

# ARBEIT & GESUNDHEIT

Das Magazin für Sicherheitsbeauftragte

# 1.2025

## HANDWERKZEUG

Warum Ergonomie bei der Arbeit mit Hammer, Messer und Co. so wichtig ist

## KÄLTEMITTEL

Was beim Umgang mit gefährlichen Gasen zu beachten ist

## NEURODIVERSITÄT

Wie neurodivergente Beschäftigte die Belegschaft bereichern



aug.dguv.de

## Lärmbelastung reduzieren

Um seine Beschäftigten vor Lärm zu schützen, erneuerte der Betrieb Häußler Blechverarbeitung den Maschinenpark und setzte Schallschutzmaßnahmen um

## Liebe Leserinnen und Leser,



BG ETEM

Frank Göller,  
Präventionsleiter  
der BG ETEM

Wärmepumpenproduktion zeigt jedoch ab Seite 18, wie es gelingt, mit den Gefährdungen umzugehen. Der Schlüssel sind durchdachte Gefährdungsbeurteilungen und genaue Betriebsanweisungen sowie regelmäßige qualifizierte Unterweisungen der Beschäftigten.

Lärmschwerhörigkeit steht in Deutschland auf Platz 2 der Berufskrankheiten und wird häufig erst spät erkannt. Ist das Gehör einmal geschädigt, lässt sich das nicht mehr rückgängig machen. Daher ist es wichtig, vorbeugend tätig zu werden. Die Geschäftsführung von Häußler Blechverarbeitung, dem Beispielsbetrieb im Schwerpunkt dieser Ausgabe, hat zum Schutz ihrer Beschäftigten gehandelt: Als vor wenigen Jahren das Betriebsgebäude neu gebaut wurde, legte sie bei der Planung bereits einen hohen technischen Schallschutz fest. Das senkt die Lärmbelastung bei der Blechverarbeitung erheblich. Welche weiteren Schutzmaßnahmen ergriffen wurden, lesen Sie ab Seite 8.

Vielleicht ist Ihnen beim Anblick des Magazin-Titels bereits aufgefallen, dass die *Arbeit & Gesundheit* sich leicht verändert hat. Wir haben pünktlich zum neuen Jahr die Farben frisch gestaltet und die Inhalte leicht angepasst. Neu ist zum Beispiel die Serie „Hey, Sibe!“, die gleich auf Seite 5 Situationen aus dem Alltag vieler Sicherheitsbeauftragter aufgreift und Lösungen für Probleme aufzeigt. Neu ist auch der Fragebogen auf Seite 21, den Sicherheitsbeauftragte abwechselnd ausfüllen und so ihre Erfahrungen teilen können. Den Auftakt macht Jessica Mahovsky. Vielleicht möchten ja auch Sie eine Kollegin oder einen Kollegen vorschlagen? Dann schreiben Sie uns.

Auch der Umgang mit Kältemitteln ist nicht ohne Risiko. Unser Beispiel der

Viel Spaß beim Lesen und Blättern!  
***Ihr Frank Göller***

IMPRESSUM Arbeit & Gesundheit, 76. 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), Diana Grupp, DGUV // **Redaktionsbeirat:** Lisa Bergmann, Torsten Buchmann, Ronald Hecke, Britta Ibal, Gerhard Kuntzemann, Dirk Lauterbach, Stefan Mühler, Ina Neitzner, Meike Nohlen, Jana Philipp, Markus Tischendorf, Heike Wenzel, Dr. Annekatrik Wetzstein, Dr. Sigune Wieland, Dr. Thorsten Wiethage, Dr. Monika Zaghaw, Holger Zingsheim // **Produktion:** 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: Jana Gering, Redaktion: Jörn Käsebier (Ltg.), Isabel Ehrlich, Dana Jansen Grafik: Daniel Krüger (Ltg.), Stephan Krause, 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:** 02.12.2024 // **Die nächste Ausgabe** erscheint am 27.03.2025.





