen.
 - Helle Tapeten und senkrechte Muster lassen Zimmer größer wirken.
 - Nicht zu dunkle Blautöne lassen Ihre Räume freundlich und weitläufig wirken.
 - Grün wirkt beruhigend und fördert die Kreativität.
 - Weiß steht für Reinheit sowie Sachlichkeit und ist ein Kombinationswunder.
- Aber letzten Endes gilt auch bei Tapeten: Erlaubt ist, was gefällt.



© Marburger Tapetenfabrik,
Mitglied der Gütegemeinschaft Tapete



© A.S. Création Tapeten AG,
Mitglied der Gütegemeinschaft Tapete

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Tapete
Telefon : (0211) 86 28 64 12
E-Mail: info@tapeten-institut.de
Internet: www.tapeten.de

HOCHWERTIGE KERZEN FÜR JEDEN ANLASS

Kerzen verbreiten eine stimmungsvolle Atmosphäre und setzen individuelle Akzente. Ob bei Kindergeburtstagen, Familienfesten und vielen weiteren Gelegenheiten, Kerzen bringen alle Augen zum Leuchten – das ganze Jahr.

Damit das festliche Licht nicht vorzeitig erlischt und die Flamme sicher lodert, sollten Sie auf Kerzen mit besonderer Güte achten.

Übrigens sind Kerzen nicht nur schön anzuschauen. Sie sind auch gesundheitsfördernd und funktionell. So wirkt das Flackern und Licht der Flamme nachweislich entspannend und vor allem im Winter antidepressiv. Im Sommer wiederum sind Kerzen ein wirksamer Mückenschutz.



RAL RÄT

Kerzen sehen oft gleich aus. Dabei gibt es große Unterschiede. Eine Kerze sollte tropffest, ruß- und raucharm sein. Außerdem sollte sie keine schadstoffbelasteten Rohstoffe enthalten und einen ruhigen Abbrand haben. Für sämtliche gesundheits- und umweltrelevanten Inhaltsstoffe gelten strenge Grenzwerte, insbesondere für Paraffine, Dochte und Lacke. Der hochwertige Docht ist frei von Verunreinigungen – die Grundvoraussetzung für minimiertes Tropfen.

Daher profitieren Sie von einer

- reduzierten Belastung der Luft- und Raumflora,
- geringeren Rußablagerung durch Teelichte an Teekannen und
- einem optimalen Abbrandverhalten.

Teelichte – mit und ohne Duft – mit dem RAL Gütezeichen garantieren die auf der Verpackung angegebene Brenndauer bis zu 4 Stunden. Außerdem können diese direkt in die Tischdekoration integriert werden, da die spezielle, patentierte Hülle nicht brennbar ist.



© Gütegemeinschaft Kerzen

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Kerzen
Telefon: (07 11) 9 76 58-0
E-Mail: c.gille@deutscherfachverband.de
Internet: www.kerzenguete.com

GARTEN UND NATUR



© ferkelraggae – Fotolia.com

IM EINKLANG MIT DER NATUR

Familien mit Kindern zieht es in die Natur – der eigene Garten, ob am Haus oder in der Kleingartenanlage, bietet zahlreiche Möglichkeiten, die Natur hautnah zu erleben. Eltern genießen die Ruhe im Grünen oder freuen sich an der Blütenpracht, Kinder finden im Garten einen Ort unbeschwerter Spielfreude.

Für alle Generationen bringt die Arbeit im Garten Abwechslung im Alltag, schöne Erfahrungen und neue Erkenntnisse. Vor allem Kinder lernen ihre Umwelt besser kennen

und verstehen: Sie erleben die Jahreszeiten und verfolgen das Wachsen und Gedeihen in der Natur – so vom Setzling bis zur Frucht tragenden Pflanze. Sie lernen die Herkunft von Obst und Gemüse kennen und ihren Wert schätzen.

Warum wird der Apfel rot? Wo wächst die Kartoffel? Wie entstehen Blüten? Die Idee – von und in der Natur lernen – greifen auch viele Kindertagesstätten und Schulen auf. Sie legen gemeinsam mit Eltern und Kindern Schulgärten an.



© FotoMike1976 - Fotolia.com

RAL RÄT

Im Familien- oder Schulgarten sollten

- die Pflanzen so ausgesucht werden, damit Kinder von Frühling bis Herbst ihren Spaß daran haben.
- „kinderleichte“ Pflanzen Platz finden, die schnell wachsen und deren Entwicklung Kinder gut beobachten können.
- Kinder „ernten“ können – seien es Himbeeren, Kartoffeln oder Bohnen.
- viele einjährige Pflanzen zum Einsatz kommen, damit die Kinder im neuen Jahr frisch ans Werk gehen können.
- auch Pflanzen genutzt werden, die zuvor als Setzlinge gezogen worden sind. So können Kinder bereits im Haus „gärtnern“.

FÜR EIN GESUNDES PFLANZENWACHSTUM: HOCHWERTIGE BLUMENERDE

Neben der Familie und den Freunden oder den Schülern und Lehrern sollten sich aber auch die Pflanzen im Garten zuhause fühlen.

Genauso viel Aufmerksamkeit wie die Auswahl der Pflanzen verlangt daher auch die Wahl der Blumenerde. Der nächstbeste Beutel aus dem Baumarkt mag reichen, um die Blumen am Leben zu erhalten. Damit sie zu vollem, gesundem und langem Leben erblühen, bedarf es jedoch schon etwas mehr.

RAL RÄT

Eine gute Blumenerde verfügt unter anderem über folgende Eigenschaften:

- ausgewogene Nährstoffgehalte und geringe Salzgehalte für gesunde und langlebige Pflanzen
- einen optimalen pH-Wert, der an die Bedürfnisse der Pflanzen angepasst ist
- eine gute Struktur, die für eine hohe Speicher- und Drainagekapazität sorgt, damit die Pflanzen je nach Wasserangebot nicht ‚verdursten‘ oder ‚ertrinken‘
- sie sollte zudem weitgehend unkrautfrei und frei von pflanzenschädigenden Stoffen sein.

FÜR DEN NATÜRLICHEN SCHUTZ: RINDENMULCH

Rindenmulch, also zerkleinerte und gesiebte Baumrinde, ist ein Alleskönner im Garten und unterstützt den Hobby-Gärtner in vielfältiger Weise: Verteilt über den Boden schützt er den Boden vor Austrocknung, vor Hitze und Kälte, wie auch vor Erosion – denn Regen und Hagel treffen nur noch gedämpft auf die Erde. Zudem vermindert Rindenmulch die Entstehung von Unkraut. Sollten dennoch unerwünschte Kräuter sprießen, so kann man sie leicht entfernen.

Mulch schützt aber nicht nur den Boden, er verbessert ihn auch: Im organischen Material sammeln sich Kleinstlebewesen und Mikroorganismen an, die die Bodenqualität verbessern.



© Gütegemeinschaft Substrate für Pflanzen

RAL RÄT

- Für den idealen Schutz verteilen Sie Rindenmulch auf unkrautfreie Flächen bis zu einer Dicke von ca. 5 cm.
- Rindenmulch gibt es in verschiedenen Körnungen – fein, mittel und grob.
- Für Rosen sollte man feinen Rindenmulch nutzen – man kann ihn im Herbst zum Anhäufeln nutzen und dann im Frühjahr auf das gesamte Beet verteilen.
- Für Bäume und Sträucher sollte man Mulch mit mittlerer bis grober Körnung verwenden.

