



**Avtorica:** prim. dr. Mateja Rok Simon, dr. med. spec.

javnega zdravja.

**Jezikovni pregled:** Mitja Vrdelja.

**Oblikovanje:** IDEARNA d.o.o.

**Izdajatelj:** Nacionalni inštitut za javno zdravje.

Trubarjeva 2, 1000 Ljubljana.

Građivo je tiskano iz sredstev sofinanciranja Republike

Slovenije in Evropske unije iz Kohezijskega sklada -

Evropskega socialnega sklada.



[www.zdaj.net](http://www.zdaj.net)



## SEZNAMI ZA PREVERJANJE VARNOSTI DOMA



[www.eu-skladi.si](http://www.eu-skladi.si)

**NIJZ**  
Nacionalni inštitut  
za javno zdravje



REPUBLIKA SLOVENIJA  
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

**ZDAJ.** ZDRAVJE  
DANES  
ZA JUTRI

# POGLEJTE IN PREVERITE, ALI JE VAŠ DOM VAREN ZA DOJENČKA?



Če je odgovor »NE«, ukrepajte! DA NE

## OTROŠKA POSTELJICA

- posteljica je globoka vsaj 50 cm, ko je vzmetnica v najnižjem položaju  DA  NE
- vzmetnica se po dolžini in širini tesno prilaga posteljnemu okviru in ograji posteljice  DA  NE
- posteljne stranice so fiksne, brez možnosti za dviganje in spuščanje  DA  NE
- posteljne stranice imajo navpične prečke z razmikom 4,5–6,0 cm  DA  NE
- posteljica je brez odprtin in štrlečih okrasnih elementov  DA  NE

## PREVIJALNA MIZA

- ima dvignjene robove na dveh (ali treh) straneh, nekatere imajo tudi varnostni pas, s katerim otroka lahko pripnemo  DA  NE
- omogoča, da si na doseg roke pripravimo vse, kar potrebujemo za previjanje, vendar zunaj otrokovega dosega  DA  NE
- otrok je na previjalni mizi vedno pod nadzorom odrasle osebe in na dosegu rok  DA  NE

## OTROŠKI LEŽALNIK

- uporabljamo le za kratek čas (največ 5 minut), da odložimo otroka, če med nujnim opravilom potrebujemo proste roke in nimamo druge možnosti  DA  NE

## OTROŠKA OBLAČILA IN DUDA

- uporabljamo le oblačila brez trakov in vrvice, da se otrok z njimi ne bi zadavil  DA  NE
- uporabljamo dudo brez vrvice  DA  NE

## JAVLJALNIK ZA DIM IN JAVLJALNIK ZA OGLJIKOV MONOKSID (CO)

- javljalniki za dim so v vsakem nadstropju večnadstropne hiše in vsaki spalnici  DA  NE

- javljalniki za CO so v prostorih, kjer je kurišče ali gorilna naprava, in tam, kjer se ljudje dlje časa zadržujejo (spalnice, kuhinja, dnevna soba)  DA  NE

## ROPOTULJICA IN DRUGE IGRAČE

- ropotuljica je brez drobnih ali okroglih delov (kot žogica za golf), ročaj in drugi deli ropotuljice so dovolj veliki, da ne gredo v otrokova usta in zaprejo vhoda v grlo  DA  NE
- igrače imajo premer večji od 3 cm, se ne morejo razstaviti na drobne dele in so brez vrvic ali trakov, ki so daljši od 22 cm  DA  NE
- igrače na vrvici, obešene preko posteljice ali globokega dela vozička, se odstrani takoj, ko se otrok začne dvigovati na roke in kolena oziroma pri starosti 5 mesecev  DA  NE