DAVID SPAETH



# 8

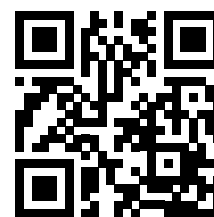
## SCHWERPUNKT

### Lärmbelastung im Zaum halten

In einer Produktionshalle ist ein gewisser Lärmpegel üblich. Bei Häußler Blechverarbeitung wird aber penibel darauf geachtet, die Beschäftigten vor Risiken zu schützen – mit erfolgreichen Maßnahmen zur Lärminderung.



Alle  
**HINTERGRÜNDE,  
DOWNLOADS,  
ZUSATZMATERIALIEN U. V. M.**  
im Online-Magazin von  
*Arbeit & Gesundheit*



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

## NEWS

- 4 Aktuelles rund um sicheres und gesundes Arbeiten
- 5 **Hey, Sibe!**: Ein Sibe-Problem und seine Lösung

## UPDATE RECHT

- 6 Neue Regelungen zu Arbeiten mit Handwerkzeugen
- 7 Neue Vorschriften, Regeln und Verordnungen

## VERKEHRSSICHERHEIT

- 14 Beschäftigte für null Alkohol und null Cannabis im Straßenverkehr sensibilisieren

## ARBEITSWELT

- 21 **Ich bin Sibe!**  
Wie verläuft der Arbeitsalltag von Sibe? Hier teilen sie ihre Erfahrungen
- 22 Sicherheitsschuhe: Worauf es für den richtigen Fußschutz zu achten gilt

## GESUNDHEIT

- 27 Tipps für den gesunden Umgang mit der Uhrumstellung auf die Sommerzeit

## SERVICE

- 28 Versicherungsschutz
- 28 Sie fragen – wir antworten
- 29 Empfohlene Medien
- 30 Quiz mit Gewinnspiel
- 31 Cartoon und Suchbild

VAILLANT/MIKE KOENIG



## ARBEITSWELT

Beschäftigte vor Risiken durch Kältemittel schützen – am Beispiel der Wärmepumpenproduktion

**Aushang auf Seite 16**

Das macht den richtigen Sicherheitsschuh aus



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



GETTY IMAGES/MARLEI

## GESUNDHEIT

Wie Unternehmen von neurodivergenten Mitarbeitenden profitieren, zeigt der IT-Dienstleister Auticon



## Broschüre Ergonomie

Bei Ergonomie denken viele zuerst an bequeme Bürostühle, doch sie kann weitaus mehr: Menschengerechte gestaltete Arbeit trägt zu Motivation und Wohlbefinden bei und fördert die Produktqualität. Welches ist die ideale Arbeitshöhe für eine Tätigkeit? Wie geht man am besten mit häufiger oder lang andauernder Bildschirmarbeit um? Welche Stärken und Schwächen bilden sich mit dem Älterwerden heraus? Wie ist die Leistungsfähigkeit zu verschiedenen Tages- und Nachtzeiten? Diese und viele weitere Fragen zielen darauf ab, die Arbeitsbedingungen im Büro ebenso wie an anderen Arbeitsplätzen möglichst menschengerecht, also ergonomisch und damit auch möglichst effizient zu gestalten. Damit beschäftigt sich die Broschüre „Ergonomie“ der BG ETEM. Die Broschüre ist aufgeteilt in die Bereiche: „Der Mensch“, „Arbeitsplatz und Arbeitsmittel“ sowie „Arbeitsumgebung“.

