

# ARBEIT & GESUNDHEIT

## GESUNDHEIT

### AUF VIBRATIONEN ACHTEN

Mit einem Warnsystem vor schädlichen Schwingungen schützen

## ARBEITSWELT

### STÜRZE VERHINDERN

Auszubildende nehmen Stolperfallen ins Visier

## SCHWERPUNKT

# Gesund in der Pflege

Hilfsmittel, Training und Achtsamkeit – für einen starken Rücken bei Pflegekräften

## Liebe Leserinnen und Leser,



Dr. Jens Jühling,  
Präventionsleiter  
der BG ETEM

FOTO: BG ETEM

Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems sind häufig der Grund, weshalb Pflegekräfte beruflich ausfallen. Besonders verbreitet sind Rückenleiden. Sie können – ob akut oder chronisch – die Lebensqualität von Pflegekräften sowie deren Leistungsfähigkeit stark beeinträchtigen. Pflegeeinrichtungen können zum Glück unterstützen und passende Angebote zur Rückengesundheit machen.

Das Gustav-Werner-Stift in Friedrichshafen ist hierfür ein gutes Beispiel. Für die Titelgeschichte wurde das Seniorenzentrum besucht. Dort zeigte sich, wie ein vielfältiges Bündel an Hilfsmitteln, Fitness- und Weiterbildungsangeboten das rücken-gerechte Arbeiten fördert. Das Pflegepersonal wird unter anderem regelmäßig dafür

sensibilisiert, seine eigenen Kräfte bewusst einzusetzen. Sogenannte Mobilitätshilfen und die Bewegungstechniken der Kinästhetik sind zwei wichtige Ressourcen, auf die die Pflegekräfte dafür zurückgreifen können. Gewinnbringend für den Arbeitsschutz im Gustav-Werner-Stift ist außerdem, dass Vorgesetzte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit und Sicherheitsbeauftragte eng zusammenarbeiten. Die Perspektive von Sicherheitsbeauftragten wird regelmäßig eingeholt und berücksichtigt, etwa vor und während der Sitzung des Arbeitsschutzausschusses.

Nicht nur schwere körperliche Arbeit belastet den Muskel-Skelett-Apparat, sondern auch Vibrationen. Von schädlichen Erschütterungen sind etwa Beschäftigte im Handwerk oder im Personenverkehr betroffen. Unternehmen müssen die richtigen Maßnahmen ergreifen, um die Belegschaft zu schützen. Der Beitrag ab Seite 24 zeigt, wie gesundheitliche Schäden verhindert werden.

Eine spannende Lektüre!

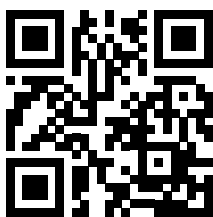
**Ihr Dr. Jens Jühling**

IMPRESSUM Arbeit & Gesundheit, 75. Jahrgang, erscheint zweimonatlich, Entgelt für den Bezug der Zeitschrift im Mitgliedsbeitrag enthalten // **Herausgegeben von:** Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e. V. (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin, Telefon: 030 13001-0, Fax: 030 13001-9876, E-Mail: info@dguv.de, Internet: www.dguv.de, Vorsitzende des Vorstandes: Volker Enkerts, Manfred Wirsch, Hauptgeschäftsführung: Dr. Stefan Hussy, Umsatzsteuer-Identifikationsnummer: DE123382489, Vereinsregister-Nr.: VR 751 B beim Amtsgericht Charlottenburg, **Chefredaktion:** Kathrin Baltscheit (verantwortlich), Stefan Boltz (Stellvertretung) // **Redaktionsbeirat:** Milena Bähnisch, Renate Bantz, Torsten Buchmann, Gregor Doepke, Prof. Dr. Frauke Jahn, Gerhard Kuntzemann, Dirk Lauterbach, Stefan Mühler, Ina Neitzner, Meike Nohlen, Jana Philipp, Michael Quabach, Markus Tischendorf, Heike Wenzel, Dr. Sigune Wieland, Dr. Thorsten Wiethage, Dr. Monika Zaghaw, Holger Zingsheim // **Verlag:** Raufeld Medien GmbH, Paul-Lincke-Ufer 42/43, 10999 Berlin, www.raufeld.de, Telefon: 030 695 6650, Fax: 030 695 665 20, E-Mail: redaktion-aug@dguv.de, Projektleitung: Nina Koch, Jana Gering, Redaktion: Jana Illhardt (Ltg.), Isabel Ehrlich, Jörn Käsebier, Isabelle Rondinone, Grafik: Andreas Stark (Ltg.), Iris Lutterjohann, Antje Zimmermann // **Druck:** Bonifatius Druck GmbH, Karl-Schurz-Straße 26, 33100 Paderborn // **Aboservice** für Adressänderungen, Abbestellungen u. Ä.: aug.dguv.de/kontakt/aboservice // **Titelbild dieser Ausgabe:** David Spaeth // **Stand dieser Ausgabe:** 01.12.2022 // **Die nächste Ausgabe** erscheint am 23.03.2023.





Alle  
**HINTERGRÜNDE,  
DOWNLOADS,  
ZUSATZMATERIALIEN U. V. M.**  
finden Sie auf dem Portal  
„Arbeit & Gesundheit“:



[aug.dguv.de](http://aug.dguv.de)



FOTO: DAVID SPAETH

## 8 SCHWERPUNKT Gesunder Rücken in der Pflege

Pflegekräfte sind körperlich stark gefordert – etwa wenn sie Patientinnen und Patienten bewegen. Pflegeeinrichtungen können viel tun, um den Rücken ihrer Beschäftigten zu schützen. Das Seniorenzentrum Gustav-Werner-Stift engagiert sich vorbildlich für die Gesundheit seiner Belegschaft.

### NEWS

- 4 Aktuelles rund um sicheres und gesundes Arbeiten

### UPDATE RECHT

- 6 Arbeitsstellen im Straßenverkehr sichern
- 7 Neue Vorschriften, Regeln und Verordnungen



FOTO: PICTURE ALLIANCE/DPA/FELIX HÖRHAGER

### GESUNDHEIT

Beschäftigte müssen vor Vibrationen während der Arbeit geschützt werden.

### VERKEHRSSICHERHEIT

- 14 So stellen Unternehmen sicher, dass Beschäftigte im Winter stressfrei fahren

### ARBEITSWELT

- 21 **Mission Sibe** Gespräche in der Gruppe kompetent vorbereiten und moderieren
- 22 Wie Mensch und Roboter gefahrlos zusammenarbeiten

### GESUNDHEIT

- 27 Gemeinsam Schritte zählen für mehr Bewegung

### SERVICE

- 28 Ihre Fragen – unsere Antworten
- 29 Empfohlene Medien
- 30 Quiz mit Gewinnspiel
- 31 Cartoon und Suchbild

FOTO: DGVV



18

### ARBEITSWELT

Risikofaktoren für Stolpern, Rutschen und Stürzen am Arbeitsplatz gezielt abbauen und Unfällen vorbeugen

**Aushang auf Seite 16**

Tipps für ein gelungenes Gruppengespräch



Die so gekennzeichneten Beiträge gibt es in Leichter Sprache auf [aug.dguv.de/leichte-sprache](http://aug.dguv.de/leichte-sprache)

ABBILDUNG: BG ETEM



## Unbedingt Reinhören: 10 spannende Podcast-Folgen

Wie sag ich's meinen Leuten? – Diese Frage stellen sich Führungskräfte und Vorgesetzte immer wieder. Unterweisungen zu Sicherheit und Gesundheitsschutz sind eine regelmäßige Pflichtveranstaltung – sie können aber auch unterhaltsam sein! Wie gute und nachhaltig wirksame Unterweisungen aussehen sollten und warum auch die vermeintlich lästige Dokumentation so wichtig ist, klärt Folge 10 von „Ganz sicher“, dem Podcast der BG ETEM. Wer lieber etwas über Kommunikation, Risikowahrnehmung, Verkehrssicherheit oder Konflikte am Arbeitsplatz hören möchte, wird in den vorherigen Folgen der Reihe sicher fündig.



„Ganz sicher“ – alle Folgen unter: **bgetem.de**, **Webcode: 15539818** und auf allen gängigen Podcast-Plattformen



Durch Einhaltung der 5 Sicherheitsregeln lassen sich Stromunfälle vermeiden.

ABBILDUNG: BG ETEM

ABBILDUNG: BG ETEM



### Sechs einfache Fragen, damit im Betrieb alles rundläuft:

Manchmal knirscht es im Team. Fehler werden gemacht, es entstehen gefährliche Situationen. Besonders kleinere Unternehmen haben es schwer, Abhilfe zu schaffen. Die BG ETEM hat speziell für diese Betriebe das Risikoposter entwickelt. Es ermöglicht ein strukturiertes Gespräch über sechs sicherheitsrelevante Themen wie Fehlerkultur oder Kommunikation.



„RISIKOPOSTER“, bestellbar unter: **bgetem.de**, **Webcode: M21570681**

FOTO: PICTURE ALLIANCE/DPA | JULIAN STRATEN SCHULTE

# „5 Sicherheitsregeln“: Checklisten per App

Wer die 5 Sicherheitsregeln einhält, vermeidet Stromunfälle. Die App der BG ETEM hilft dabei. Vor Ort und ganz ohne lästigen Papierkram. Stromunfälle ereignen sich überwiegend im Bereich der Niederspannung (bis AC 1.000 V/DC 1.500 V) – Grund in den meisten Fällen war, dass die 5 Sicherheitsregeln nicht befolgt wurden. Die BG ETEM hat Checklisten entwickelt, die die häufigsten elektrotechnischen Arbeiten in den Bereichen Elektrohandwerk, Elektrotechnische Industrie und Energieversorgung abdecken. Die Checklisten können per App genutzt werden.

 **5-sicherheitsregeln-  
pwa.uv-Kooperation.de**


## EIN WAHRES WORT

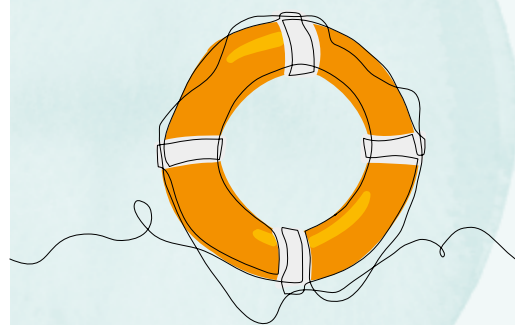
*Ich berichte zum Beispiel, welche aktuellen Themen es bei uns gibt und wie die Zusammenarbeit mit der Einrichtungsleitung läuft.*

**ROLF NUSSER**, Sicherheitsbeauftragter  
Seniorenzentrum Gustav-Werner-Stift.  
Mehr dazu auf den Seiten 8–13



**Fußgänger und Radfahrerinnen** leben in der dunklen Jahreszeit gefährlich. Denn je kürzer die Tage, desto höher das Unfallrisiko im Straßenverkehr. Mit Sharepics, Clips und Rätseln auf Facebook, Twitter und Instagram zeigt der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR), wie alle Verkehrsteilnehmenden zu mehr Sichtbarkeit im Straßenverkehr beitragen können. Ergänzt werden die Posts durch nützliche Tipps. Dabei steht zum Beispiel die richtige Beleuchtung von Fahrrädern im Fokus. Die Social-Media-Aktion ist Teil der Kampagne #SichtbarIstSicher.

 Weitere Tipps unter #SichtbarIstSicher:  
[instagram.com/dvr.de](https://www.instagram.com/dvr.de)



## VERSICHERUNGSSCHUTZ


### Ist Duschen im Betrieb versichert?

**F**ür manche Beschäftigte gehören sie zum Alltag, andere nutzen sie nur in Ausnahmefällen: Duschen am Arbeitsplatz. Nicht jedes Unternehmen bietet entsprechende Sanitäreinrichtungen für die Mitarbeitenden. Doch bietet der Betrieb Duschen an: Besteht dann der Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung, wenn die Person unter der Dusche einen Unfall hat?