FÜR EINEN FRUCHTBAREN BODEN: KOMPOST

Der Humus- bzw. Kompostgehalt im Boden spielt eine zentrale Rolle für einen fruchtbaren Boden. Er enthält unter anderem lebensnotwendige Mineral- und Nährstoffe für das Pflanzenwachstum. Entsprechend bedarf auch der Boden der Pflege. Zwar kann Kompost das ganze Jahr über eingesetzt werden, am sinnvollsten ist der Einsatz aber zur Vegetationszeit vom Frühjahr bis in den späten Sommer.

Rund 50 % der Haushaltsabfälle sind Bioabfälle, die auf dem Wege der Kompostierung nutzbar gemacht werden können. Über die Kompostierung werden in Deutschland heute rund 8 Mio. Tonnen Bioabfälle verwertet.

RAL RÄT

- Lassen Sie vor dem Anlegen eines Gartens prüfen, über wie viel Humus und Nährstoffe der Boden verfügt.
- Beim Kauf von Kompost legen Sie Wert auf gütegesicherten Fertigkompost. Er besitzt einen hohen Anteil an stabilem Dauerhumus und verbessert die physikalischen Bodeneigenschaften.

Organische Küchen- und Gartenabfälle können Sie im eigenen Hausgarten auch selbst kompostieren. Übrigens, den eigenen Kompost bezeichnet man auch als das „Gold des Gärtners“.

RAL RÄT

- Wählen Sie zur eigenen Kompostierung einen windgeschützten und schattigen Platz, um eine Austrocknung des Kompostes zu verhindern.
- Eine Abdeckung des Kompostbehälters verhindert die Vernässung der Rohstoffe.
- Zum Kompostieren gut geeignet sind Gartenabfälle und organische Abfälle aus dem Haushalt, zum Beispiel Blumen, Obst- und Gemüsereste.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Substrate für Pflanzen

Telefon: (05 11) 40 05 22 54

E-Mail: info@substrate-ev.org

Internet: www.substrate-ev.org



Bundesgütegemeinschaft Kompost

Telefon: (0 22 03) 3 58 37-0

E-Mail: info@kompost.de

Internet: www.kompost.de

EINBRUCH- UND UNFALLSCHUTZ

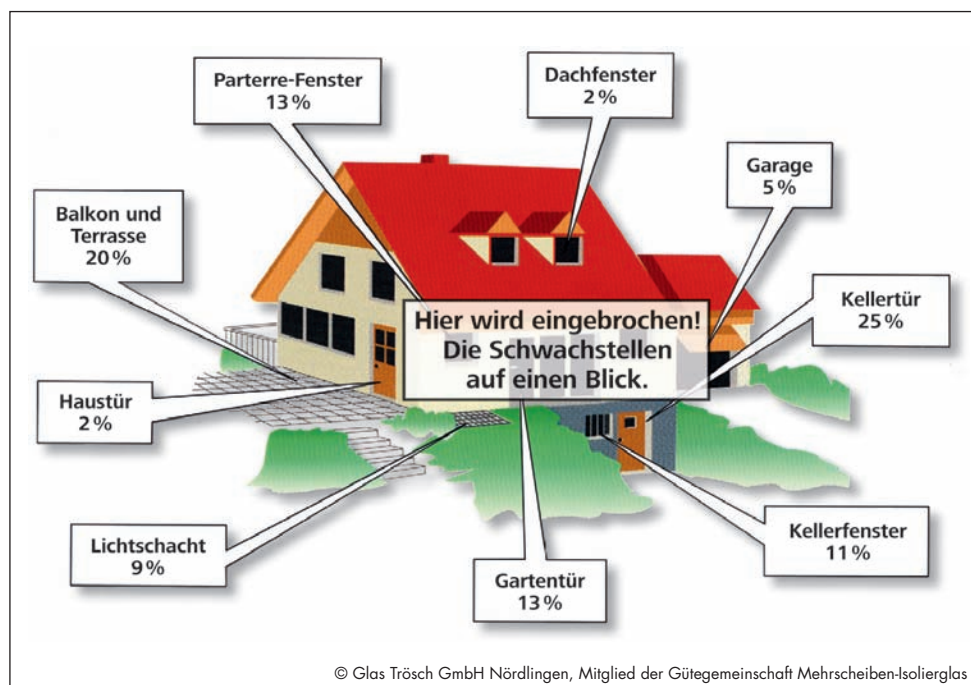


© Gina Sanders – Fotolia.com

MODERNER SCHUTZ VOR EINBRECHERN

Alle zwei Minuten schlagen Einbrecher in Deutschland zu. Für viele Menschen bewirkt ein Einbruch in den eigenen vier Wänden einen großen Schock – dieser macht häufig mehr zu schaffen als der materielle Schaden.

Die Erfahrung der Polizei zeigt, dass man sich vor Einbrechern schützen kann. Über ein Drittel aller Einbrüche bleiben im Versuchsstadium stecken. Fenster und Türen mit modernen Schutzmechanismen zum Beispiel erschweren Kriminellen die Arbeit und verbessern die Sicherheit jedes Gebäudes. Noch besser: Lassen Sie Einbrecher erst gar nicht an Ihr Haus. Der richtige Metallzaun hält bereits viele unerwünschte Eindringlinge auf Distanz. Geeignete Schutzmaßnahmen im Haus und Garten halten nicht nur ungebetene Gäste ab, sondern bieten häufig auch Schutz vor Unfällen.



FENSTER, HAUSTÜREN, SCHLÖSSER, UND BESCHLÄGE

Die Gefahrenquelle Nummer Eins bei Einfamilienhäusern sind Fenster und Fenstertüren an Terrasse und Balkon. Mit nur wenigen Handgriffen können Einbrecher die ungesicherten Fenster aufhebeln.

RAL RÄT

Erhöhen Sie bei Fenstern den Einbruchschutz durch:

- Profilzylinder mit Bohrschutz oder abschließbare Fenstergriffe
- Einbruch hemmende Glasscheiben
- stabile Profile
- spezielle Beschlagsysteme mit Verriegelungsteilen aus gehärtetem Metall
- stabile Sicherungstifte im Fensterflügel
- eine Sensorsteuerung, die meldet, wenn ein Fenster nicht richtig geschlossen wurde
- einschlagsichere Folie, die über die Glasscheibe aufgebracht wird

Fenster mit Einbruch hemmenden Eigenschaften sind in so genannte „Widerstandsklassen“ eingeteilt. Für Privathaushalte genügen meist Fenster der Widerstandsklassen I bis III. Sie halten selbst einen Einbrecher mit Stemmeisen längere Zeit auf.

RAL RÄT

Rüsten Sie Ihre Türen nach, zum Beispiel durch:

- bohrgeschützte Sicherheitstürschilder
- Profilschließzylinder mit Bohrschutz und geprüfte Beschläge
- verbesserte Türblätter
- verstärkte Türrahmen (Zargen) und Türbänder (Scharniere)

Die Nachrüstung von Türblättern, Türrahmen, Türschlössern sowie der Beschläge sollte aufeinander abgestimmt sein und fachgerecht eingebaut werden. Das gilt auch für Zusatzsicherungen.