➔ **bgetem.de**  
**Webcode: M18899748**



## Fünf Tipps für mehr Bewegung im Betrieb

Oft beginnt der Arbeitstag auf dem Schreibtischstuhl – und nach Feierabend stellt man fest, dass man sich den ganzen Tag über kaum bewegt hat. Das kann sich langfristig negativ auf die Gesundheit auswirken. Deshalb ist es wichtig, auch im Büro oder bei anderen bewegungsarmen Tätigkeiten mobil zu bleiben. Es gilt, starre Sitzhaltungen immer wieder zu unterbrechen. Oft zeigen schon kleine Übungen zwischendurch große Wirkung. In Folge 34 des BG ETEM-Podcasts „Ganz sicher“ wird ausführlich über das Thema Sitzen diskutiert. Zu Gast ist dieses Mal Stefan Kindermann, studierter Sportwissenschaftler



**Gesundheit im Elektrohandwerk:** Ob beim Arbeiten mit elektrischem Strom, beim Transport von Lasten oder beim Umgang mit Gefahrstoffen: Wer in einem Beruf der elektro- und informationstechnischen Handwerke arbeitet, meistert Tag für Tag unterschiedlichste Aufgaben. Die wichtigste ist: nicht die eigene Sicherheit und Gesundheit zu riskieren. Das Medium „Gesundheit im Elektrohandwerk“ aus dem Aktionspaket E-Handwerke steht zum Herunterladen auf der Website der BG ETEM zur Verfügung.

➔ **bgetem.de**  
**Webcode: M19100862**







BG ETEM

und Fachmann für Ergonomie bei der BG ETEM. Er geht darauf ein, warum Sitzen als das neue Rauchen bezeichnet wird und warum es Bestandteil der Unternehmenskultur sein sollte, Bewegung im Betrieb zu fördern. Außerdem beschreibt er, auf welche Punkte alle achten können, was ihre eigene Sitzhaltung angeht und wie sie diese variieren, um ihren Muskel-Skelett-Apparat zu entlasten. Schließlich gibt er Tipps wie es möglich ist, mehr Bewegung in den Arbeitsalltag zu bringen, vom Arbeitsweg bis hin zu kleinen Wegen im Büro. Und er geht darauf ein, in welchen Fragen die Berufsgenossenschaft beraten und unterstützen können. Der Podcast ist bei allen gängigen Portalen verfügbar. Er kann auch auf der Internetseite der BG ETEM gehört und das Transkript nachgelesen werden.

➔ [bgetem.de](https://bgetem.de)  
Webcode: 24416734

**Praktische Sache:** Sie können Ihre Lieferadressen und Liefermengen von Magazinen, Zeitschriften oder anderen Publikationen der BG ETEM direkt selbst ändern. Das geht über ein einfaches digitales Formular. Ob es um die Zeitschrift *etem* (für Unternehmerinnen und Unternehmen), die *profi* (für Versicherte) oder Versand-Änderungswünsche bei der *Arbeit & Gesundheit* geht: Das Leserservice-Formular listet alle Medien auf. Die fehlenden oder zu ändernden Informationen geben Sie einfach direkt ein.

➔ [bgetem.de](https://bgetem.de)  
Webcode: 21583869



HEY, SIBE!

## Schutzausrüstung nicht angelegt

**E**s begegnet Sicherheitsbeauftragten (Sibe) im Alltag immer wieder: Eine Kollegin oder ein Kollege hat Teile seiner oder ihrer persönlichen Schutzausrüstung (PSA) nicht angelegt. Wenn das nur versehentlich geschieht, reicht eine freundliche Erinnerung.

### Aufklären und erinnern

Manchmal tragen Beschäftigte aus bestimmten Gründen ihre PSA nicht: Etwa weil sie nicht richtig passt, da der Betrieb sie nur in einer Größe für alle beschafft hat. Das ist unbequem. Auch Unwissen über die Bedeutung der PSA kann die Ursache dafür sein, dass sie nicht getragen wird. Dabei kommt PSA erst zum Einsatz, wenn sich andere Schutzmaßnahmen, zum Beispiel technischer oder organisatorischer Natur, nicht umsetzen lassen.