#### Es kommt darauf an:

**Ja**, wenn die Nutzung der Dusche vor oder nach der Arbeit im Zusammenhang mit der Tätigkeit steht und notwendig ist. Zum Beispiel, wenn betriebliche Hygieneregeln vorschreiben, dass vor Arbeitsbeginn geduscht werden muss. Nach der Arbeit kann dies für Beschäftigte gelten, die Schmutz oder sogar Gefahrstoffen ausgesetzt waren, etwa in einem Chemiekonzern. Beschäftigte, die am Hochofen arbeiten und deshalb stark schwitzen, duschen im Betrieb ebenfalls versichert.

**Nein**, wenn Duschen im Betrieb in keinem direkten Zusammenhang mit der Arbeit steht. Fahren Beschäftigte beispielsweise mit dem Fahrrad zur Arbeit und kommen dort verschwitzt an, mag eine Dusche zwar erfrischend sein, Unfallversicherungsschutz besteht dann allerdings nicht. Denn es ist die freie Entscheidung der Beschäftigten, das Rad für den Arbeitsweg zu nutzen.

 Einen Arbeitsunfall richtig melden:  
**dguv.de**  
**Webcode: d2355**

# Beschäftigte an Straßen besser schützen

Arbeiten Beschäftigte unmittelbar am Verkehr, ist höchste Vorsicht geboten. Wie Unfällen vorgebeugt wird, zeigt die überarbeitete DGUV Regel 114-016 „**Straßenbetrieb, Straßenunterhalt**“.

Stefan Tampe vom Sachgebiet Straßen, Gewässer, Forsten und Tierhaltung der DGUV erklärt die wichtigsten Änderungen.

**D**ie Sicherheitslage auf Baustellen an Straßen ist komplex. Schließlich rollt der Verkehr meist unmittelbar neben den Beschäftigten weiter, während diese die Fahrbahn ausbessern oder das Straßengrün pflegen. In der DGUV Regel ASR A5.2 „Straßenbetrieb, Straßenunterhalt“ finden Betriebe und Sicherheitsbeauftragte wichtige Anregungen für ihre Arbeit. Die aktualisierte Version wurde unter anderem um die neue Technische Regel „Anforderungen an Arbeitsplätze und Verkehrswege auf Baustellen im Grenzbereich zum Straßenverkehr – Straßenbaustellen“ ergänzt. Sie verbessert entscheidend den Schutz von Beschäftigten vor Unfällen, indem sie etwa klare Sicherheitsabstände definiert.

## Neue Platzbedarfe festgelegt

Bisher gab es klare Vorgaben zu Abständen vor allem für den vorbeifahrenden Verkehr. Diese basieren auf der Straßenverkehrsordnung und den „Richtlinien für die verkehrsrechtliche Sicherung von Arbeitsstellen an Straßen“, kurz RSA 21. Für Beschäftigte an Straßen fehlten entsprechend klare Regeln zu Abständen und Platzbedarfen. Diese Lücke schließt nun ASR A5.2. Die technische Regel konkretisiert die Arbeitsstättenverordnung und hilft Betrieben und deren Beschäftigten künftig bei der Baustellenplanung. Berücksichtigt werden soll dabei der erforderliche Platzbedarf für die Beschäftigten – etwa ihre freie Bewegungsfläche, Arbeits- und Schwenkbereiche von Arbeitsmitteln und Maschinen sowie ein klar definierter Sicherheitsabstand zum vor-



**Stefan Tampe**

Aufsichtsperson bei der Unfallkasse Baden-Württemberg (UKBW). Er leitete die Projektgruppe „Regel Straßenbetrieb“



## Neufassung

Die aktuelle Version der DGUV Regel „Straßenbetrieb, Straßenunterhalt“



publikationen.dguv.de  
Webcode: p114016

beifahrenden Verkehr. Eine wichtige Ergänzung und eine notwendige Maßnahme zum Schutz von Beschäftigten. Nicht zuletzt, weil das gestiegene Verkehrsaufkommen in den vergangenen Jahren die Arbeit an Straßen noch gefährlicher für sie gemacht hat.

## Unfallprävention verbessert

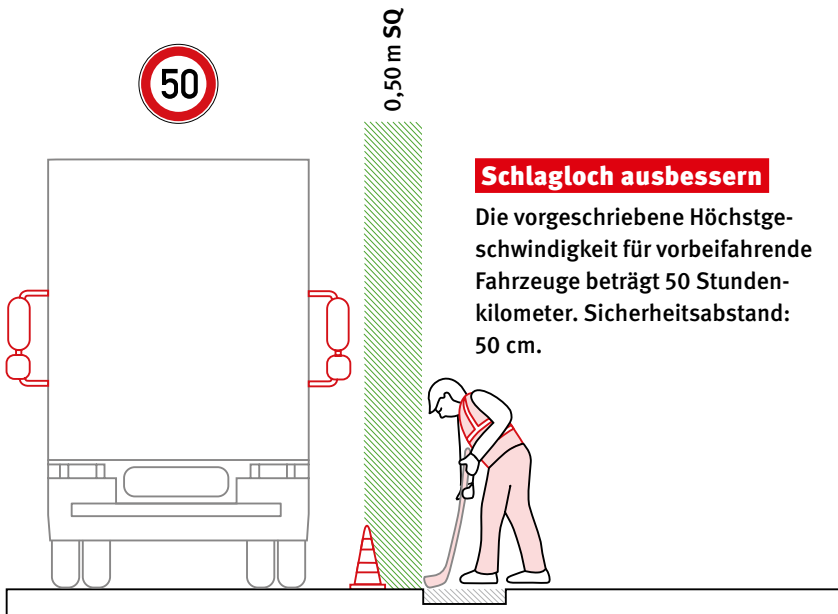
Aber wie wirken die neue ASR A5.2 und die ebenfalls aktualisierte RSA 21 künftig zusammen? Auch dieser Frage geht die aktualisierte Version der Regel „Straßenbetrieb Straßenunterhalt“ nach. Wichtig für Sicherheitsbeauftragte und die Verantwortlichen in den Betrieben ist vor allem, dass bei der Planung einer Arbeitsstelle an der Straße jetzt folgende drei Schwerpunkte koordiniert werden müssen: erstens der Arbeitsbereich, der sich zusammensetzt aus dem Platzbedarf für Arbeitsmaschinen und Fahrzeuge sowie für Beschäftigte. Zweitens der vorbeifließende Straßenverkehr, der insbesondere die Sicherheit der Verkehrsteilnehmenden betrifft. Und drittens besagte Sicherheitsabstände, die den Schutz der Beschäftigten an der Straße erhöhen. Eine neue Tabelle im Anhang der DGUV Regel liefert genaue Vorgaben hierzu. Fallbeispiele erläutern diese zusätzlich (→ siehe auch Grafik rechts).

Die aktualisierte DGUV Regel „Straßenbetrieb, Straßenunterhalt“ liefert damit einen wichtigen Beitrag für die sichere Einrichtung von Arbeitsstellen an Straßen. Weitere Ergänzungen betreffen die Themen Gefährdungsbeurteilung, sanitäre Einrichtungen und Gefahrstofflagerung.

# Sicherheitsabstände jetzt klar definiert

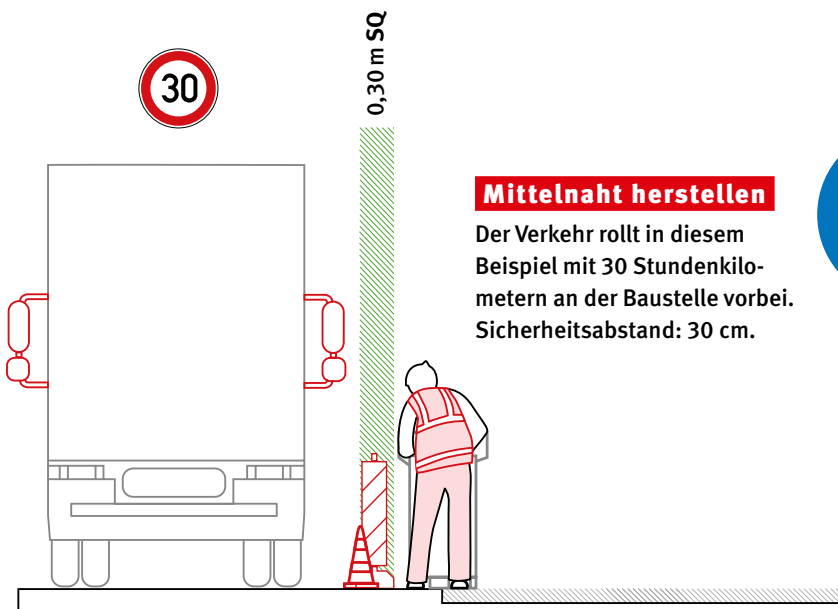
Die neue ASR A5.2 regelt unter anderem den Sicherheitsabstand ( $S_Q$ ), den Beschäftigte zum Straßenverkehr einhalten müssen. Je schneller der Verkehr rollt, desto größer der  $S_Q$ . Zwei Beispiele.

GRAFIK: RAUFELD



## Schlagloch ausbessern

Die vorgeschriebene Höchstgeschwindigkeit für vorbeifahrende Fahrzeuge beträgt 50 Stundenkilometer. Sicherheitsabstand: 50 cm.



## Mittelnaht herstellen

Der Verkehr rollt in diesem Beispiel mit 30 Stundenkilometern an der Baustelle vorbei. Sicherheitsabstand: 30 cm.



Weitere Handlungshilfen  
für den Straßenbetrieb:  
[dguv.de](https://www.dguv.de), Webcode: d988213

## NEU GEREGELT

### Klima in Industriehallen

**Gute Luftqualität** in Werkshallen trägt entscheidend dazu bei, ob sich Beschäftigte an ihren Arbeitsplätzen wohlfühlen und leistungsfähig sind. Neben Hitze und Kälte können Gerüche sowie Stofflasten die Luftqualität mindern. Die Ursachen und ihre Beseitigung thematisiert die DGUV-Information „Klima in Industriehallen – Antworten auf die häufigsten Fragen“.



[publikationen.dguv.de](https://publikationen.dguv.de)  
Webcode: p215540

### Manuelle Arbeitsprozesse

**Manuell ausgeführte Tätigkeiten** erfordern Kraftaufwand. Oft beinhalten sie zudem gleichförmige, sich wiederholende Bewegungen. Dies beansprucht den Körper und kann zu Beschwerden führen, wenn keine Schutzmaßnahmen ergriffen werden. Die Broschüre „Manuelle Arbeitsprozesse“ zeigt, wie Unternehmen Risiken ermitteln und gesundheitlichen Folgen vorbeugen.



[baa.de](https://www.baa.de) > Angebote > Publikationen  
> baa: Praxis > Manuelle Arbeitsprozesse

.....



### Was ist eigentlich ein Barotrauma?

Bei Taucharbeiten oder beim Tunnelbau sind Beschäftigte Überdruck ausgesetzt. Gehen sie in eine solche Druckumgebung hinein, kann es zu einem gestörten Druckausgleich kommen, dem Barotrauma. Es äußert sich zum Beispiel durch Ohrenschmerzen oder Blutungen. Die „Handlungsanleitung für sicheres Arbeiten in Druckluft“ gibt Tipps, um einem Barotrauma vorzubeugen und es in der betrieblichen Ersten Hilfe zu berücksichtigen.



[publikationen.dguv.de](https://publikationen.dguv.de)  
Webcode: p201061

Mehr Gesetze und Vorschriften unter  
[aug.dguv.de/update-recht](https://www.aug.dguv.de/update-recht)

# Starker Rücken, starke Pflege

Pflegekräfte leisten körperlich harte Arbeit – dafür braucht es **einen gesunden Rücken**. Mit technischen Hilfsmitteln unterstützt das Seniorenzentrum Gustav-Werner-Stift in Friedrichshafen seine Pflegekräfte darin, sich nicht zu übernehmen. Zusätzlich fördert die Einrichtung mit Sport- und Entspannungskursen die Selbstfürsorge ihrer Belegschaft.