EINBRUCH- UND UNFALLSCHUTZ

Einbruchschutz ist oftmals auch Kinderschutz. Immer wieder stürzen vor allem Kleinkinder von Balkonen oder aus Fenstern. Viele dieser Stürze oder auch Verletzungen durch Einklemmen in zuschlagenden Fenstern und Türen können Eltern mit einfachen Mitteln verhindern.

RAL RÄT

- Sichern Sie Ihre Fenster mit Schlössern, Haken, Ketten oder Riegeln so, dass diese von Kleinkindern nicht geöffnet werden können.
- Eine Flügelbremse verhindert das schnelle Zufallen des Fensters und gequetschte Finger.
- Installieren Sie Ihre Sicherungen im oberen Bereich des Fensters, wo ein Kind sie nicht erreichen kann. Abschließbare Griffe („Oliven“) sind eine gute Alternative und lassen sich leicht montieren.
- Entfernen Sie Aufstiegshilfen in der Nähe von Fenstern, zum Beispiel leicht bewegbare Möbel.

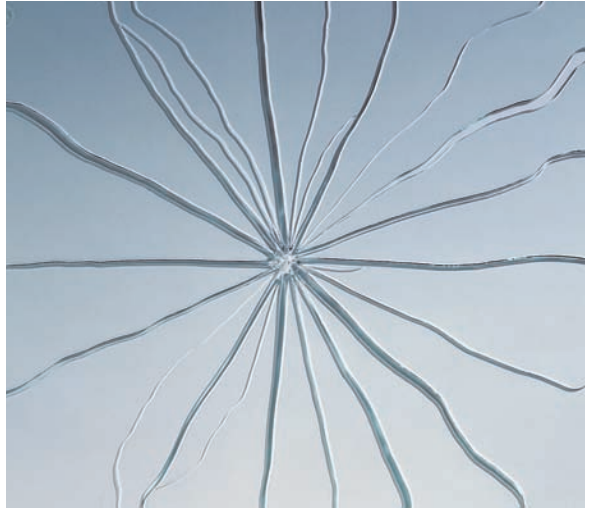
MEHRSCHEIBEN-ISOLIERGLAS

Neben Rahmen und Beschlägen kann auch das Fensterglas einen Einbrecher zur Aufgabe zwingen. Fachleute sprechen von „durchbruchhemmender“ Verglasung.

Hierzu zählt auch das Mehrscheiben-Isolierglas. Es bietet gleich mehrfachen Schutz: Vor Einbrechern, vor Unfällen, vor Lärm und Schall und nicht zuletzt vor teurem Wärmeverlust.

RAL RÄT

- Achten Sie beim Kauf Ihres Mehrscheiben-Isolierglases auf Qualität: Modernes Mehrscheiben-Isolierglas ist ein technisch aufwendiges Produkt, an das die vielfältigsten Anforderungen gestellt werden.
- Nachbesserungs- und Wartungsarbeiten sind bei Isolierglas nicht mehr möglich.
- Die Qualität eines Isolierglases muss daher bereits zum Zeitpunkt der Produktion für die gesamte Lebensdauer sichergestellt sein.



© alle drei Abbildungen: Glas Trösch GmbH Nördlingen, Mitglied der Gütegemeinschaft Mehrscheiben-Isolierglas.

METALLZAUNTECHNIK

Formstabile Metallzäune bieten eine erste Barriere zum Schutz vor ungebetenen Gästen. Gittermattenzäune, die in einer Höhe von bis zu 2,40 m und mit einem Übersteigenschutz aufgestellt werden können, halten Eindringlinge fern.

Metallzäune verhindern zudem, dass Kleinkinder unbeaufsichtigt auf die Straße rennen. Mit einem Metallzaun ist man daher in vielfacher Hinsicht auf der sicheren Seite.



© Gütegemeinschaft Metallzauntechnik

Neben dem Klassiker Maschendrahtzaun gibt es eine große Vielfalt an Metallzäunen. Lassen Sie sich daher von Fachleuten beraten.

Manchmal stellen Metallzäune für bewegungsfreudige Kinder und Jugendliche eine Gefahrenquelle dar. Um etwaige Verletzungsgefahren beim unmittelbaren Kontakt mit einem Metallzaun zu vermeiden, bieten Zaunbauer auch Zaunvarianten bis zu 1,60 m Höhe ohne Überstände an.

Ober- und Unterkante des Zauns schließen jeweils glatt ab. Damit erfüllen sie unter anderem die strengeren Sicherheitsvorschriften der aktuellen Gemeindeunfallverordnung. Schnell können nämlich Kinder beim Spielen und Toben mit ihrer Kleidung an den überstehenden Spitzen hängen bleiben und sich verletzen.



RAL RÄT

Vermeiden Sie daher bei Zäunen bis zu 2,00 m Höhe:

- Überstände bei der Zaungittermatte
- hervorgebogene Enden beim Maschendrahtzaun
- die Verwendung von Stacheldraht

Bei bereits montierten, relativ niedrigen Zaunanlagen, die spitze Überstände oder offene Enden aufweisen, sollte nachgebessert werden.

Beispiel: Drehen eines Gitterzaunfeldes mit den Überständen nach unten.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Fenster und Haustüren

Telefon: (0 69) 95 50 54-0

E-Mail: ral@window.de

Internet: www.window.de



Gütegemeinschaft Schlösser und Beschläge

Telefon: (0 20 51) 95 06-0

E-Mail: guete@fvsb.de

Internet: www.fvsb.de



Gütegemeinschaft Mehrscheiben-Isolierglas

Telefon: (0 22 41) 87 27 30

E-Mail: jochen.groenegraes@gmiev.de

Internet: www.gmiev.de



Gütegemeinschaft Metallzauntechnik

Telefon: (0 21 02) 1 86-2 00

E-Mail: info@guetezaun.de

Internet: www.guetezaun.de

VOR FEUER SCHÜTZEN: FEUERLÖSCHER IM HAUS

Vergessene Herdplatten, glimmende Zigaretten, brennende Kerzen, defekte Elektrogeräte – im Haus gibt es viele mögliche Brandherde. Dennoch gehören Feuerlöscher noch immer nicht zur normalen Ausstattung privater Haushalte.

Dabei sind regelmäßig gewartete Feuerlöscher eine der effektivsten Vorsorgemaßnahmen zur Brandbekämpfung.



© Gütegemeinschaft Instandhaltung Feuerlöschgeräte

RAL RÄT

- Verhindern Sie Brandschäden durch den rechtzeitigen Einsatz von Feuerlöschern.
- Im Brandfall garantieren nur regelmäßig gewartete und technisch einwandfreie Feuerlöscher den geforderten Schutz.
- Lassen Sie sich vom Fachhändler beraten, welcher Feuerlöscher für Ihre Familie geeignet ist und wo er positioniert werden sollte.

Auch im Auto sollte ein regelmäßig gewarteter Feuerlöscher zur Grundausstattung gehören. Dies ist zwar keine gesetzliche Pflicht, aber ein Gebot der Vernunft.



Mit einem Feuerlöscher kann in den meisten Fällen ein Fahrzeugbrand im Entstehen gelöscht und größerer Schaden verhindert werden. Ein Schmelbrand im Motorraum braucht beispielsweise bis zu 20 Minuten, um sich zu einem richtigen Feuer auszuweiten – Zeit genug, den Brand im Keim zu ersticken.