Auch unterschätzen manche Beschäftigte langfristige Folgen, die ihre Tätigkeit ohne geeignete PSA haben kann. Die schädlichen Wirkungen von Lärm etwa sind nicht immer gleich zu spüren (→ **Schwerpunkt Seiten 8–13**). Ist der Langzeitschaden aber schließlich da, lässt er sich oft nicht mehr beheben. Es ist daher wichtig, dass Sibe ihre Kolleginnen und Kollegen informieren, für die Gefährdungen sensibilisieren und immer wieder daran erinnern, die PSA zu tragen – freundlich, aber bestimmt.

### Vorgesetzte einbeziehen

Doch sie können noch mehr tun. Tragen Beschäftigte die PSA nicht, weil sie nicht richtig passt, sollten Sibe das bei ihren Vorgesetzten und der Fachkraft für Arbeitssicherheit ansprechen. Diese können es in Richtung Geschäftsleitung weitertragen, damit die PSA in anderen Größen oder gar Modellen angeschafft wird. Vor größeren Anschaffungen sollte die Unternehmensleitung die Sibe beteiligen. Sie kann zudem einen Trageversuch anbieten und so die Beschäftigten einbinden.

➔ Fakten zu PSA:  
[dguv.de/fb-psa](https://dguv.de/fb-psa)  
> Fragen und Antworten

# Gesund und sicher arbeiten mit Messer, Hammer, Zange

Die neue DGUV Information „Arbeiten mit Handwerkzeugen“ bündelt aktuelle Vorgaben und praxisnahe Tipps. BGHM-Fachreferentin Sarah Busse erklärt, warum das Thema Ergonomie so wichtig ist und welche Risiken oft unterschätzt werden.

**M**al schnell ein Stück Kabel abschneiden oder einen Nagel ins Holz schlagen – dafür kann doch ein beliebiges Messer oder der nächstbeste Hammer genutzt werden, oder? Mitnichten! Damit Beschäftigte sicher arbeiten können, müssen ihre Handwerkzeuge für die jeweilige Aufgabe geeignet sein. Sonst erhöht sich das Risiko für Unfälle und Fehlbelastungen. Dafür sensibilisiert die DGUV Information „Mensch und Arbeitsplatz – Arbeiten mit Handwerkzeugen“. Die Publikation ist eine grundlegende Überarbeitung der BG Information „Sicher arbeiten mit Handwerkzeugen“.



**Sarah Busse**  
DGUV Sachgebiet  
Fertigungsgestaltung,  
Akustik, Lärm und  
Vibrationen, Fachreferentin  
Ergonomie, BGHM

die Eigenschaften eines Handwerkzeugs stimmen. So kann etwa ein rückschlagfreier Hammer bei bestimmten Arbeiten die Belastung reduzieren. Der zweite Faktor betrifft die ergonomische Nutzung. Um beim Beispiel des Hammers zu bleiben: Wie liegen die Werkstücke auf der Werkbank? Stimmt die Höhe für eine optimale Schulter-Arm-Bewegung? Hilfreich kann es sein, Hämmer mit passenden Werkzeugen zu kombinieren. Fixieren etwa Klemmen das Werkstück, muss es nicht gehalten werden.

## Sicherheit beginnt bei Auswahl und Anschaffung

Neben Anwenderinnen und Anwendern finden Auszubildende sowie deren Azubis, Einkäuferinnen und Einkäufer und auch Sicherheitsbeauftragte darin übersichtliche Praxistipps. Die zwölf Kapitel zu zwölf gängigen Werkzeugtypen setzen jeweils bei der Auswahl an. Hier gilt es, vor dem Kauf den Einsatzzweck festzulegen und die Wahl nach Qualitätskriterien zu treffen. Fehlen einheitliche Normen, wie etwa bei den meisten Messern, sind Produkte mit dem GS-Zeichen zu bevorzugen. Betriebe sollten grundsätzlich auf Qualität setzen, um sichere Arbeitsbedingungen zu gestalten. Bei der Anschaffung können auch Sicherheitsbeauftragte ihre Expertise einbringen. Sie wissen oft besser als die Vorgesetzten, ob die Kolleginnen und Kollegen über abbrechende Messerklingen klagen oder die passende Zange für ein Werkstück fehlt.