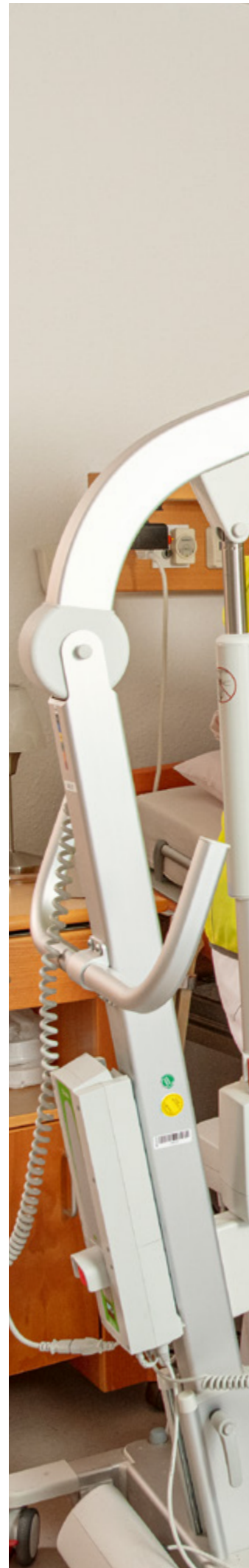
VON ISABELLE RONDINONE

**D**er Geruch von Kaffee liegt in der Luft. Gedämpftes Stimmengewirr und Klappern von Geschirr durchdringen die Flure. Es ist kurz nach 9 Uhr und die Seniorinnen und Senioren von Station 1 des Seniorenzentrums Gustav-Werner-Stift sitzen gemütlich beim Frühstück. Auch unter den Pflegekräften der Station macht sich jetzt Entspannung breit. Der erste Kraftakt des Tages liegt hinter ihnen.

Dieser begann gut zwei Stunden zuvor: Ab halb sieben werden die Bewohnerinnen und Bewohner, die gerne früh aufstehen, geweckt. Dann folgen nach und nach alle anderen, die für das Frühstück ihr Bett und Zimmer verlassen können beziehungsweise wollen. Für die Beschäftigten heißt das: zwei Stunden lang Personen aufrichten, in Bewegung bringen, waschen und ankleiden. Insbesondere das Aufrichten und

Umsetzen pflegebedürftiger Personen – etwa von der Bettkante auf den Toilettenstuhl oder vom Bett in den Rollstuhl – ist für das Pflegepersonal herausfordernd. Die Belastung kann die persönlichen Kräfte übersteigen und so ihren Gelenken und der Wirbelsäule schaden (→ siehe Infokasten **S. 11**).

„Körperliche Belastungen in der Pflege treten vor allem bei Transfers auf“, erklärt Bettina Kern. „Wenn das nicht ausreichend geschult ist, wird viel falsch gemacht. Und das kann auf den Körper schlagen.“ Die studierte Pflegefachkraft arbeitet seit 13 Jahren im Gustav-Werner-Stift. Das Seniorenzentrum ist eine von vielen Einrichtungen der Stiftung Bruderhaus-Diakonie, die sich unter anderem in den Bereichen Alten-, Behinderten- und Jugendhilfe engagiert. Das Gustav-Werner-Stift befindet sich in Friedrichshafen. Hier ist Kern unter anderem als Ausbildungskoordinato- >





Lifter heben bewegungseingeschränkte Personen aus dem Bett. Pflegekräfte schonen mit solchen Hilfsmitteln ihren Rücken.

FOTOS: DAVID SPAETH



› rin tätig. Sie achtet darauf, dass Schülerinnen und Schüler von Anfang an rückengerecht arbeiten, etwa indem sie die bereitgestellten Mobilitätshilfen wie Personenlifter, Exoskelette und Rutschtücher nutzen.

Mobilitätshilfen sind technische Hilfsmittel, die die Pflege und den Transfer bewegungseingeschränkter Personen vereinfachen. Einige dieser Hilfen werden elektrisch angetrieben, andere nutzen die Muskelkraft der zu bewegendenden Personen. Die Hilfsmittel entlasten die Pflegekräfte. Gleichzeitig tragen sie dazu bei, dass die Mobilität der Seniorinnen und Senioren erhalten bleibt.

#### **Wissen um rückengerechtes Arbeiten regelmäßig auffrischen**

Im Gustav-Werner-Stift stehen Lifter, Rutschtücher und andere Mobilitätshilfen auf jeder Station bereit. Ob die Beschäftigten sie nutzen, ist eine andere Frage. „Damit sie es tun, achten wir darauf, dass das Pflegepersonal das Wissen um rückengerechtes Arbeiten und um die Hilfsmittel immer wieder auffrischt“, erzählt Mathias Kaupp. Seit 2019 hat er im Seniorenzentrum die Pflegedienstleitung inne. Bei seinen regelmäßigen Rundgängen schaut Kaupp, ob die Hilfsmittel im Einsatz sind. „Es kommt schon mal vor, dass Pflegekräfte eine Person schnell durch eigene Kraft bewegen, statt den Lifter zu holen. Wenn ich das sehe, weise ich sie darauf hin, wie wichtig rückengerechtes Arbeiten ist.“

Regelmäßig an die richtige Arbeitsweise zu erinnern, ist auch Bettina Kern wichtig. Ob es Nachschulungsbedarf gibt, zeigt sich unter anderem bei der sogenannten Pflegevisite. Dabei begleiten verschiedene Verantwortliche eine Pflegekraft und beobachten, wie sie eine Bewohnerin oder einen Bewohner pflegt. „Wir schauen nicht nur, ob zum Beispiel Hygienestandards eingehalten werden, sondern auch, ob die Kollegin oder der

Kollege rückengerecht arbeitet. Welche Hilfsmittel die Person nutzt, ob sie sich das Pflegebett auf Arbeitshöhe hochfährt und wie sie sich bückt“, nennt Kern einige Beispiele. Im nachgehenden Gespräch wird erörtert, was die Pflegekraft besser machen könnte und wie die Leitung sie dabei unterstützen kann.

Auch Sicherheitsbeauftragte machen sich im Gustav-Werner-Stift für die Gesundheit ihrer Kolleginnen und Kollegen stark. In jeder Einrichtung der BruderhausDiakonie gibt es mindestens zwei – sie kommen in der Regel aus den Bereichen Pflege und Haustechnik. Dieser Kompetenzmix hat sich bewährt.



**Die erfahrene Pflegefachkraft Bettina Kern achtet als Ausbildungs Koordinatorin darauf, dass Azubis rückengerecht arbeiten.**

Markus Höfler legt großen Wert auf die Perspektive der Sicherheitsbeauftragten auf den Arbeitsschutz. Höfler ist Fachkraft für Arbeitssicherheit und arbeitet in der Zentrale der Stiftung in Reutlingen. Regelmäßig setzt er sich mit den Sicherheitsbeauftragten zusammen. „Meine Hauptansprechpersonen sind die Führungskräfte. Aber ich bin auch sehr daran interessiert, die Meinung von Sicherheitsbeauftragten zu hören und sie über Neuerungen zu informieren. Gibt es beispielsweise neue Angebote oder Schulungen, sind Sicherheitsbeauftragte gute Multiplikatoren, um diese Informationen weiterzugeben“, erklärt Höfler. Auch helfen sie ihm dabei, „hinter die Fassade“ zu schauen. „Ich frage regelmäßig: Wie läuft die Arbeit? Werdet ihr einbezogen? So erhalte ich einen guten Eindruck davon, ob der Arbeitsschutz wirklich gelebt wird.“



Pflegedienstleiter Mathias Kaupp wirkt gemeinsam mit der Heimleitung darauf hin, die Selbstfürsorge der Beschäftigten zu stärken.

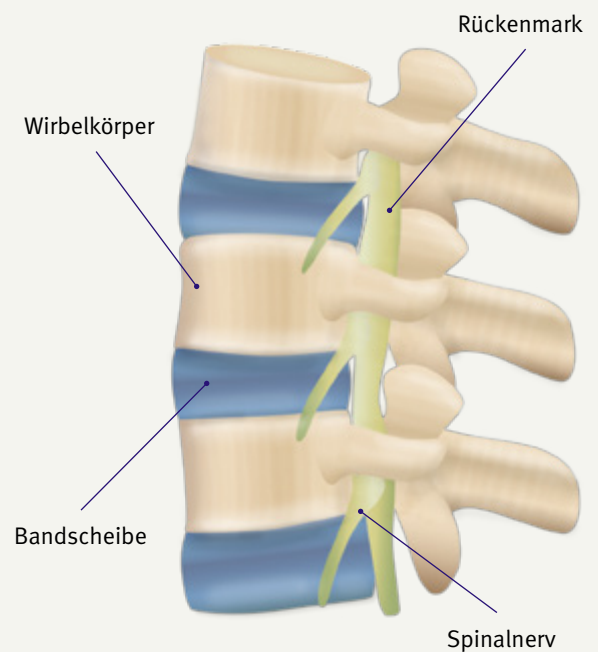


Sicherheitsbeauftragter Rolf Nusser geht mit offenen Augen durch die Einrichtung, um Unfallrisiken aufzuspüren.

Einer der Sicherheitsbeauftragten im Gustav-Werner-Stift ist Rolf Nusser. Seit vielen Jahren ist er hier als Hausmeister tätig und kennt die Einrichtung in- und auswendig. Als Sicherheitsbeauftragter achtet er insbesondere auf Unfallquellen wie herumliegende Kabel, die schnell zur Stolperfalle werden können. >

## WICHTIGE STÜTZE: DIE WIRBELSÄULE

Falsches Heben, Bücken oder Ziehen schadet der Wirbelsäule – genauer: den Bandscheiben. Eine starke Rückenmuskulatur, moderate Belastung sowie Phasen der Regeneration beugen Rückenerkrankungen vor.



### Die Bandscheibe

Elastisches Polster, das die Wirbelsäule beweglich hält und einwirkende Kräfte gleichmäßig verteilt.

### Zusammengestauchte Bandscheibe

Bei Belastung verformt sich die Bandscheibe. Unter Umständen wölbt sie sich so weit in Richtung Rückenmark, dass sie auf einen Nerv drückt. Resultat: Hexenschuss oder Verspannungen. Besonders schmerzhaft ist ein Bandscheibenvorfall.



## GUT ZU WISSEN

## Darunter leidet der Rücken:

- ⇨ Heben und Tragen schwerer Lasten mit untrainierter Muskulatur
- ⇨ Langes Verharren in einer Körperhaltung und/oder einseitige Belastung
- ⇨ Zu wenig Bewegung bei der Arbeit und in der Freizeit
- ⇨ Ständig gebeugter Oberkörper oder häufiges Bücken
- ⇨ Ruckartige, schwungvolle Bewegungen
- ⇨ Hohe Muskelspannung durch Leistungs- und Zeitdruck
- ⇨ Arbeitsunzufriedenheit und daraus resultierende psychische Belastungen



## WEITERLESEN

Resilienz stärken, um belastende Situationen besser zu meistern:



[aug.dguv.de](http://aug.dguv.de) > Suche:  
Resilienz

Die Einrichtung setzt auch Exoskelette ein. Sie werden im Rahmen eines Pilotprojekts getestet.

› Dabei hat er ein Auge fürs Detail – und immer einen Spruch auf den Lippen. „Wenn Beschäftigte mal schnell auf einen Drehstuhl steigen, um an Materialien zu gelangen, rufe ich ihnen zu, ob sie auch den Salto mortale mit doppelter Drehung beherrschen. Die wissen dann sofort, dass sie besser eine richtige Aufstiegshilfe verwenden sollten, und verhalten sich künftig sicherer“, erzählt Nusser lachend. Dank seiner lockeren Art und seiner handwerklichen Fähigkeiten wird er von Führungskräften, Kolleginnen und Kollegen sehr geschätzt.

Regelmäßig spricht Nusser mit anderen Verantwortlichen der BruderhausDiakonie, etwa mit der Sicherheitsfachkraft Markus Höfler. „Ich berichte zum Beispiel, welche aktuellen Themen es bei uns gibt und wie die Zusammenarbeit mit der Einrichtungsleitung läuft. Dadurch erhält Herr Höfler einen besseren Einblick, wie die Situation bei uns in der Einrichtung tatsächlich ist“, so Nusser.