Eine sachkundige Prüfung Ihres Autofeuerlöschers ist unverzichtbar. Das Gerät unterliegt durch die permanente Vibration einer besonders hohen Belastung. Im Rahmen der Prüfung richtet der Sachkundige sein Augenmerk deshalb nicht nur auf die Beschaffenheit der Lösch- und Treibmittel, sondern kontrolliert auch das Gerät selbst auf Beschädigungen und Materialermüdung.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Instandhaltung Feuerlöschgeräte (GIF)

Telefon: (05 61) 2 88 64 10

E-Mail: info@gif-brandschutz.de

Internet: www.gif-brandschutz.de

UNFALLFREI DURCH DEN VERKEHR: VERKEHRSSCHILDER MIT DEM RAL GÜTEZEICHEN

Bei Verkehrsschildern ist besondere Qualität gefragt. Sie müssen ihre Funktionalität sowohl am Tage als auch bei Dunkelheit erfüllen. Das heutige Verkehrsaufkommen verlangt vom Autofahrer rasches Reaktionsvermögen auf sich ständig ändernde Verkehrssituationen. Ein rechtzeitiges Wahrnehmen, Erkennen und auch Lesen von Verkehrszeichen und Verkehrseinrichtungen ist daher zur Aufrechterhaltung bzw. zur Erhöhung der Verkehrssicherheit unbedingte Notwendigkeit. Der Vorausblick hilft, Unfälle zu vermeiden.

Verkehrsschilder mit dem RAL Gütezeichen garantieren die einwandfreie Farbgebung, eine besondere Konturenschärfe und eine sichere Retroreflexion. Die spezifischen Rückstrahlwerte und die Aufsichtfarben werden bei der Erstprüfung des Produktes sowohl bei neuen Schildern als auch nach einer zweijährigen Freibewitterung geprüft. Zudem erfüllen sie hohe Anforderungen an Haftfestigkeit und Dauerhaftigkeit.



Fundstelle: BGBl. Teil I 2009, S. 2636ff.

RAL RÄT

- Nicht nur die Eltern, sondern auch die Kindergärten sollten mit ihren Schützlingen das richtige Verhalten im Straßenverkehr einüben. Viele Kinder bleiben zum Beispiel nicht am Fahrbahnrand stehen und achten nicht ausreichend auf den Straßenverkehr. Informieren Sie sich bei der Polizei: Sie unterstützt in vielen größeren Städten bei der Verkehrserziehung. So gibt es zum Beispiel in jeder größeren Stadt Polizistinnen und Polizisten, die sich dieser Aufgabe mit annehmen und somit den Bedeutungsgrad der Verkehrsübungen erhöhen.
- Besser im Straßenverkehr gesehen werden Sie durch
 - Reflektoren zum Anstecken oder Umhängen
 - Schulranzen mit reflektierender Oberfläche
 - helle Kleidung
- Bevor Ihr Kind im Verkehr alleine mit dem Fahrrad fährt, lassen Sie es einen „Fahrrad-Führerschein“ machen, der von vielen Schulen in Zusammenarbeit mit der Polizei angeboten wird. Gleichzeitig lernt es auch hierdurch die wichtigsten Verkehrszeichen kennen. Meist wird dieser „Fahrrad-Führerschein“ im 4. Schuljahr angeboten – denn erst im Alter von 8 bis 9 Jahren sind Kinder in der Lage, aktiv am Straßenverkehr teilzunehmen.

WEITERE INFORMATIONEN



Güteschutzgemeinschaft Verkehrszeichen und Verkehrseinrichtungen

Telefon: (023 31) 3 77 95 93

E-Mail: gvz@ivst.de

Internet: www.ivst-vz.de

REISEN UND ERHOLUNG



© gbk - Gütegemeinschaft Buskomfort

KOMFORTABEL UND SICHER REISEN

Fahrten mit dem Bus haben viele Vorteile: Sie erlauben ein bequemes und stressfreies Reisen. Zudem liefern sie ein gutes Preis-Leistungsverhältnis und schonen die Umwelt. Auch wer es gerne gesellig mag, ist im Bus gut unterwegs.

Anlässe, den Bus zu nehmen, gibt es viele – sei es Klassenfahrt, Betriebsausflug, Kulturfahrt, Messebesuch, Wochenendtrip oder Reisen in die Ferne. Für jede Fahrt gilt: Man will komfortabel reisen und sicher ankommen.

Lange vor der Abfahrt sollte Ihr „persönlicher Check“ beginnen – achten Sie bereits bei der Buchung einer Busreise auf Komfort.



igbk - Gütegemeinschaft Buskomfort

RAL RÄT

- Für den Komfort von Bussen mit RAL Gütezeichen werden drei bis fünf Sterne vergeben und Sie reisen in der Komfort-, First- oder Luxus-Class zu Ihrem Reiseziel.
- Gleichen Sie Ihre Wünsche mit den Leistungen des Busunternehmens ab: Bequeme Sitze, ausreichende Sitzabstände mit einer Beinfreiheit von mindestens 68 cm bis 81 cm, Lehnen unabhängige Tische, Schlafessel-Bestuhlung, WLAN, getönte Seitenscheiben, Bord- oder Miniküche und Klimaanlage sind nur eine Auswahl von Serviceangeboten.

RAL RÄT

- Bringen Sie Ihr Gepäck in der Gepäckablage sicher unter.
- Machen Sie sich mit den Sicherheitsvorrichtungen vertraut.
- Legen Sie den Sicherheitsgurt an.
- Stehen Sie während der Fahrt nicht in den Gängen – das macht es dem Bus-Chauffeur leichter, den Überblick zu behalten.
- Gönnen Sie sich und dem Busfahrer Pausen – unter Zeitdruck kommen Sie nicht schneller und vor allem nicht sicherer ans Ziel.

Auch auf die nachweisbar hohe Qualifikation der Busfahrer sollen Sie sich verlassen können. Verantwortungsvolle Bus-Unternehmer lassen ihre Chauffeure regelmäßig schulen. Dafür erhalten sie das RAL Gütezeichen Bus-Chauffeur – Fahrerschulung. In fahrpraktischen Sicherheitstrainings und theoretischen Seminaren werden die Fahrer unter anderem fit gemacht im Umgang mit ihrem Fahrzeug und ihren Fahrgästen. Die Bus-Unternehmer verpflichten sich, alle Busfahrer innerhalb von fünf Jahren zu schulen und die Schulungseinheiten spätestens nach fünf Jahren zu wiederholen.



TIPPS FÜR DIE KLASSENAHRT

Der Reisebus ist Verkehrsmittel Nummer 1 für Klassenfahrten, Kinder- und Jugendreisen. Die gemeinsame Anreise macht Kindern und Jugendlichen Spaß, leistet einen wichtigen Beitrag für das gemeinsame Miteinander und kann dank moderner Technik wie Mikrofon- und Multimedia-Anlage auch als „mobiles Klassenzimmer“ genutzt werden.

Eltern, Lehrerinnen und Lehrer finden für die Organisation und Vorbereitung von Busreisen viele nützliche Tipps und Checklisten unter www.klassefahrtklasse.de.