## OTROŠKI AVTOMOBILSKI SEDEŽ SKUPINE 0+ (LUPINICA)

- sedež je primeren otrokovi starosti, teži in velikosti (za otroke od rojstva do 8.–10. meseca oz. do 13 kg telesne teže)  DA  NE
- ima 3-točkovni sistem varnostnih pasov, s katerimi je otrok v sedežu vedno pripet, z možnostjo prilagajanja višine zgornjih trakov glede na velikost otroka in z dobro bočno oporo za glavo  DA  NE

- otroka v avtomobilu nikoli ne pustimo brez nadzora odrasle osebe  DA  NE

## OTROŠKI VOZIČEK

- globoki del vozička ima ravno dno in je brez naklona  DA  NE
- športni voziček ima hrbtno naslonjalo, ki se lahko povsem poleže tako, da je dno vozička ravno in brez naklona  DA  NE
- športni voziček ima 5-točkovni sistem varnostnih pasov (pasove okrog pasu in za med noge ter ramenske pasove), s katerimi je otrok v vozičku vedno pripet  DA  NE
- ima dobro delujoče zavore na dveh kolesih in varovalo, ki preprečuje, da bi se voziček zložil medtem, ko je v njem otrok  DA  NE

# KO ZAČNE OTROK SEDETI IN SE PLAZITI, DODATNO PRILAGODITE SVOJ DOM:



Če je odgovor »NE«, ukrepajte! DA NE

## STOLČEK ZA HRANJENJE

- hrbtni del naslonjala je vedno dvignjen v povsem pokončni položaj (pod kotom 90°), otrok pa ima stopala položena na naslon za noge
- ima 5-točkovni sistem varnostnih pasov (pasove okrog pasu in za med noge ter ramenske pasove), s katerimi je otrok v stolčku vedno pripet
- je težek in ima širok podstavek, kar zagotavlja dobro stabilnost
- postavljen je vedno stran od sten, vrat, oken in vrvic od zaves ali žaluzij

## STAJCA

- uporabi se nezložljivo stajico, saj konstrukcijska zasnova zložljive stajice povečuje tveganje otroka za zadušitve
- stranice stajice imajo pokončne letvice z razmikom 4,5-6,0 cm
- mreža, napeta na stranicah stajice (ali posteljice), je gosto tkana z luknjicami, manjšimi od 7 mm

## SHRANJEVANJE DROBNIH PREDMETOV, ZDRAVIL, KEMIKALIJ

- predmete, katerih premer je manjši od 3 cm, se shrani v omarah ali predalih, ki so zaklenjeni s ključem ali opremljeni z zatičem, da jih otroci ne morejo odpreti
- zdravila in gospodinjske kemikalije, se shrani v omarah ali predalih, ki so zaklenjeni s ključem ali opremljeni z varovalom, da jih otroci ne morejo odpreti
- gospodinjske kemikalije so v plastenkah z dvofaznim zapiranjem (zamašek je treba hkrati potisniti navzdol in ga zavrteti), da jih majhni otroci ne morejo odpreti

## HOJCA

- uporaba se odsvetuje, saj ne vpliva ugodno na otrokov razvoj in poveča tveganje za poškodbe

## OGRAJICE ZA STOPNICE

- na vrhu in na dnu stopnic so nameščene po ena ograjica za stopnice
- na vrhu stopnic so montirane ograjice z vijačenjem v steno, da ne popusti pod težo otroka
- razmik med navpičnimi prečkami ograjice je manjši od 6,5 cm, spodnji rob ograjice je 2,5-5,0 cm nad tlemi
- je brez odprtih v obliki črke V na zgornjem robu in brez odprtih v obliki kare ali diamanta med letvicami
- zaprte so vedno, ko je otrok doma

## STIK Z VROČIMI TEKOČINAMI

- na vodovodni armaturi v kopalni kadi je nameščen termostat za nastavitev temperature vode, ki je nastavljen na največ 50 °C

## KOPALNI STOLČEK

- uporaba kopalnega stolčka se odsvetuje, ker poveča tveganje za utopitev otroka
- otrok v kopalni kadi je vedno pod nadzorom odrasle osebe in na dosegu roke, tudi če je nameščen v kopalnem stolčku