### Bewegungsabläufe trainieren, Selbstfürsorge stärken

Auf Station 1 ist das Frühstück beendet. Einige Seniorinnen und Senioren sitzen zusammen und sprechen über Märchen. Andere sind auf ihren Zimmern. Für viele Pflegekräfte geht es jetzt an die Behandlungspflege. Trotz technischer Hilfsmittel kommen Pflegekräfte dabei nicht umhin, eigene Kraft einzusetzen, wenn sie bewegungseingeschränkte Personen pflegen. Damit sich die Belegschaft bei manuellen Tätigkeiten nicht übernimmt, setzt das Gustav-Werner-Stift auf das Mobilisationskonzept der Kinästhetik. Dieses umfasst verschiedene Techniken, die das Zusammenspiel zwischen der pflegenden und der pflegebedürftigen Person fördern. „Dabei nimmt man die Energie

*Die Belegschaft achtet mehr auf ihren Rücken, seitdem wir Entspannungs- und Sportkurse mitfinanzieren. Viele nutzen sie.*

#### MATHIAS KAUPP

PFLEGEDIENSTLEITER, SENIORENZENTRUM GUSTAV-WERNER-STIFT

des Gegenübers auf und nutzt sie, um sich selbst zu entlasten“, erklärt Bettina Kern. Kraftintensive Tätigkeiten wie Heben oder Ziehen vermeidet die Kinästhetik, ebenso ruckartige und schwungvolle Bewegungen, unter denen der Rücken leidet (⇨ siehe Infokasten S. 12). „Unsere Pflegekräfte können entsprechende Kurse kostenfrei besuchen und die Techniken erlernen“, so Kern.





Rückenschmerzen müssen jedoch nicht unbedingt eine Folge körperlicher Belastung sein. Sie können auch psychische Gründe haben. Denn Stress und psychische Belastung führen häufig zu einem hohen Grundspannungszustand der Muskulatur (Muskeltonus) sowie zu Verspannungen. Diese Verspannungen können schmerzen. Wollen Pflegeeinrichtungen den Rücken ihrer Beschäftigten gesund halten, sollten sie psychische Belastungen nicht unterschätzen.

#### **Kosten für Entspannungs- und Sportkurse trägt anteilig das Unternehmen**

Stress versucht das Gustav-Werner-Stift mit einer ausgewogenen Personal- und Schichtplanung vorzubeugen. Die BruderhausDiakonie möchte ihre Belegschaft außerdem zu einem achtsamen Umgang mit sich selbst bewegen, ihre Resilienz und Selbstfürsorge stärken. Über ein spezielles Programm können

sie in mehr als 5.000 Einrichtungen deutschlandweit Kurse ihrer Wahl besuchen, um etwa Entspannungstechniken wie Autogenes Training oder Progressive Muskelentspannung zu erlernen. Für den aktiven Ausgleich können die Beschäftigten auch Fitnessstudios und Sportkurse besuchen. Die Kosten übernimmt die BruderhausDiakonie anteilig. Pflegedienstleiter Mathias Kaupp ist mit diesem Angebot zufrieden: „Manchmal können Azubis, Pflegehelferinnen und Pflegehelfer sich solche Kurse oder das Fitnessstudio nicht leisten. Die Belegschaft achtet mehr auf ihren Rücken seitdem wir Entspannungs- und Sportkurse mitfinanzieren. Viele nutzen sie.“



Hilfsangebote zur Rückengesundheit in der Pflege:  
**bgw-online.de** › Themen  
 › **Gesund im Betrieb**  
 › **Gesunder Rücken**

## IMPULSE

### **Rückengerecht arbeiten – das können Sicherheitsbeauftragte tun:**

- 1** Auf **vorhandene Hilfsmittel** wie Lifter und Rutschtücher aufmerksam machen und daran erinnern, sie zu verwenden.
- 2** An die **Unterweisung** zur richtigen Anwendung von Hilfsmitteln und zur rückengerechten Arbeitsweise erinnern.
- 3** **Übungen** zur Stärkung der Rückenmuskulatur empfehlen, die auch zwischendurch ausgeführt werden können.
- 4** Für die Bedeutung von **Vorsorge** sensibilisieren, etwa für die arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchung G 46 „Muskel-Skelett-System“.

**5 Ansprechpersonen kennen und vermitteln** sowie selbst ein offenes Ohr für die Anliegen der Kolleginnen und Kollegen haben.

**6 Informationen über Schulungen** in Kinästhetik, Entspannung und Selbstfürsorge weitergeben.

**7 Plakat** zum richtigen Heben und Halten aushängen, zum Beispiel: **bgw-online.de** › **Suche: Fit durch die Schicht**

# Bei Unwetter sicher ans Ziel



Damit Beschäftigte bei **schlechter Witterung** auf Arbeits- und Dienstwegen sicher unterwegs sind, sollten sie ihre Fahrweise anpassen. Dafür können Sicherheitsbeauftragte werben.

VON **MARTIN HILDEBRANDT**

**W**etter und Witterung beeinflussen das Unfallgeschehen. Dazu hat das Bundesumweltamt 2019 eine Statistik des Statistischen Bundesamtes zu Straßenverkehrsunfällen ausgewertet. Das Ergebnis: Bei Regen, Schnee und Hagel geschehen in den Herbst- und Wintermonaten mehr Unfälle als im Frühjahr und Sommer. Allerdings kommen deutlich weniger Personen zu Schaden. Warum? Die Verkehrsteilnehmenden fahren langsam und vorsichtig.

Dieser Zusammenhang beweist, wie wichtig es ist, die Fahrweise den Witterungsverhältnissen anzupassen. Das gilt insbesondere angesichts zunehmender Extremwetterlagen mit

Starkregen und orkanartigen Windböen. Dann sollte klar sein, dass Fahrten deshalb mal länger dauern oder sogar verschoben werden müssen.

## **Sichere Fahrkultur etablieren**

Beschäftigte sollten wissen, wie sie Witterungsverhältnisse auf Arbeits- und Dienstwegen berücksichtigen. Dass auch Unternehmen etwas dazu beitragen können, ist Führungskräften oft nicht bewusst. Viele sehen nur geringe Möglichkeiten, Verkehrsunfällen ihrer Beschäftigten entgegenzuwirken. „Insbesondere Wegeunfälle werden leider als gegeben und kaum beeinflussbar angesehen“, sagt Kay Schulte, Referatsleiter beim Deutschen Verkehrssicherheitsrat (DVR). Die Wit-

**Tempo runter, Abstand halten – umsichtiges Fahrverhalten sollte in der Unternehmenskultur fest etabliert sein.**

FOTO: ADOBE STOCK/ROBSONPHOTO

wichtig ist, dass Beschäftigte sicher zur Arbeit und nach Hause kommen. Kündigen sich für die nächsten Tage Unwetter an, können Sicherheitsbeauftragte die Belegschaft beispielsweise aktiv darauf hinweisen und dazu aufrufen, vorsichtig zu fahren. Ebenfalls können sie vorschlagen, öffentliche Verkehrsmittel zu nutzen, sofern sie verfügbar sind.

Betriebe können darüber hinaus die Nutzung von Unwetter-Warn-Apps empfehlen. Sind Extremwetterlagen angekündigt, sollten Beschäftigte Fahrten verschieben und so Verkehrsunfällen vorbeugen. Das gilt auch für betriebliche Fahrten. Unternehmen können fordern, etwa bei angekündigtem Blitzeis geplante Touren zu einem späteren Zeitpunkt nachzuholen. „Solche Aktionen signalisieren, dass dem Unternehmen die Gesundheit der Beschäftigten am Herzen liegt und die Sicherheit im Vordergrund steht“, erklärt Schulte.

#### **Vorbildrolle wahrnehmen**

„Insbesondere Führungskräfte haben großen Einfluss darauf, welchen Stellenwert die Beschäftigten Verkehrssicherheit beimessen“, betont der Experte. Schon eine allgemeine Dienstanweisung bei schlechtem Wetter kann ein Umdenken fördern. „Diese Dienstanweisung kann beispielsweise beinhalten, dass es bei winterlichem Verkehrschaos keinesfalls notwendig ist, eine Verspätung telefonisch mitzuteilen.“ Beschäftigte sollten sich besser ganz und gar auf den Straßenverkehr konzentrieren dürfen. Sicherheitsbeauftragte können Führungskräfte zudem auf Fahrsicherheitstrainings aufmerksam machen. Der DVR bietet Unternehmen entsprechende Kurse und Beratungen an.

terung oder das Verkehrsaufkommen können Unternehmen freilich nicht beeinflussen. Sehr wohl aber können sie Risikofaktoren wie Erreichbarkeit, Zeitdruck und Stress minimieren. Ist es beispielsweise gelebte Unternehmenskultur, sich auf Arbeitswegen bei schlechter Witterung Zeit zu nehmen, statt zu versuchen, pünktlich zu sein, wirkt dies auf ein umsichtiges Verhalten im Straßenverkehr hin.

Wirkungsvoll können bereits kleine Maßnahmen sein. Mit ihnen können Betriebe bewusst betonen, dass ihnen



Text in Leichter Sprache:  
[aug.dguv.de/leichte-sprache](https://www.aug.dguv.de/leichte-sprache)



#### **KLICKTIPPS**

- Sicherheitstrainings und -programme:  
**deinewege.info ›**  
**Sicherheitstrainings und Sicherheitsprogramme**
- Gespräche über Verkehrssicherheit anstoßen:  
**publikationen.dguv.de**  
**Webcode: p021639**
- Unternehmenskultur sicher und gesund gestalten:  
**publikationen.dguv.de**  
**Webcode: p206025**



Mehr über Verkehrssicherheit im Herbst und Winter:



**aug.dguv.de**  
**› Suche: „Winter“**

AUSTAUSCH IN DER GRUPPE

# Über Arbeitsschutz sprechen

## 1 Gespräch eröffnen

- Teilnehmende begrüßen
- Thema, Anlass oder Ziel des Treffens nennen
- Dauer und Ablauf bekannt geben
- Person benennen, die protokolliert

## 2 Gesprächsregeln klären und beachten

- Jede Meinung ist wichtig und wird wertgeschätzt
- Jede Person kommt zu Wort und darf ausreden
- Alle achten auf einen sachlichen und höflichen Ton
- Schuldzuweisungen sind tabu



ILLUSTRATION: RAUFELD



Diesen und weitere Aushänge finden Sie zum Download unter:

[aug.dguv.de](http://aug.dguv.de)



### 3 Diskussion in Gang halten

- Eigene Vorschläge einbringen
- Leitfragen vorbereiten, empfehlenswert sind offene Fragen: Was? Wie? Warum? ...
- Gespräch lenken und am Thema bleiben
- Zeit im Blick behalten

### 4 Austausch nachbereiten

- Beiträge zusammenfassen
- Formloses Protokoll allen Beteiligten zuschicken
- Nächste Schritte mitteilen



### GUTE GESPRÄCHE ONLINE FÜHREN

- Für **Technikfragen** genügend Zeit einräumen
- **Gesprächsregeln** nennen, zum Beispiel Gebrauch der Melde-Funktion und des Chats
- **Beiträge kurzhalten und Pausen einplanen**, empfehlenswert sind mehrere Kurzpausen von mind. zehn Minuten
- **Plan B** haben, falls die Technik nicht funktioniert



CHECK-UP Online-  
Veranstaltungen:  
[publikationen.dguv.de](https://publikationen.dguv.de)  
Webcode: p021787



Moderierte  
Gruppendiskussionen:



[lia.nrw.de](https://lia.nrw.de) > Service  
> Publikationen und  
Downloads > LIA.praxis  
> praxis 3

# Gut aufgepasst



Das aktuelle Präventionsprogramm „Jugend will sich-er-leben“ widmet sich **Unfällen nach Stolpern, Rutschen und Stürzen**. Sie sind eine der häufigsten Ursachen für Verletzungen.

VON JÖRN KÄSEBIER

**A**usgleiten, stolpern, umknicken, hinfallen – das passiert im Arbeitsalltag immer wieder. Allein 2021 machten Unfälle nach Stolpern, Rutschen, Stürzen (SRS) laut DGUV Statistik 23,6 Prozent der gesamten Arbeitsunfälle aus. Knöchel- und Fußverletzungen sind zumeist die Folge – und damit verbunden tage- oder gar wochenlanger Arbeitsausfall. Der Schutz vor SRS-Unfällen sollte daher in Betrieben weit oben auf der Agenda stehen.