Übrigens, die RAL Gütegemeinschaft Buskomfort setzt sich aus rund 500 Busunternehmen zusammen. Jährlich gibt es 120 Mio. Teilnehmer von Busfahrten, davon 100 Mio. Tages- und Klassenfahrten, Ausflüge, 14 Mio. Kurzreisen von 2 bis 4 Tagen Dauer und 6 Mio. Urlaubsreisen ab 5 Tagen Dauer. (Quelle: Statistisches Bundesamt Deutschland, Forschungsgemeinschaft Urlaub und Reisen)

www.klassefahrtklasse.de

**KLASSE(N) PREISE
IM GESAMTWERT VON
10.000 EURO**



Klasse fährt Klasse

**„Attraktive Schulreisen
mit dem Qualitäts-Bus“**

gb **GÜTEGEMEINSCHAFT
BUSKOMFORT E.V.**



© gbk - Gütegemeinschaft Buskomfort

WEITERE INFORMATIONEN



GÜTEZEICHEN



Gütegemeinschaft Buskomfort
Telefon: (0 70 31) 62 31 69
E-Mail: info@buskomfort.de
Internet: www.buskomfort.de



MACHEN SIE IHREN URLAUB ZU EINEM BESONDEREN ERLEBNIS

AUF DEM BAUERNHOF

Das Leben ist zu kurz für Urlaub von der Stange. Die Kinder werden schnell groß und die Gelegenheiten, als ganze Familien zu verreisen, gehen rasch vorüber. Dabei gehören Reisen mit der Familie zu den schönsten Erinnerungen, von denen man lange zehrt.

Wer als Familie möglichst viel erleben und gleichzeitig Ruhe tanken will, für den ist Urlaub auf dem Bauernhof das Richtige. Erholung und Aktivurlaub lassen sich hier optimal miteinander verbinden. Zugleich fördert das hautnahe Miterleben von Landwirtschaft und ihrer Produktion die Wertschätzung für gesunde Nahrungsmittel.

Bauernhöfe mit dem RAL Gütezeichen „Urlaub auf dem Bauernhof“ betreiben aktiv Landwirtschaft: Hier können Sie dem Landwirt über die Schulter schauen oder bei Arbeiten auf dem Hof oder Feld helfen. Jeder Bauernhof empfängt Sie mit individuellen Angeboten: Viele hoftypische Aktionen (wie zum Beispiel eine Trecker-Entdecker-Tour oder mit dem Förster auf die Pirsch gehen) machen diesen Urlaub einzigartig. Extras wie Übernachten im Heu, Möglichkeiten zur Erntemithilfe, Füttern und Pflege der Tiere, die Eiersuche, der Bauerngarten mit duftenden Kräutern und Nutzpflanzen oder die Verköstigung mit regionalen Spezialitäten bieten neue Erfahrungen für die ganze Familie und einen unvergesslichen Urlaub.

2012

Urlaub

auf dem Bauernhof

Bauernhöfe | Landhäuser | Landhotels | Winzerhöfe | Reiterhöfe

40 Jahre
Qualitätsführer im
Landtourismus

Über 10.000
Urlaubsangebote -
DLG-geprüfte
Qualitätsgarantie

Das besondere Landerlebnis
Landangebote + Freizeit-Tipps

© DLG e. V. Deutsche Landwirtschaftsgesellschaft



AUF DEM WINZERHOF

Bei Unterkünften mit dem Gütezeichen „Urlaub auf dem Winzerhof“ können Sie dem Winzer bei der Wein-Herstellung über die Schulter sehen, im Weinberg bei der Lese helfen, die hofeigenen Weine verkosten und bei einer Weinberg- oder einer Kellerführung alles über den Weg von der Traube bis in die Flasche erfahren. „Abserbelen oder anbräteln, mauksen oder zuhaufdrögen“ – nach Ihrem Winzerhof-Urlaub werden Sie die eigene Sprache der Winzer und seine Passion verstehen.



© DLG e. V. Deutsche Landwirtschaftsgesellschaft

LANDURLAUB MIT QUALITÄT

Das Gütezeichen „Landurlaub“ steht für naturnahe Ferien in ehemaligen Bauernhöfen, stattlichen Landhäusern, lauschigen Landpensionen, feinen Landhotels oder in historischen Guts- und Herrenhäusern. Genießen Sie Erholung und Entspannung mit Stil in ländlichem Ambiente.

RAL RÄT

- Erleben Sie das Landleben authentisch und machen Sie mit nach Lust und Laune.
- Entscheiden Sie sich für eine Ferienunterkunft mit einem hohen Qualitätsstandard.
- Im DLG-Reiseführer „Urlaub auf dem Bauernhof 2012“ finden Sie über 10.000 DLG-geprüfte Angebote von Bauernhöfen, Landhäusern, Landhotels, Winzer- und Reithöfen in Deutschland.



- Buchen Sie einen Urlaub auf einem Hof, auf dem aktiv Landwirtschaft betrieben wird.
- Lassen Sie sich auf den Aktivurlaub auf dem Bauernhof ein und probieren Sie die vielfältigen Angebote aus.
- Genießen Sie das Landleben bei guten Gastgebern.

WEITERE INFORMATIONEN



DLG (Deutsche Landwirtschafts-Gesellschaft)

Telefon: (0 69) 2 47 88-468

E-Mail: landtourismus@dlg.org

Internet: www.landtourismus.de

50PLUS HOTELS

Die Urlauber der Generation „50plus“ sind anspruchsvolle und qualitätsbewusste Reisende. Sie legen Wert auf besonderen Komfort und auf persönlichen Service.

Das RAL Gütezeichen 50plus Hotels steht für besonders hohe Qualität. Die Hotels mit dem Gütezeichen bieten Komfort sowie Sicherheit und haben die Wünsche und Ansprüche ihrer Gäste in den Mittelpunkt gerückt. Die Gastgeber tun alles, damit sich der Gast vom ersten Tag an wie ein Stammgast fühlt. Neben den hohen zu erfüllenden Qualitätskriterien zeichnen sich die 50plus Hotels aus durch eine außergewöhnliche Gastfreundschaft, die durch die persönliche, zuvorkommende Beratung, individuelle Betreuung, den aufmerksamen, herzlichen Service und viele kleine liebevolle Details zum Ausdruck kommt.



© Wellnesshotel Allmer, Bad Gleichenberg/Gütegemeinschaft 50plus Hotels

Durch die Einordnung der Hotels in die Themengebiete „Wandern & Natur“, Wellness & Vital“, Sport & Aktiv“ sowie „Kultur & Genuss“ ist es einfach, den individuellen Urlaub zu buchen. Selbstverständlich sind in den 50plus Hotels in der 3-, 4- und 5-Sterne-Kategorie Gäste jeden Alters willkommen.

RAL RÄT

Die Servicequalität eines Hotels erkennen Sie an vielen kleinen Dingen und Aufmerksamkeiten:

- Sie werden schon beim Einchecken nach speziellen Wünschen gefragt.
- Sie werden bei der Ankunft vom Gastgeber persönlich begrüßt und auf Ihr Zimmer begleitet.
- Für spezielle Angebotsbereiche wie zum Beispiel Wellness oder Sport steht geschultes Fachpersonal zur Verfügung.