## STIK Z ELEKTRIČNIM TOKOM

- vse električne vtičnice so prekrite z varnostnimi ščitniki za vtičnice

## OTROŠKI ŠPORTNI VOZIČEK

- hrbtni del naslonjala je vedno dvignjen v povsem pokončni položaj (pod kotom 90°), otrok ima stopala položena na naslon za noge
- voziček ima 5-točkovni sistem varnostnih pasov (pasove okrog pasu in za med noge ter ramenske pasove), s katerimi je otrok v vozičku vedno pripet

# KO ZAČNE OTROK HODITI, DODATNO PRILAGODITE SVOJ DOM



Če je odgovor »NE«, ukrepajte! DA NE

## BALKONSKA OGRAJA V NADSTROPJIH

- na oknih in balkonskih vratih v nadstropjih so nameščeni varnostni mehanizmi, ki omogočajo, da se okno in balkonska vrata odprejo samo za 8–10 cm
- balkonske ograje imajo navpične prečke, da otrok ne more splezati preko ograje
- razmiki med navpičnimi prečkami in druge odprtine na balkonski ograji so take velikosti, da malček ne more potisniti glave skoznje
- stoli in ostalo pohištvo je odmaknjeno od oken in balkonskih ograj

## VOGALNIKI IN FOLIJA ZA STEKLENE POVRŠINE

- vogali radiatorjev in nizkega pohištva so zaščiteni z vogalniki
- na steklenih površinah vrat in pohištva je nalepljena zaščitna plastična folija, ki preprečuje, da bi se razbito steklo razletelo na kose in porezalo otroka

## ZAŠČITNA OGRAJICA ZA ŠTEDILNIK

- nameščena je na štedilniku tako, da otrok ne more doseči posod in jih prevrniti nase

## NEDRSEČA PODLOGA ZA KOPALNO KAD

- na dnu kopalne kadi je nameščena podloga iz materiala, ki ne drsi

## OTROŠKI AVTOMOBILSKI SEDEŽ SKUPINE 1

- sedež je primeren otrokovi starosti, teži in velikosti (za otroke od 8 mesecev do 4. leta oz. od 9 do 18 kg telesne teže)
- ima 5-točkovni sistem varnostnih pasov, s katerimi je otrok v sedežu vedno pripet
- rabljen sedež je star manj kot 5 let in ni bil nikoli udeležen v prometni nezgodi

## DOMAČI BAZEN

- otrok je ob bazenu in drugih nezavarovanih vodnih površinah vedno pod budnim nadzorom odrasle osebe
- z vseh štirih strani je obdan z ograjo tako, da je bazen popolnoma ločen od hiše in dvorišča
- ograja okrog bazena je visoka najmanj 120 cm, razmik med navpičnimi prečkami je tak, da malček ne more potisniti glave skoznje
- vrata ograje se samodejno zapirajo z avtomatsko ključavnico, ki je zunaj dosega otrok
- pri uporabi samostoječega plastičnega bazena se upošteva navodila proizvajalca za varno uporabo
- vsak dan po koncu uporabe se stopnice za vstopanje v bazen pospravi na mesto zunaj dosega otrok
- iz bazena se odstrani vse igrače takoj, ko se otrok z njimi ne igra več

## KOLESARSKI SEDEŽ

- sedež je primeren teži in velikosti otroka ter ga je možno pritrditi na kolo
- ima 5-točkovni sistem varnostnih pasov, s katerimi je otrok v sedežu vedno pripet, vzglavnik z dovolj bočne opore za glavo in stopalke za noge

## KOLESARSKA ČELADA

- primerna je otrokovi starosti in velikosti njegove glave
- je lahka, z odprtinami za prezračevanje in dodatnimi blazinicami, s katerimi lahko izboljšamo prilaganje čelade na glavi