## Thema aufgreifen und im eigenen Betrieb umsetzen

Neben älteren und nicht so beweglichen Menschen verletzen sich auch junge Menschen oft bei SRS-Unfällen. „Aktuelle Studien zeigen, dass sich junge Menschen immer weniger bewegen. Ihre körperliche Fitness ist daher schwächer ausgebildet als noch bei Generationen vor ihnen. Daher sind auch jüngere Erwachsene durch Stürze gefährdet“, sagt Chris-

toph Preuße von der BGHM, Leiter des DGUV Präventionsprogramms „Jugend will sich-er-leben“ (JWSL). Das Programm 2022/2023 steht unter dem Motto „Watch out! – Null Stolpern, Rutschen, Stürzen“. Sicherheitsbeauftragte können Auszubildende und junge Beschäftigte auf den dazugehörigen Wettbewerb aufmerksam machen (→ **Kasten Seite 20**). Zugleich können sie bei der Fachkraft für Arbeitssicherheit und Vorgesetzten anregen, SRS-Unfällen gezielt entgegenzuwirken.

Die Maßnahmen dazu werden im Betrieb nach dem TOP-Prinzip ergriffen. Zu den technischen Maßnahmen (T) zählt, dass glatte, rutschige Bodenbeläge durch rutschhemmende ersetzt werden. Auch verringern rutschfeste Schmutzmatten an Eingangstüren, dass Schmutz in die Räume getragen wird. Ein weiteres Beispiel sind Kabelbrücken. Sie sorgen dafür, dass keine losen Kabel auf dem Boden herumliegen (→ **Checkliste auf Seite 19**). >



Sauberkeit verhindert Stürze. Doch wenn Böden noch feucht sind, besteht vorübergehend Rutschgefahr.

FOTO: ADOBE STOCK/ALTERFALTER



## CHECKLISTE

### SRS-Unfällen im Betrieb vorbeugen

#### 1 Ablenkungen vermeiden

Nicht in Eile losgehen und immer den Weg im Blick behalten. Auch nichts vor dem Gesicht tragen.

#### 2 Gut beleuchtet

Alle Räume, Wege und Treppen gut ausleuchten.

#### 3 Wege frei halten

Hindernisse auf Verkehrs- und Fluchtwegen beseitigen, etwa Kabel nicht offen auf dem Boden liegen lassen.

#### 4 Sauberkeit

Verschmutzungen und Pfützen beseitigen, Schäden sofort melden.

#### 5 Hilfsmittel benutzen

Geeignete Tritte und Leitern nutzen, auf Treppen eine Hand am Handlauf lassen.

#### 6 Passendes Schuhwerk

Geschlossene Schuhe mit rutschhemmender Sohle anziehen und sie gut zumachen.

#### 7 Sicherheitszeichen beachten

Gefahrenbereiche und verbotene Wege meiden.



JUGEND  
WILL  
SICH-ER-  
LEBEN

## KREATIVWETTBEWERB

### Eigene Filme, Plakate und Podcasts zu Arbeitsschutzthemen erstellen



Bei JWSL können sich Auszubildende mit ihren Ideen und Beiträgen einbringen.

FOTO: DGUV

programm für Auszubildende. Jungen Beschäftigten bietet es die Gelegenheit, gleich zu Beginn ihres Berufslebens sicheres und gesundes Verhalten zu erlernen. Und Betrieben hilft das Programm, Azubis für Arbeitsschutzthemen zu begeistern.

› Organisatorische Schutzmaßnahmen (O) sind etwa ein eingesetzter Winterdienst, aber auch Betriebsanweisungen und regelmäßige Unterweisungen durch Führungskräfte. Zu den persönlichen Schutzmaßnahmen (P) gehört, dass Beschäftigte das Schuhwerk tragen, das ihnen der Betrieb zur Verfügung stellt. In Pflegeberufen sind es zum Beispiel andere Schuhe als im Gastgewerbe oder der Abwasserentsorgung. Sie bieten für die jeweilige Arbeit bestmöglichen Halt, Schutz und Tragekomfort. Zu den persönlichen Maßnahmen zählt außerdem, beim Gehen auf den Weg und die Umgebung zu achten, aber auch, sich körperlich fit zu halten.

#### Bewegungsmangel erhöht die Gefahr für Unfälle

Dem Bewegungsmangel zu begegnen, ist ein weiteres Anliegen von „Jugend will sich-er-leben“ im aktuellen Programmjahr. „Die meisten Menschen sitzen zu viel. Wir machen Vorschläge, wie mehr Bewegung in den Arbeitsalltag kommt“, so Christoph Preuß.

Auf der Webseite des Programms gibt es unterschiedliche Übungen zum Nachmachen. So finden sich dort Trainingseinheiten mit verschiedenen Gleichgewichtsübungen, wie das Stehen auf einem Bein und der Yoga-Baum. Andere Übungen verbessern das Reaktionsvermögen. Denn wer schnell reagiert, kann sich oft noch abfangen und schlimmere Verletzungen verhindern.



Filme und Animationsfilme:  
[jwsl.de/mediathek](https://jwsl.de/mediathek)

#### Teilnahme

Berufsschulklassen haben noch bis zum 28. Februar 2023 die Chance, am Kreativwettbewerb von „Jugend will sich-er-leben“ (JWSL) zum Thema „Schutz vor Stolpern, Rutschen, Stürzen“ teilzunehmen. Sicherheitsbeauftragte können Auszubildende sowie Ausbilderinnen und Ausbilder in ihrem Betrieb ansprechen und sie ermuntern, mitzumachen und eigene Ideen für die Umsetzung zu entwickeln. Videos, Plakate, Comics – das Format für die Wettbewerbsbeiträge ist frei. Die Teilnahme erfolgt über die Berufsschulklassen. Die Beiträge werden inklusive Beschreibung auf der JWSL-Webseite hochgeladen.

#### Programm

„Jugend will sich-er-leben“ ist seit mehr als 50 Jahren ein Präventionsprogramm der gesetzlichen Unfallversicherung. Die Landesverbände der DGUV bieten es allen Berufsschulen in Deutschland an. Es erreicht bis zu 800.000 Berufsanfängerinnen und Berufsanfänger. Damit ist es das größte branchenübergreifende Präventions-

#### Schulungsmaterial

Zu jedem Jahresthema gibt es passendes Material. Dazu gehört ein Unterrichtskonzept für Berufsschullehrkräfte und ein Unterweisungskonzept für Auszubildende. Letzteres richtet sich in erster Linie an Ausbilderinnen und Ausbilder zur Unterweisung von Azubis. Doch auch für Schulungen und Unterweisungen erfahrenerer Beschäftigter lassen sie sich zum Teil einsetzen. Sicherheitsbeauftragte können Vorgesetzten sowie Ausbilderinnen und Ausbildern die Medien empfehlen und sie mit ihren Kolleginnen und Kollegen teilen.

#### Inspiration aus Vorjahren

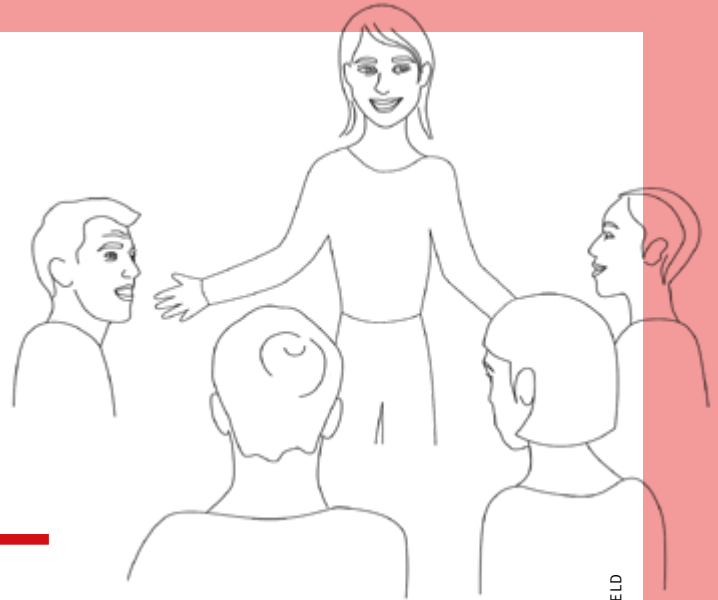
Die Webseite des Programms enthält auch die prämierten Beiträge der Vorjahre zu den Jahresthemen. Die vergangenen vier Themen waren: Haut, Kommunizieren, Sucht und Fehlerkultur – klassische Arbeitsschutzthemen aus erfrischender Perspektive neu erzählt.



Alles über den aktuellen Wettbewerb:  
[jwsl.de/mehr-jwsl-themen](https://jwsl.de/mehr-jwsl-themen)

## MISSION SIBE

### Probleme gemeinsam besprechen


GRAFIK: RAUFELD

Es gibt immer wieder Situationen im Arbeitsalltag von Sibe, in denen etwa ein abermaliger Hinweis auf riskantes Verhalten nicht ausreicht oder mehr als nur eine Person vom Problem betroffen ist. In dem Fall wäre es gut, alle Beteiligten und eventuell die Sicherheitsfachkraft mit ins Boot zu nehmen und gemeinsam eine Lösung zu finden, wie solches Verhalten künftig abzustellen ist. Sibe können dazu beitragen, dass Gespräche über Probleme oder Konflikte in kleiner Runde zu guten Ergebnissen kommen.

#### Tipp 1: Offene Atmosphäre schaffen

Zu Beginn ist es gut, kurz zu erklären, worum es geht, und inhaltlich den Rahmen abzustechen. Auch eine kurze Erinnerung an die Teilnehmenden ist hilfreich: Falsche Antworten gibt es nicht und jede Meinung ist wichtig. Bei konkreten Problemen sollte nach Ursachen gesucht werden und nicht nach Schuldigen. Im weiteren Verlauf ist es gut, darauf zu achten, dass jede Person zu Wort kommt – so haben alle das Gefühl, beteiligt zu sein.

#### Tipp 2: Höflicher und sachlicher Ton

Ein konstruktives Gespräch ist nur möglich, wenn sich alle Teilnehmenden mit Wertschätzung, Höflichkeit und Respekt begegnen. Dazu gehört es beispielsweise, anderen aufmerksam zuzuhören, sich gegenseitig ausreden zu lassen und Beleidigungen zu unterlassen. Außerdem gilt es, die Meinung anderer Teilnehmender zu respektieren – auch wenn man sie selbst nicht teilt. Spitzt sich das Gespräch emotional zu, helfen freundliche Ermahnungen, ausgleichende

und versöhnliche Einwürfe und Gegensteuern, etwa indem betont sachlich auf eine emotionale Äußerung reagiert wird.

#### Tipp 3: Beim Thema bleiben

Häufig schweifen Menschen ab, bringen neue Themen ein oder verlieren sich in Einzelheiten. Dann gilt es, das Gespräch wieder zurück auf das Thema der Diskussion zu lenken. Das gelingt mit Wendungen wie „Darauf können wir vielleicht später noch einmal eingehen, lasst uns erst einmal ...“ oder „Um zurück auf unser Thema zu kommen ...“.

#### Tipp 4: Eigene Vorschläge einbringen

Manchmal kommt das Gespräch nicht richtig in Gang oder stockt. Dann hilft es, eigene Ideen und Vorschläge einzubringen und damit eine Diskussionsgrundlage zu schaffen. Ein weiteres gutes Mittel ist, Fragen zu stellen. Diese sollten offen formuliert sein (W-Fragen: Wer? Wie? Was? Wann? Wo?).

#### Tipp 5: Ergebnisse zusammenfassen

Solche Gespräche bilden oft den Ausgangspunkt für weitere Maßnahmen. Gegebenenfalls sollten die Argumente oder Ziele des Treffens festgehalten werden. Dazu hilft es, diese am Ende kurz zusammenzufassen. Mit einem herzlichen Dank an alle Teilnehmenden kann ein Gruppengespräch harmonisch abgeschlossen werden.