© Gästegemeinschaft 50plus Hotels

REISEN UND ERHOLUNG

Legen Sie Wert auf das Besondere:

- Nutzen Sie Sport, Spiel- und Freizeitangebote.
- Nehmen Sie die Gelegenheit wahr, Land und Leute kennen zu lernen.
- Erfahren Sie Natur, Komfort und Gaumenfreuden mit allen Sinnen.

Der „50plus Hotel-Guide 2011“ umfasst:

- 55 Hotels in Deutschland – von der Nordsee über das Tal der Loreley bis zum Bayerischen Wald
- 35 Hotels in Österreich – von Vorarlberg bis zum Burgenland

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft 50plus Hotels

Telefon: (0 76 67) 83 85 82

E-Mail: info@50plushotels.at

Internet: www.50plushotels.com

SPORT UND WELLNESS



© Contrastwerkstatt – Fotolia.com

GUTE BÖDEN UND SICHERE GERÄTE: SPORT MACHT SPASS UND HÄLT GESUND

SPORTHALLENBÖDEN

Der Junior auf dem Fußballplatz, die Eltern beim Betriebssport oder im Fitness-Studio: In fast jeder Familie gibt es mindestens einen Sportler. Damit sich Ihre Familie beim Sport stets auf sicherem Boden bewegt, müssen Sporthallenböden eine Vielzahl hoher und individueller (Sport-) Ansprüche erfüllen.

Die Eigenschaften von Sporthallenböden sind zum Beispiel gewichts- bzw. druck- und wahrscheinlich sogar geschwindigkeitsabhängig. Rein flächenelastische Sportböden sind für eine gemeinsame Nutzung von Kindern und Erwachsenen nicht optimal geeignet. Dies gilt insbesondere für sog. Schwingböden, die eine große zu beschleunigende Masse aufweisen. Dies wirkt sich ungünstig aus, falls Ihr Kind mit relativ geringem Gewicht fällt. Ein guter flächenelastischer Boden sollte daher eine kleine träge Masse haben.

Durch herausragende Dämpfungseigenschaften können Sporthallenböden dafür die Belastungen auf den Bewegungsapparat positiv vermindern und so Verletzungen und raschen Ermüdungserscheinungen vorbeugen.

RAL RÄT

Richten Sie Ihr Augenmerk auf den richtigen Sporthallenboden. Sie sollten sich erkundigen, welcher Sporthallenboden für welchen Personenkreis und welche Sportart am besten geeignet ist. Böden mit kombinier-elastischen und misch-elastischen Konstruktionen eignen sich zum Beispiel sowohl für Erwachsene als auch für Kinder.

Die Gütegemeinschaft Sporthallenböden hat es sich zur Aufgabe gemacht, Sporthallenböden zu sichern und geprüfte sowie überwachte Systeme mit dem RAL Gütezeichen Sporthallenböden zu kennzeichnen.



WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Sporthallenböden
Telefon: (030) 2 03 14-5 55
E-Mail: info@ggs-sportboden.de
Internet: www.ggs-sportboden.de

SPORTGERÄTE

In der Gütegemeinschaft Sportgeräte – Inspektion/Wartung haben sich verschiedene Hersteller von Sportgeräten zusammengeschlossen. Ihr gemeinsames Ziel ist es, die



Sicherheit von Sportgeräten zu gewährleisten. Die hohen Sicherheitsstandards reichen von der Produktion über die Montage bis hin zur Inspektion und Wartung.

Die Sportministerkonferenz der Länder in der Bundesrepublik Deutschland hat das Merkblatt „Hinweise zur Wartung von Sportgeräten“ herausgegeben und darin

empfohlen, mit Wartungsarbeiten solche Firmen zu beauftragen, die sich der RAL Gütesicherung oder einer gleichwertigen Zertifizierung unterzogen haben.

RAL RÄT

Entscheiden Sie sich für einen Sportstättenbetreiber mit einem festen Regelwerk, in dem alle Inspektions- und Wartungsarbeiten detailliert beschrieben und dokumentiert sind.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Sportgeräte –
Inspektion/Wartung und Erstellung (Montage)
Telefon: (0 22 24) 93 14 81
E-Mail: info@sichere-sporthalle.de
Internet: www.sichere-sporthalle.ral-guete.de

KUNSTSTOFFBELÄGE UND KUNSTSTOFFFRASENSYSTEME

Damit sich Ihre Familie beim Sport stets auf sicherem Boden bewegt, gibt es das Gütezeichen Kunststoffbeläge in Sportfreianlagen. So müssen zum Beispiel bei Kunststoffbelägen und Kunststoffrasensystemen mit dem RAL Gütezeichen Stöße und Nähte bündig ausgeführt werden und dürfen zu keinen optischen und sportfunktionellen Beeinträchtigungen führen. Fugenmassen müssen in Nachgiebigkeit und Festigkeit dem Belag entsprechen. Auch die belagsspezifischen Rezepturen sind einzuhalten. Außerdem sind hierüber entsprechende Aufzeichnungen zu erstellen.



© TheSupe87 – Fotolia.com

RAL RÄT

Da auch immer mehr Vereine die Projektierung einer Sportanlage selbst in die Hand nehmen, wird die Beratung durch einen kompetenten Dienstleister wichtiger denn je.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Kunststoffbeläge in Sportfreianlagen
 Telefon: (030) 2 03 14-5 55
 E-Mail: bau@zdb.de
 Internet: www.zdb.de

MIT WÄRME UND HITZE ZUHAUSE ENTSPANNEN

INFRAROT-WÄRMEKABINE



Anspannungen des täglichen Lebens machen Entspannung notwendig. Es ist eine Tatsache, dass zum Beispiel eine Überwärmung des Körpers ein Wohlgefühl auslöst, gleichzeitig der Gesundheit dienlich ist und auch die persönliche Stimmungslage positiv beeinflusst. Wärme ist Lebenselixier und versorgt uns mit Energie. Die Investition in eine Infrarot-Wärmekabine ist der Schritt in Richtung gesundheitliches Wohlergehen und Fitness.

Da sie bereits mit einer geringen Stellgröße erhältlich ist, kann die Kabine bequem im Haus oder in der Wohnung aufgestellt werden.

RAL RÄT

- Schalten Sie die Kabine ungefähr 10 Minuten vor Benutzung ein. So können Sie gleich beim Betreten der Kabine die wohlige Wärme genießen.
- Um die Aufwärmphase so gering wie möglich zu halten, achten Sie darauf, dass die Lüftungsluke während der Aufwärmphase geschlossen ist.
- Die optimale Temperatur beträgt 45 – 50°C. Nicht durch die heiße Luft kommen Sie ins Schwitzen, sondern durch die Infrarot-Strahlen.
- Die Haltung sollte während der Benutzung mehrmals gewechselt werden, um eine gleichmäßige Bestrahlung des Körpers zu erhalten.
- Die optimale Sitzdauer beträgt 30 Minuten.
- Lassen Sie sich von Wärme, Aroma und Licht verwöhnen, bei gleichzeitig entspannender Musik oder einem Naturfilm.
- Kinder sollten die Kabine möglichst erst dann – in Begleitung eines Erwachsenen – benutzen, wenn sie den Wunsch äußern können, die Kabine verlassen zu wollen.
- Infrarot-Wärmekabine mit dem RAL Gütezeichen entsprechen dem hohen Stand der Technik und erfüllen anerkannte Qualitätsansprüche an Material und Verarbeitung.
- Die Holzwerkstoffe dürfen nicht aus Urwäldern (borealen und tropischen Primärwäldern) stammen. Zudem besteht die Verpflichtung bei der Beschaffung, nachhaltig bewirtschaftete Forstwirtschaften zu berücksichtigen.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Saunabau,
Infrarot-Wärmekabine und Dampfbad
Telefon: (06 11) 8 90 85-0
E-Mail: info@sauna-ral.de
Internet: www.sauna-ral.de

SAUNABAU UND DAMPFBAD

Immer mehr Hausbesitzer erfüllen sich den Traum von der eigenen Sauna. Mittlerweile gibt es eine Vielzahl von Saunakabinen in nahezu allen Größen.

Die Gütegemeinschaft Saunabau und Dampfbad setzt sich aus namhaften deutschen Saunaherstellern zusammen und praktiziert seit über 25 Jahren Verbraucherschutz für private Saunakabinen. Die Anforderungen an Konstruktion, Herstellung, Bauausführung und Funktion der Sauna wurden entsprechend den Wünschen der Verbraucher und auf Grundlage der Branchenerkenntnisse festgelegt. Dabei wird das Regelwerk kontinuierlich aktualisiert und neue Erkenntnisse werden eingearbeitet. Gewährleistet wird zum Beispiel der mindestens fünffache Luftwechsel pro Stunde.



© Val Thoermer – Fotolia.com

RAL RÄT

- Prüfen Sie beim Kauf einer Saunakabine die Qualität. Die 30 RAL Qualitätskriterien umfassen die Prüfung aller wesentlichen Bestandteile einer Saunakabine von der Holzqualität, über das elektronische Steuerungsgerät und den Saunaofen bis hin zum Lüftungssystem.
- Jedes Holz hat besondere Qualitätsmerkmale und Einfluss auf das Saunaklima. Kanadische Hemlocktanne oder nordische Fichte gelten als optimales Holzmaterial für Wand und Deckenelemente.
- Abachi, Pappel o. ä. sind geeignete Holzarten für die Liege- und Sitzbänke, da sie splitterfreie Weichholzarten mit geringer Wärmeleitfähigkeit sind.
- Liege- und Sitzbänke sollten einer Belastung von 200 kg/m standhalten.
- Es gilt der Verhaltenskodex des Gesamtverbandes Deutscher Holzhandel für legal geschlagenes und zertifiziertes Holz.
- Für die Reinigung sollten Liege- und Sitzbänke problemlos herausnehmbar sein.
- Achten Sie beim Einbau der Saunakabine auf eine gute Zu- und Abluft.
- Die Saunakabine sollte ca. eine Stunde vor dem ersten Saunagang auf die gewünschte Temperatur von ca. 85 – 90°C aufgeheizt werden.



Eine RAL Qualitätscheckliste und einen Saunaratgeber finden Sie auf der Internetseite der Gütegemeinschaft.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Saunabau,
Infrarot-Wärmekabine und Dampfbad
Telefon: (06 11) 8 90 85-0
E-Mail: info@sauna-ral.de
Internet: www.sauna-ral.de

ERNÄHRUNGSKOMPETENZ



© Kzenon – Fotolia.com

GESUNDEN APPETIT

Damit ein Auto gut vorankommt, braucht es hochwertigen Kraftstoff. Damit Sie und Ihre Kinder Tag für Tag gut in die Gänge kommen, bedarf es vor allem der richtigen Nährstoffe. Eine ausgewogene Ernährung ist die Grundvoraussetzung für Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Gesundheit.



Viele Jungen und Mädchen können allerdings zwischen einer unausgewogenen und einer ausgewogenen Lebensmittelauswahl nicht unterscheiden. Sie wissen nicht, welche Lebensmittel und Speisen gut schmecken und gleichzeitig richtig gut tun. Umso wichtiger ist es, dass Eltern und Schulkantinen durch entsprechende Angebote und Verhaltensweisen ihre Vorbildfunktion wahrnehmen und bei Kindern die Lust auf gesunden Genuss wecken. Schließlich zeigen verschiedene Studien, dass die Kindheit das spätere Essverhalten maßgeblich beeinflusst.

Doch tun sich auch viele Mütter und Väter mit ausgewogener Ernährung schwer. Wer außer Haus schnell zu Mittag isst, hat vieles im Kopf, häufig nur nicht die richtige Energie- und Nährstoffbilanz auf seinem Teller.

Wer sich und seine Kinder fernab vom eigenen Küchentisch gut versorgt wissen will, sollte sich daher für einen Gastronomiebetrieb mit dem RAL Gütezeichen „Kompetenz richtig essen“ entscheiden. Hierzu gehören unter anderem etliche

Speisenanbieter für Kitas und Schulen. Über 220 Betriebe haben sich diese Kompetenz auf die Fahne geschrieben, darunter Speisenanbieter, die insbesondere auch für Kitas und Schulen kochen. Hier arbeiten hoch qualifizierte Ernährungsfachkräfte, die großen Wert auf einen ebenso freundlichen wie fachkundigen Service legen.

RAL RÄT

- Die gesunden Speisen müssen vor allem attraktiv angeboten werden, dann greifen auch Ihre Kinder gerne zu. Durch gute Vorbilder lernen Kinder, gesund zu genießen.
- Lassen Sie Ihre Kinder beim Einkauf im Supermarkt und beim Zubereiten in der Küche mithelfen.
- Schauen Sie beim Einkaufen hin, ob es nicht auch eine fettarme Alternative zu Käsesticks, Würstchen & Co. gibt.
- Ein Besuch oder Urlaub auf dem Bauernhof weckt bei vielen Kindern das Verständnis für die Herkunft und Qualität von Lebensmitteln.
- In einer harmonischen Tischgemeinschaft gemeinsam Spaß am Essen haben. Bedenken Sie: Konfliktgespräche am Esstisch verderben den Appetit.
- Die Vielfalt internationaler Gerichte weckt Neugierde und schafft neue Geschmackserlebnisse.
- Erleben Sie neuartige Lebensmittel mit allen Sinnen. Sehen, fühlen, riechen und schmecken erweitert die sensorische Erlebniswelt.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Ernährungs-Kompetenz

Telefon: (02 11) 33 39 85

E-Mail: gek@gek-ev.de

Internet: www.gek-ev.de

GESUNDHEIT UND WOHLBEFINDEN



© Jacek Chabraszewski – Fotolia.com

MEDIZINISCHE KOMPRESSIONSSTRÜMPFE UND -ARMSTRÜMPFE

Medizinprodukte müssen vor allem eines: wirken. Dies gilt auch für medizinische Kompressionsstrümpfe zur Behandlung venöser und lymphatischer Erkrankungen. Seit über 50 Jahren gibt es das RAL Gütezeichen Medizinische Kompressionsstrümpfe und seit

2008 gütegesicherte Medizinische Kompressionsarmstrümpfe. Das markante rote Gütezeichen hat sich im Sanitätsfachhandel und bei Krankenversicherungsträgern fest etabliert. So werden in Sanitätshäusern seit 1972 nur noch Kompressionsstrümpfe mit dem RAL Gütezeichen verkauft und von den Krankenkassen erstattet. Die Gütegrundlage wird regelmäßig in enger Zusammenarbeit mit der Ärzteschaft an die neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse angepasst.