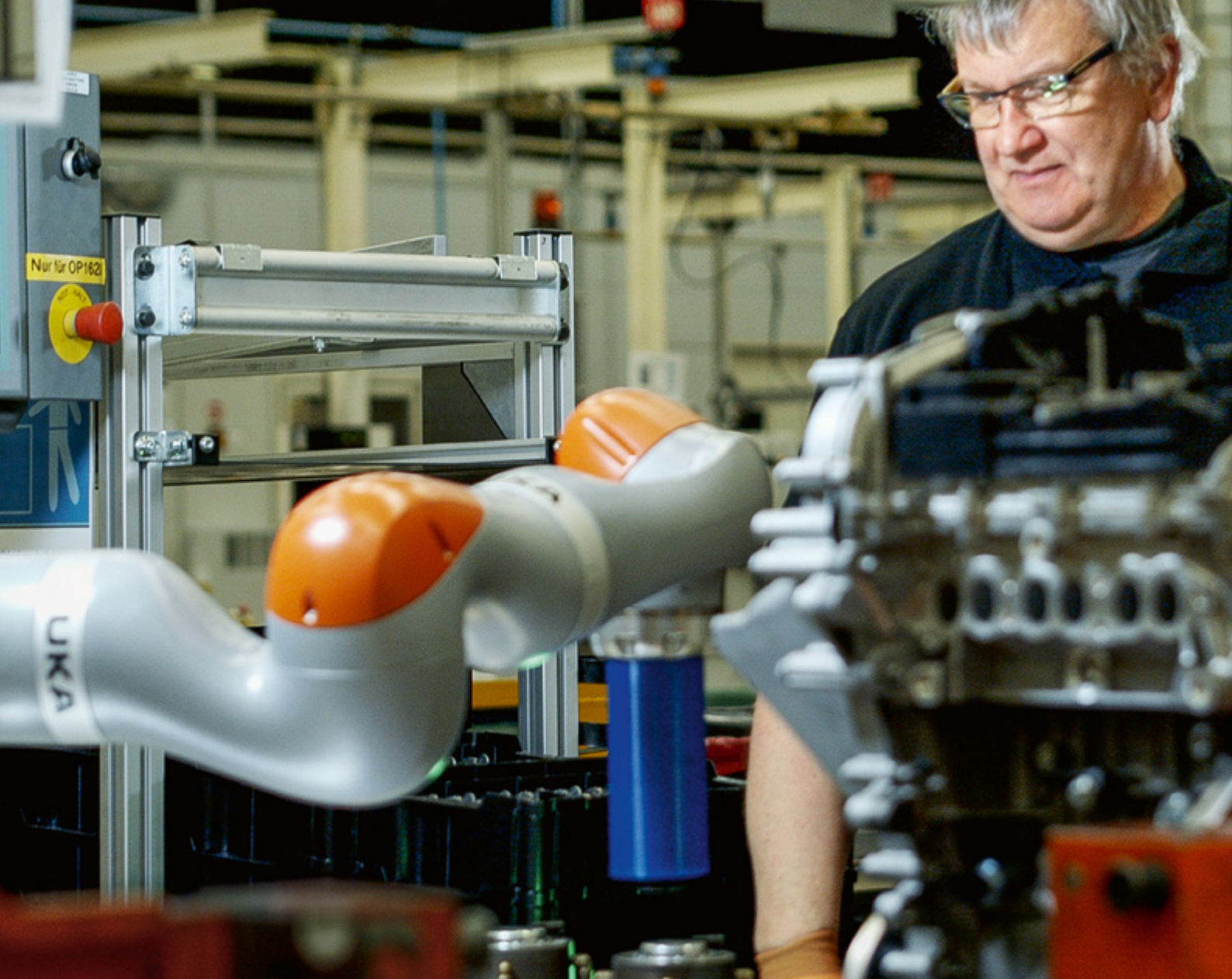


Gute Kommunikation für mehr Sicherheit und Gesundheit:

**publikationen.dguv.de, Webcode: p206038**



Text in Leichter Sprache:  
[aug.dguv.de/leichte-sprache](http://aug.dguv.de/leichte-sprache)



# Seite an Seite mit der Maschine

**Kollaborative Roboter** unterstützen Beschäftigte und entlasten sie. Ihr Einsatz sollte aber gut geplant sein, um Verletzungsrisiken zu minimieren.

VON JÖRN KÄSEBIER

Dietmar Brauner wird bei seiner Arbeit von einem Cobot unterstützt, dem er den Spitznamen „Robbie“ gegeben hat.

FOTO: FORD EUROPE

## MEDIENTIPPS

### Roboter in der Arbeitswelt

Podcastfolge: „Kollaborierende Roboter – Chancen und Risiken für den Arbeitsschutz“:  
[bghm.de/podcast](https://bghm.de/podcast)

Interaktive Planungshilfe:  
[cobotplaner.de](https://cobotplaner.de)

Arbeiten mit Robotern:  
[napofilm.net](https://napofilm.net) > **Napos Filme**

Webdokumentation:  
[doku-arbeitswelten.baua.de](https://doku-arbeitswelten.baua.de) >  
**Kollege Roboter**

Filmdokumentation des IFA:  
[dguv.de](https://dguv.de), **Webcode: d130086**

Robbie im Einsatz:  
[youtube.com](https://youtube.com) > **Suche: Ford lässt Robbie den Cobot arbeiten**

**D**ie Abdeckungen von Motoren anbringen ist Präzisionsarbeit. Dietmar Brauner, Produktionsmitarbeiter bei Ford, kann seine Schulter und sein Handgelenk jedoch nur eingeschränkt bewegen. Alleine kann er nicht die Abdeckung festhalten und gleichzeitig die Schrauben eindrehen. Doch zum Glück hat Brauner einen Kollegen: Robbie.

„Robbie“, so hat Brauner den kollaborativen Roboter (Cobot) getauft. Er steht ihm zur Seite und drückt die Ab-

deckungen so fest, dass Brauner sie mit einem elektrischen Schraubendreher befestigen kann. Der Cobot bewegt sich nur, wenn er von einem Menschen aktiviert wird. Zudem sorgen Robbies Sensoren dafür, dass die Bewegungen stoppen, wenn Hände oder Finger eines Menschen im Wege sein könnten. Dank der eingebauten Sicherheitsfunktionen muss der Cobot nicht hinter einem Zaun oder einer anderen Schutzeinrichtung wie einer Lichtschranke stehen, sondern arbeitet Seite an Seite mit Dietmar Brauner.

#### Die Bedienung von Cobots ist leichter geworden

Cobots kamen in Deutschland zunächst vor allem in der Automobilfertigung zum Einsatz. Inzwischen werden sie vermehrt auch in anderen Branchen eingesetzt, etwa in der Lagerlogistik. Hier helfen sie dabei, schwere Güter zu heben und zu versetzen. Die Roboter können so Beschäftigte unterstützen und entlasten. Ein weiterer Grund für ihren zunehmenden Einsatz: „Die Bedienung ist einfacher geworden“, sagt Jan Zimmermann, Bereichsleiter Grundlagen, Methoden und Softwarelösungen beim Institut für Arbeitsschutz der DGUV (IFA).

Die Sicherheit der Beschäftigten muss aber gewährleistet sein. Heißt: Das Risiko einer Kollision zwischen Mensch und Maschine ist so gering wie möglich zu halten. Die Normen und Vorgaben für Hersteller sind daher streng. Sie müssen für jeden Cobot eine Risikobeurteilung erstellen. Außerdem ist in jeden Roboter eine sogenannte Leistungs- und Kraftbegrenzung eingebaut. Sie soll verhindern, dass sich die Maschinen zu schnell und mit zu hoher Kraft bewegen. Dazu wird die Geschwindigkeit überwacht, mit welcher sich der Roboter bewegt. Und die auftretenden Kräfte bleiben auf ein to-

lerierbares Maß abgesenkt, was mit Messungen kontrolliert werden muss. „Die Roboter sollten so programmiert sein, dass sie sofort stoppen, wenn sie Kontakt zu einem Menschen haben“, sagt Zimmermann. Dabei kann auch die Berufsgenossenschaft unterstützen, wie die BGHM im Falle von Ford.

#### Sicherheitsbeauftragte können Cobot-Beauftragte vorschlagen

Wenn in ihrem Unternehmen Cobots im Einsatz sind, können Sicherheitsbeauftragte im Blick behalten, ob alle Schutzmaßnahmen eingehalten werden – ob etwa ein Sicherheitspasswort verhindert, dass Einstellungen von allen einfach verändert werden können. Fällt ihnen im Arbeitsalltag zum Beispiel auf, dass Bewegungen eines Cobots zu nah am menschlichen Kopf vorbeiführen, sollten sie auf das Risiko hinweisen und eine Umprogrammierung anregen. Sicherheitsbeauftragte können darüber hinaus vorschlagen, dass ihr Betrieb Cobot-Beauftragte bestimmt. Diese lernen bei Schulungen des Herstellers alle wichtigen Tipps und Tricks, wie sich der Cobot programmieren lässt. „Das könnte gerade für junge Menschen interessant sein, die sich spezialisieren möchten“, so Zimmermann.

Damit Cobots von der Belegschaft akzeptiert werden, hilft es, ihnen Zeit einzuräumen, um sich an den Roboter zu gewöhnen. Robbie hat bei Ford eine 18-monatige Probezeit bestanden. Schon bald könnten in dem Kölner Werk weitere Cobots hinzukommen. Sie sollen etwa helfen, mehr Menschen mit Einschränkungen bei der Arbeit in der Automobilproduktion zu unterstützen.



Cobot-Systeme planen:  
[dguv.de](https://dguv.de)  
**Webcode: d545286**  
FBHM Nr. 080



# Schäden abfedern

**Schwingungen und Vibrationen** treten beispielsweise auf, wenn Beschäftigte in Fahrzeugen auf unebenen Wegen fahren oder mit handgeführten Arbeitsmitteln arbeiten. Der beste Schutz vor ernsthaften Folgen: Grenzwerte einhalten.

VON JULIA FRESE



Ohne Schutzmaßnahmen würde insbesondere die Lendenwirbelsäule des Fahrpersonals durch Vibrationen belastet werden.

FOTO: PICTURE ALLIANCE/DPA/FELIX HÖRHAGER

Leicht erhöht sitzen Busfahrerinnen und Busfahrer in den Kabinen ihrer Fahrzeuge. Bis ins kleinste Detail ist ihr Sitz ausgeklügelt. So trägt er wesentlich dazu bei, dass Beschäftigte im Personenverkehr ihre Arbeit komfortabel und rücken schonend verrichten. Zu den wohl wichtigsten Ausstattungsmerkmalen gehört das Federdämpfersystem, auf dem der Sitz dynamisch auf- und abschwingt. Die Funktion ist einfach erklärt: Gäbe es die Dämpfer nicht, würden sich die Erschütterungen der Straße nahezu ungehindert auf die Fahrerinnen und Fahrer übertragen. Ihr Rücken wäre kontinuierlich Vibrationen ausgesetzt. Jeden Arbeitstag.

### Vibrationen als Gesundheitsrisiko häufig unterschätzt

Werden solche und andere Schutzmaßnahmen nicht ergriffen, können Vibrationen am Arbeitsplatz langfristig den Muskel-Skelett-Apparat von Beschäftigten schädigen. Es treten teilweise so schwere Erkrankungen auf, dass die Betroffenen nicht mehr in ihrem Beruf arbeiten können. „Die Folgen von Vibrationen am Arbeitsplatz werden häufig unterschätzt“, sagt Christian Freitag. Während die meisten wüssten, wie schädlich Lärm sein kann, seien die langfristigen gesundheitlichen Schäden von Vibrationen überwiegend unbekannt, so der Leiter des Bereichs Vibration des Instituts für Arbeitsschutz der DGUV (IFA). Jährlich gibt es rund hundert anerkannte Fälle von vibrationsbedingten Berufskrankheiten.

Damit liegt die Zahl zwar auf einem konstant niedrigen Niveau. Der Experte geht aber von einer hohen Dunkelziffer aus.

*Während die meisten wissen, wie schädlich Lärm sein kann, sind die langfristigen Schäden von Vibrationen überwiegend unbekannt.*

#### CHRISTIAN FREITAG

LEITER DES BEREICHS VIBRATION DES  
INSTITUTS FÜR ARBEITSSCHUTZ  
DER DGUV (IFA)

Je nach Tätigkeit und Arbeitsbereich sind Beschäftigte Hand-Arm- oder Ganzkörpervibrationen ausgesetzt. Erstgenannte entstehen durch handgehaltene und handgeführte Arbeitsgeräte, etwa Bohr- oder Schleifmaschinen. Erkrankungen des Hand-Arm-Skeletts oder Durchblutungsstörungen können die Folge sein. Besonders gravierend ist die Weißfingerkrankheit: Ist sie stark fortgeschritten, sind Nerven und Gefäße dann auf Jahre geschädigt. Betroffene empfinden ihre Hände häufig als taub oder erleiden plötzlich auftretende Schmerzattacken.

Oft bemerken Beschäftigte vibrationsbedingte Schädigungen zunächst nicht. Schmerzen in Muskeln oder Gelenken können erste Anzeichen sein. Aufmerksam werden sollten sie, wenn sich die Finger bei der Arbeit weiß verfärben oder es schwerfällt, kleine Objekte wie Schrauben oder Nägel festzuhalten und mit ihnen zu hantieren. >



Text in Leichter Sprache:  
[aug.dguv.de/leichte-sprache](http://aug.dguv.de/leichte-sprache)



Eine Messscheibe registriert die Vibrationen während der Fahrt. Wie stark sie sind, zeigt das blau eingefasste Display.

FOTO: IFA

## GUT ZU WISSEN

### Wichtige Vibrationswerte

Zum Schutz vor Vibrationen legt die Lärm- und Vibrations-Arbeitsschutzverordnung (LärmVibrationsArbSchV) Auslösewerte und Expositionsgrenzwerte fest.

Vibrationswerte, Regelungen und Maßnahmen bei Vibrationen am Arbeitsplatz:



publikationen.dguv.de  
Webcode: p010796

› Beschäftigte, die in Fahrzeugen arbeiten, sind in der Regel Ganzkörpervibrationen ausgesetzt. Das betrifft etwa Arbeitsplätze in Bussen, Gabelstaplern oder Erdbaumaschinen wie Baggern. Hierbei ist vor allem der untere Teil der Lendenwirbelsäule betroffen. „Die Vibration wird stets an einer bestimmten Stelle in den Körper geleitet“, so Freitag. Im Fall der Hand-Arm-Vibrationen ist dies die Stelle, an der das Arbeitsgerät gehalten wird. Bei der Ganzkörpervibration leitet der Fahrzeugsitz die Erschütterungen über das Gesäß in den Körper.

#### Vibrationen am Arbeitsplatz messen

Soll ermittelt werden, wie stark die Beschäftigten belastet sind, hilft eine normgerechte Schwingungsmessung am Arbeitsplatz. Dafür werden an den jeweiligen Arbeitsgeräten Schwingungsaufnehmer angebracht, wie Freitag erklärt. Für Fahrzeugsitze gibt es entsprechende Messscheiben, die auf die Sitzfläche gelegt werden. Fachleute können mit solchen Messvorrichtungen feststellen, wie hoch die Vibrationsbelastung für den Körper am jeweiligen Arbeitsplatz ausfällt.

Das IFA hat zudem ein spezielles Anzeigegerät entwickelt, das Betriebe zu Schulungszwecken ausleihen

können. Es besteht aus einer Messscheibe auf dem Fahrersitz und einem Display, das die Vibrationsbelastung visualisiert. „Dabei machen wir uns eine Art Ampelsystem zunutze. Ein Balken am rechten Displayrand signalisiert über seine Farbe – Grün, Gelb, Rot –, ob die Schwingungsbelastung eine kritische Höhe erreicht. So sind Schwingungen nicht mehr nur etwas, was Fahrerinnen und Fahrer vage spüren. Stattdessen können sie die Schwingungen sehen, bewerten und, ganz wichtig, aktiv verändern“, erklärt Freitag. Sicherheitsbeauftragte können anregen, diese Vibrationsanzeigen über den Unfallversicherungsträger auszuleihen, um Kolleginnen und Kollegen für den Umgang mit Vibrationen zu sensibilisieren.

#### Fahrzeugsitz unbedingt richtig einstellen

Um die Lendenwirbelsäule zu schützen, sollte das Fahrpersonal akribisch auf die richtige Einstellung des dynamischen Fahrersitzes achten. Dieser lässt sich auch an das Körpergewicht der Beschäftigten anpassen. Erst dann kann er seine federnde Funktion voll erfüllen. Sicherheitsbeauftragte sollten regelmäßig ein Auge darauf haben, ob der Sitz tatsächlich korrekt eingestellt ist. „Oft sind Beschäftigte der Meinung, dass sich der Aufwand für kurze Strecken nicht lohnt. Aber das ist eine Fehleinschätzung“, betont Freitag. Auch wer täglich kurze Strecken über unebenes Gelände fährt, kann seine Lendenwirbelsäule dauerhaft schädigen.

Um die Expositionsdauer von Hand-Arm-Vibrationen zu reduzieren, sollten Handwerksbetriebe möglichst ein Rotationsprinzip bei der Bedienung vibrierender und nicht vibrierender Maschinen einführen. Damit wird die Vibrationsbelastung unter den Beschäftigten so verteilt, dass niemand dauerhaft zu starken Schwingungen ausgesetzt ist.



Über das Gerät zur Anzeige von Ganzkörpervibrationen:  
**dguv.de/ifa**  
Webcode: d1087760

# In Schwung kommen

Immer mehr Menschen bewegen sich zu wenig. Ein Mittel dagegen: in der Pause spazieren gehen. Gemeinsam dabei **Schritte oder Kilometer zu zählen**, ist ein guter Ansporn.

VON ISABELLE RONDINONE

**A**ktuellen Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO) zufolge bewegen sich jede vierte erwachsene Person und 81 Prozent der Jugendlichen zu wenig. Das ist besorgniserregend, denn Bewegungsmangel wirkt sich negativ auf die psychische Gesundheit aus und gilt als Ursache für Erkrankungen des Stoffwechsels und des Herz-Kreislauf-Systems. Die Gründe für die unzureichende körperliche Aktivität sind laut WHO in der Arbeitswelt zu finden: Immer mehr Menschen üben sitzende Tätigkeiten aus. Aktiver Ausgleich wirkt dem Bewegungsmangel entgegen.

Es gilt bereits als gesundheitsförderlich, wenn Erwachsene an fünf Tagen pro Woche für 30 Minuten körperlich aktiv sind. Dabei sollten sie mäßig intensive und inten-

sive Bewegungseinheiten kombinieren – zum Beispiel Spaziergehen und Schwimmen, Gartenarbeit und Joggen. Um die Gesundheit ihrer Beschäftigten zu fördern, sollten auch Unternehmen Anreize für mehr Bewegung am Arbeitsplatz und im Alltag schaffen. Bewährt haben sich spielerischere Ansätze, beispielsweise: gemeinsames Kilometer- oder Schrittesammeln auf Spaziergängen in den Pausen. Alles, was man dazu braucht, ist ein Schrittzähler auf dem Smartphone. Sicherheitsbeauftragte können diese Aktion im Team bekannt machen oder bei Führungskräften anregen.



Gesunde Pausengestaltung:  
[iga-info.de](http://iga-info.de) › Veröffentlichungen › iga.Reporte  
 › iga.Report 34

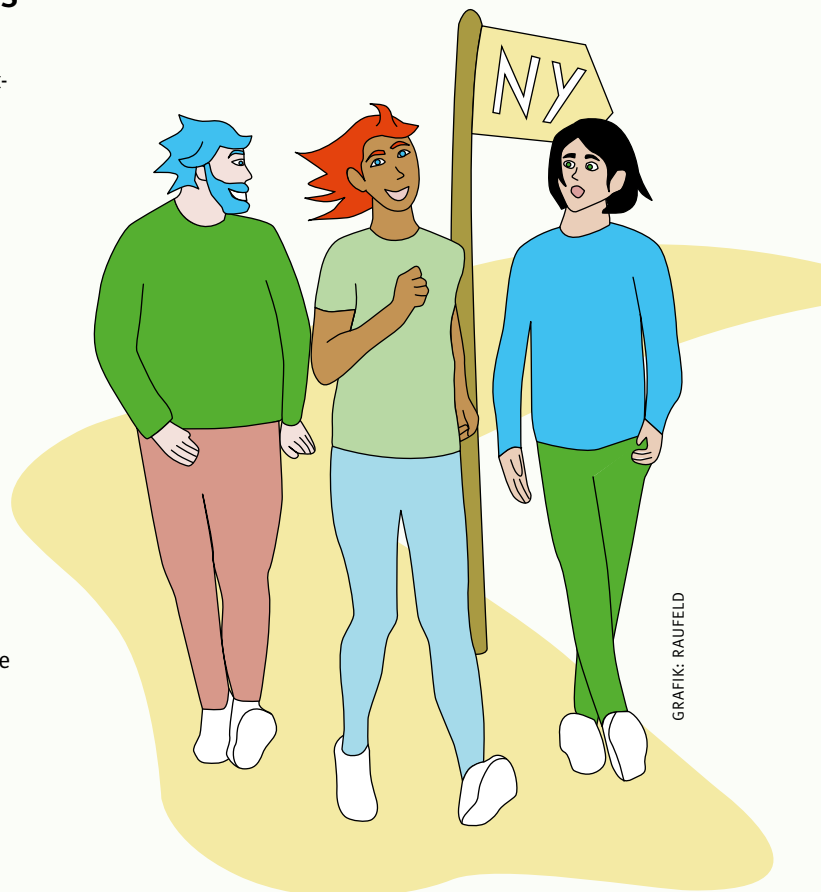
## SCHRITTE ODER KILOMETER SAMMELN – SO GEHT'S

**1 SCHRITZÄHLER AKTIVIEREN** Viele Smartphones und Smartwatches sind serienmäßig mit einem digitalen Schrittzähler ausgestattet. Diese fürs Schrittezählen aktivieren.

**2 ZIEL FESTLEGEN** Der Fantasie sind kaum Grenzen gesetzt. Gesammelt werden können eine Million Schritte oder die Kilometer von der Arbeitsstätte bis nach New York. Die Anzahl der Teammitglieder sollte berücksichtigt werden. Außerdem sollten nur die Wege ins Ergebnis einfließen, die Teilnehmende auf Spaziergängen in den Pausen zurücklegen.

**3 GEMEINSAM ODER GEGENEINANDER** Besonders motivierend kann es sein, wenn das Kilometer- oder Schrittesammeln im Wettbewerb erfolgt. Variante 1: Kleine Gruppen oder verschiedene Abteilungen treten gegeneinander an – wer das Ziel als Erstes erreicht, siegt. Variante 2: Alle Teammitglieder sammeln gemeinsam im Wettlauf gegen die Zeit. Die festgelegte Summe müssen sie dann in einer bestimmten Zeit erreichen.

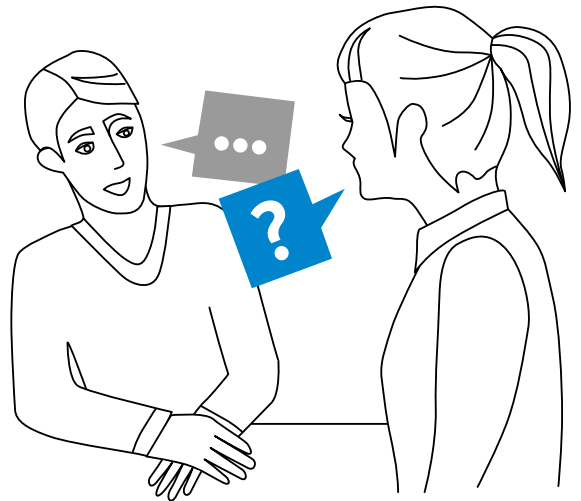
**4 VERANTWORTLICHKEITEN KLÄREN** Eine Person sollte täglich notieren, welchen Beitrag jede Kollegin und jeder Kollege geleistet hat. Am Ende werden alle Einträge summiert. Viel Spaß beim Ausprobieren!



GRAFIK: RAUFELD

# Ihre Fragen – unsere Antworten

An dieser Stelle beantworten Fachleute der gesetzlichen Unfallversicherung die Fragen unserer Leserinnen und Leser zu Themen rund um den Arbeits- und Versicherungsschutz.