© Bauerfeind AG/
Mitglied der Gütegemeinschaft Medizinische Kompressionsstrümpfe

RAL RÄT

Um medizinisch wirksam zu sein und Ihre Beschwerden zu lindern, müssen Kompressionsstrümpfe und Kompressionsarmstrümpfe bestimmte Eigenschaften aufweisen.

Dazu gehören unter anderem:

- Zweizug-Eigenschaften
- die Gewährleistung eines kontinuierlichen Druckabfalls



© Bauerfeind AG/Mitglied
der Gütegemeinschaft
Medizinische Kompressionsstrümpfe

- Je nach Grad der Erkrankung werden die medizinischen Kompressionsstrümpfe in vier Klassen eingeteilt. Fragen Sie Ihren Arzt, welche für Sie die richtige ist.
- Achten Sie vor dem Kauf darauf, dass Ihr Bein im stehenden und ödemfreien Zustand ausgemessen wird.

AUF REISEN

Vor allem nach langen Arbeitstagen mit sitzender oder stehender Tätigkeit, nach langen Auto-, Bahn- oder Flugreisen fühlen sich die Beine häufig schwer und müde an. Um der Thrombosegefahr entgegenzusteuern, sollten Stütz- oder Reisestrümpfe getragen werden.

BEIM SPORT

Seit vielen Jahren sind Laufen und Nordic Walking Trendsportarten, die sich auf die Gesundheit positiv auswirken und auch Stress abbauen. Stark beansprucht werden dabei allerdings auch die Gelenke, Bänder und Sehnen. Die Vorteile von Kompressionsstrümpfen für den aktiven und gesunden Sportler liegen auf der Hand: sie schützen vor Druckstellen und unterstützen die Gelenke und Bänder. Der Fuß bleibt trocken, da moderne Materialien die Feuchtigkeit nach außen leiten und die Füße atmen lassen. Durch leichten, aber permanenten Druck auf die Waden werden Bindegewebe und Muskulatur gestützt und entlastet sowie der Stoffwechsel begünstigt.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütezeichengemeinschaft Medizinische Kompressionsstrümpfe

Telefon: (0 24 21) 95 26 52

E-Mail: ernst.pohlen@eurocom-info.de

Internet: www.gzg-kompressionsstruempfe.de

PFLEGE UND BETREUUNG

Pflegevertrag

§ 1 Allgemeine Bestimmungen

Der Pflegedienst ist nach § 120 SGB XI verpflichtet, einen schriftlichen Pflegevertrag abzuschließen, wenn er nach §§ 36, 38 SGB XI erbringt. Für die Pflegekasse des Leistungsnehmers ist jedoch nach dem ersten Pflegevertrag ein schriftlicher Vertrag zu schließen.

Der Pflegedienst ist durch die Pflegekasse und Abrechnung von Pflegeleistungen des Leistungsnehmers mit den Pflegeleistungen verbunden. Die Pflegeleistungen sind mit den Pflegeleistungen verbunden.

AMBULANTE PFLEGE

Viele alte und kranke Menschen geraten irgendwann an einen Punkt, an dem sie ohne professionelle Pflege nicht mehr weiter können. Doch längst nicht jeder pflegebedürftige Mensch muss dann in eine stationäre Pflegeeinrichtung. Die Alternative heißt: Betreuung und Pflege in den eigenen vier Wänden durch einen ambulanten Pflegedienst. Wie aber kann diese Pflege sichergestellt werden? Und welcher Pflegedienst ist kompetent und zuverlässig?



RAL gütegesicherte ambulante Pflegedienste haben eine hohe Akzeptanz beim Verbraucher. Sie schneiden auch bei den Qualitätsprüfungen des Medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (MDK) besser ab. Die Durchschnittsbewertung der Pflegedienste mit RAL Gütezeichen liegt bei 1,7. Demgegenüber steht ein bundesdurchschnittlicher Wert von 2,2.

Unabhängige Pflegeprofis überprüfen die Pflegequalität und weisen die Stationen auf Stärken und Schwächen hin. So erhalten die ambulanten Pflegedienste die Gelegenheit, die Qualität ihrer Pflege zu optimieren – und davon profitieren in erster Linie die Patienten.

RAL RÄT

- Bevor Sie sich für eine ambulante Pflege entscheiden, sollten Sie immer Angebote mehrerer Pflegedienste einholen.
- Das Leistungsangebot des Pflegedienstes sollte übersichtlich dargestellt sein, das Vertragsangebot hingegen sollte auf Ihre individuellen Bedürfnisse zugeschnitten sein.
- Vergewissern Sie sich, dass der Pflegedienst über eine externe Qualitätssicherung verfügt.
- Die aktivierende Pflege und die Erhaltung oder Wiedergewinnung einer möglichst selbständigen Lebensführung der Patienten bei den Aktivitäten des täglichen Lebens sollten vom Pflegedienst durchgeführt und als Ziel gesetzt werden.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Qualitätsgeprüfter Ambulanter Pflegedienste
 Telefon: (030) 75 44 23 05
 E-Mail: infoteam@guetegemeinschaft-pflege.de
 Internet: www.guetegemeinschaft-pflege.de

STATIONÄRE PFLEGE

Die Unsicherheit von Pflegebedürftigen und deren Angehörigen bei der Beantwortung der Frage, welcher stationären Pflegeeinrichtung sie Vertrauen schenken können, ist nachvollziehbar. Der Wunsch nach optimaler Pflegequalität und Geborgenheit des Bewohners steht hier ganz oben.



Alle RAL gütegesicherten stationären Pflegeeinrichtungen haben sich freiwillig einer Überprüfung der Organisation, der Pflegedokumentation und der Qualifikation des Personals unterzogen. Hier können Sie sicher sein, dass die Pflege am Bewohner gewissenhaft, fürsorglich und nach den neuesten Erkenntnissen der Pflegewissenschaft ausgeführt wird.

RAL RÄT

- Die RAL Ratschläge zu Angebot und Qualität des ambulanten Pflegediensts gelten gleichermaßen auch für die stationäre Pflege: Auf maßgeschneiderte Leistungen, externe neutrale Kontrollen und Förderung der Selbständigkeit sollten Sie bei der Auswahl der stationären Pflege achten.
- Schauen Sie sich in der Einrichtung vorher gut um. Das ist Ihr gutes Recht! Sprechen Sie mit Heimbewohnern und Angehörigen. Schauen Sie, ob die Einrichtung sauber ist, prüfen Sie, wie es riecht und wie die Speisen zubereitet sind.
- Achten Sie darauf, dass die Unterbringung in einer stationären Einrichtung so gestaltet ist, dass sie vom Bewohner als gute Alternative zur häuslichen Umgebung empfunden wird.

WEITERE INFORMATIONEN



Gütegemeinschaft Pflege in stationären Einrichtungen
 Telefon: (030) 45 08 93 40
 E-Mail: info@ral-pflege.de
 Internet: www.ral-pflege.de



DEUTSCHES INSTITUT FÜR
GÜTESICHERUNG
UND KENNZEICHNUNG E. V.

Siegburger Straße 39, 53757 Sankt Augustin
Telefon 0 22 41-16 05-0, Fax 0 22 41-16 05-10
E-Mail: RAL-Institut@RAL.de, Internet: www.RAL.de

Ausgabe Dezember 2011