**Ich arbeite im Bauwesen. Immer wieder sind wir auf anderen Baustellen und für verschiedene Firmen tätig. Wie können wir nachweisen, mit welchen Gefahrstoffen wir wann gearbeitet haben?**

Laut Gefahrstoffverordnung müssen Betriebe dokumentieren, wenn ihre Beschäftigten mit krebserzeugenden oder erbgutverändernden Stoffen arbeiten. Diese Dokumentation wird unterstützt durch die Zentrale Expositionsdatenbank (ZED), einem kostenlosen Angebot der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). Arbeitgebende können die ZED nach Einwilligung ihrer Beschäftigten nutzen. Damit übertragen sie die Aushändigungs- und Archivierungspflicht auf die DGUV. Beschäftigte können den Auszug über ihre Expositionsgeschichte schriftlich bei der ZED anfordern. Die Daten sind dauerhaft gesichert und werden mindestens 40 Jahre nach Ende der Exposition aufbewahrt. Um Unternehmen der Bauwirtschaft die Dateneingabe zu erleichtern, stellt die BG BAU ihnen eine Eingabehilfe für die ZED zur Verfügung.

**Berit Schuchmann**

BG BAU, Referat Kontaminierte Bereiche/Biostoffe

**Wenn ich meine Kinder vor der Arbeit in die Kita bringe, zählt diese Fahrt als Arbeitsweg – auch wenn ich einen Umweg fahren muss?**

Ja, der „Umweg“ zur Kita zählt als Arbeitsweg. Versichert ist zwar nur der direkte Weg zur Arbeit, denn Wegeabweichungen aus privaten Gründen unterliegen nicht dem Versicherungsschutz. Weil aber auch ein Kind beim Besuch der Kita und auf dem Weg dorthin gesetzlich unfallversichert ist, liegt eine Fahrgemeinschaft versicherter Personen vor. Dabei sind Wegeabweichungen in den Versicherungsschutz einbezogen. Wird das Kind in eine unversicherte Betreuung gebracht, etwa zur Oma, liegt keine solche Fahrgemeinschaft vor. Trotzdem ist auch dieser „Umweg“ versichert – allerdings nur für das Elternteil, nicht für das Kind.

**Eberhard Ziegler**

Referatsleiter Grundlagen des Leistungsrechts der DGUV

**Viele unserer Ersthelfenden befinden sich momentan meist im Homeoffice. Welche Auswirkungen hat das?**

Unternehmen müssen sicherstellen, dass bei Unfällen im Betrieb jederzeit sofort Erste Hilfe geleistet werden kann – auch in Pandemiezeiten. Maßgabe ist unter anderem Paragraf 26 Abs. 1 der DGUV Vorschrift 1 „Grundsätze der Prävention“. Bei zwei bis 20 anwesenden Versicherten muss stets mindestens ein Ersthelfer oder eine Ersthelferin zur Verfügung stehen, und zwar in allen betrieblichen Bereichen und auf Baustellen. Die Zahl der nötigen Ersthelfenden richtet sich nach der Zahl der anwesenden Beschäftigten. Wenn viele Beschäftigte im Homeoffice arbeiten, müssen weniger Ersthelfende im Betrieb sein als an Tagen, an denen viele vor Ort sind. Die Unternehmensleitung sollte sicherstellen, dass die Präsenzzeiten entsprechend koordiniert sind. Ist das nicht möglich, sollten weitere Beschäftigte ausgebildet werden. Es ist ohnehin empfehlenswert, mehr Ersthelfende ausbilden zu lassen, um Urlaub oder Krankheitsfälle ausgleichen zu können. Die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen fördern das, indem sie die Kosten für den Erste-Hilfe-Kurs übernehmen.

**Dr. Isabella Marx**

Leiterin DGUV Fachbereich Erste Hilfe

➔ Sie haben selbst eine Frage?

Dann schicken Sie uns diese gerne an: [redaktion-aug@dguv.de](mailto:redaktion-aug@dguv.de)

# Medien für die Praxis

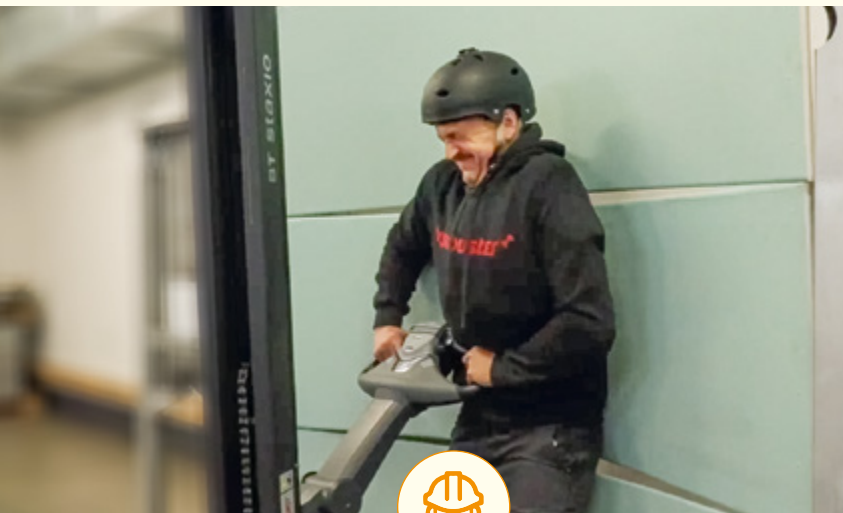


FOTO: BG ETEM



## ARBEITSSICHERHEIT

*Hände und Füße schützen*

**Ameisen haben erstaunliche Kräfte** – ebenso die nach ihnen benannten Mitgänger-Flurförderzeuge. Mit ihnen lässt sich viel transportieren. Doch leider kommt es beim Arbeiten mit diesen Fahrzeugen immer wieder zu ernststen Hand- und Fußverletzungen sowie zu Sachschäden. Insbesondere beim manuellen Führen beziehungsweise Schieben der Last passieren Unfälle. Die Gründe sind vielfältig: Manchmal sind die Beschäftigten von ihren Vorgesetzten nicht richtig unterwiesen worden. In anderen Fällen war die Ware auf der Ameise zu hoch gestapelt oder die Warenverpackung beschädigt. Wie sich diese Risiken vermeiden oder verringern lassen, kann man sich anschauen: Der RiskBuster der BG ETEM zeigt, wo die Gefahren liegen und wie man diese vermeidet.



„Fleißige Ameise, große Gefahr“:  
<https://profi.bgetem.de>



## ARBEITSSICHERHEIT

*Sicherer Auftritt – keine Chance dem Stolpern, Rutschen und Stürzen!*

**Nicht selten haben schwere Stürze banale Ursachen** wie abgenutztes Schuhwerk oder im Weg liegendes Werkzeug. Räumen Sie Stolperfallen aus dem Weg. Aber auch unpassendes Schuhwerk auf dem Arbeitsweg kann eine Unfallursache sein. Acht vorbeugende Tipps sind in der kleinen Broschüre „Sicherer Auftritt – keine Chance dem Stolpern, Rutschen und Stürzen!“ zusammengefasst.



Bestellen oder Herunterladen unter:  
**bgetem.de**  
**Webcode: M18386579**



## VERKEHRSSICHERHEIT

*Texten tötet!*



**Mit seinem Titel und einprägsamer Illustration** bringt der Autoaufkleber auf den Punkt, wie gefährlich es ist, beim Autofahren aufs Handy zu schauen. Der runde Aufkleber (Durchmesser 20,5 Zentimeter) mit gelber

Schrift und Illustration auf durchsichtigem Grund wird von außen auf der Heckscheibe angebracht.



**bgetem.de**  
**Webcode: M19235143**



## QUIZ

# Fakten rund um *diese Ausgabe*

Gut aufgepasst bei der Lektüre? Testen Sie Ihr Wissen und machen Sie beim Gewinnspiel mit.



**1** Welcher Fachbegriff bezeichnet die Lehre von der Bewegungsempfindung?

- a › Isomorphie
- b › Kinästhetik
- c › Logopädie
- d › Magnetotaxis

**3** Was trägt dazu bei, sogenannten SRS-Unfällen vorzubeugen?

- a › grelles Licht
- b › wackelige Leitern
- c › nasse Böden
- d › passendes Schuhwerk

**5** Worauf sollte man achten, damit Gruppengespräche gelingen?

- a › lange Monologe
- b › sachlicher Ton
- c › wüste Beschimpfungen
- d › ungenaue Struktur

**2** Welches Werkzeug erzeugt Belastungen durch Vibrationen?

- a › Schleifgerät
- b › Schere
- c › Cutter-Messer
- d › Malerpinsel

**4** Was wird für das gemeinsame Schrittezählen im Team nicht benötigt?

- a › digitaler Schrittzähler
- b › Person, die dokumentiert
- c › Trillerpfeife
- d › motivierte Beschäftigte

**6** Welches Attribut für Roboter steckt im Begriff Cobots?

- a › extrahierende
- b › kollaborierende
- c › konzentrische
- d › chromatische

## GEWINNEN SIE EINEN VON ZEHN EXKLUSIVEN THERMOBECHERN IM „ARBEIT & GESUNDHEIT“-DESIGN

Senden Sie uns die richtige Lösung (jeweils Nummer der Frage mit Lösungsbuchstaben) per E-Mail an [quiz-aug@dguv.de](mailto:quiz-aug@dguv.de). Bitte geben Sie im Betreff „Quiz Arbeit & Gesundheit 1/2023“ an. Nach der Gewinnermittlung werden die Gewinnerinnen und Gewinner per E-Mail gebeten, ihren Namen und ihre Anschrift mitzuteilen.



Mitmachen & gewinnen!

**TEILNAHMESCHLUSS: 27. FEBRUAR 2023**

**Lösung aus Heft Nr. 6/22:** 1b, 2c, 3a, 4a, 5c, 6d

**Teilnahmebedingungen:** Veranstalter des Gewinnspiels ist Raufeld Medien GmbH (nachfolgend: Veranstalter). Teilnahmeberechtigt sind ausschließlich volljährige natürliche Personen mit einem ständigen Wohnsitz in Deutschland. Die Teilnahme am Gewinnspiel ist kostenlos und erfolgt ausschließlich auf dem elektronischen Weg. Beschäftigte des Veranstalters, der DGUV sowie der Berufsgenossenschaften und Unfallkassen sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Unter mehreren richtigen Einsendungen entscheidet das Los. Der Gewinn wird per Post zugeschickt. Die Kosten der Zusendung des Gewinns übernimmt der Veranstalter. Der Veranstalter behält sich das Recht vor, das Gewinnspiel zu jedem Zeitpunkt ohne Vorankündigung zu beenden, wenn aus technischen oder rechtlichen Gründen eine ordnungsgemäße Durchführung nicht gewährleistet werden kann. Eine Barauszahlung von Sachpreisen erfolgt nicht.

**Datenschutzhinweis:** Verantwortlich ist die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e. V., Glinkastr. 40, 10117 Berlin, [dguv.de](mailto:dguv.de); unseren Datenschutzbeauftragten erreichen Sie über [datenschutzbeauftragter@dguv.de](mailto:datenschutzbeauftragter@dguv.de). Alle weiteren Datenschutzhinweise finden Sie unter [aug.dguv.de/datenschutz](http://aug.dguv.de/datenschutz).

## Finde den Fehler!



FOTO: ADOBE STOCK/ANDREY POPOV | WELLIHOFFER DESIGNS

Immer mehr Beschäftigte fahren mit einem E-Scooter zur Arbeit. Gerade im Stadtverkehr ist sicheres Fahren wichtig. Was sollte die abgebildete Person auf jeden Fall unterlassen?

**Im Suchbild der vorherigen Ausgabe** wurde eine wichtige Regel bei einer Löschübung missachtet: Löschen mit der Windrichtung, um nicht im Rauch zu stehen.

Suchbilder mitsamt Lösungen vergangener Ausgaben gibt es online auf: [aug.dguv.de/fuer-die-praxis/suchbild](http://aug.dguv.de/fuer-die-praxis/suchbild)



# SCHÜTZT OHNE ENDE: SAUBERE HÄNDE.

Sei ein **Gewohnheitstier** und schütze  
dich weiterhin vor Corona!



TRAGEN



LÜFTEN



TESTEN



ABSTAND  
HALTEN



HÄNDE  
WASCHEN



Bei steigenden Corona-Inzidenzen verhindern fünf einfach anzuwendende Maßnahmen unzählige Ansteckungen und langwierige Folgen. Schützen Sie sich und andere. Plakate zum Download auf: [dguv.de/publikationen](https://dguv.de/publikationen)  
Webcode: **p022270**