## Ergonomie muss in zweierlei Hinsicht stimmen

Ergonomie hat bei Handwerkzeugen einen hohen Stellenwert. Denn dauerhaft erhöhte physische Belastungen oder Fehlbelastungen können zu Schmerzen und Erkrankungen des Bewegungsapparates führen. Betrachtet werden müssen hier zwei Faktoren. Der erste betrifft die Ergonomie des Werkzeugs selbst. Hier gilt: „Das Werkzeug muss der Hand gefallen“ – sprich, auch das persönliche Empfinden ist relevant. Zudem müssen

## Gefährdungen durch Werkzeuge richtig einschätzen

Bei Messern sind die Verletzungsrisiken durch die scharfen Klingen besonders hoch (→ *Infografik rechts*). Aber auch mit einem Schraubenschlüssel kann man sich schmerzhaft quetschen. Gefährlich wird es vor allem dann, wenn ein Handwerkzeug nicht bestimmungsgemäß genutzt wird und Beschäftigte abrutschen oder Material absplittert. Daher sollten Führungskräfte und auch Sicherheitsbeauftragte beispielsweise auf Folgendes achten: Ein Hammerstiel ist nicht dazu bestimmt, etwas aufzuhebeln. Und wenn eine Aufgabe mit einem Sicherheitsmesser erfüllt werden kann, sollte kein Cuttermesser mit geringerer Anwendungssicherheit zum Einsatz kommen. Werden Regeln immer wieder missachtet oder fehlt es an qualifizierten Unterweisungen, sollten Sicherheitsbeauftragte das Problem thematisieren – etwa im Arbeitsschutzausschuss (ASA).

Die DGUV Information unterstützt auch bei der Arbeitsvorbereitung. Statt zu improvisieren, sollten Beschäftigte vor jeder Tätigkeit prüfen, welches Werkzeug sie benötigen und es bereitlegen. Ein geordneter Werkzeugwagen oder -koffer hilft ebenfalls.



DGUV Information 209-001 „Mensch und Arbeitsplatz – Arbeiten mit Handwerkzeugen“:  
[publikationen.dguv.de](http://publikationen.dguv.de)  
Webcode: p209001

# Gefährdungen durch Cuttermesser reduzieren

## GRUNDSÄTZLICHES

**Cuttermesser, insbesondere einfache Universal-Cuttermesser, bergen ein besonders hohes Unfallrisiko.**

Typische Risiken sind zum Beispiel:

- Greifen in offen liegende Klingen
- Verletzung bei Klingenswechsel
- Abrutschen des Messers
- Abrutschen vom Griff
- Abbrechen der Klinge



## AUSWAHL UND ALTERNATIVEN

**Vor jeder Aufgabe prüfen:**

Lässt sich das Cuttermesser durch ein weniger gefährliches Werkzeug oder Messer ersetzen?

- zum Beispiel durch Dämmstoffmesser, Elektroschere, Kantenhobel, Abmantelmesser, Sicherheitsmesser mit automatischem Klingentrückzug

Lässt sich das Cuttermesser nicht ersetzen, dann ...

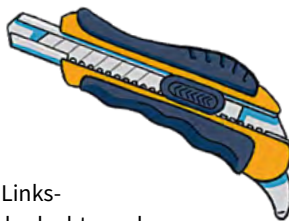
- ... zum Schneiden dünner Werkstoffe Cuttermesser mit verdeckter Klinge nutzen oder
- ... für andere Werkstoffe ein sogenanntes Sicherheitsmesser nutzen (mit automatisiertem Klingeneinzug)



## ERGONOMIE

**Faktor Handwerkzeug, zum Beispiel:**

- Messergriff muss zur Hand passen
- bei unsymmetrischen Griffen muss Linksbeziehungsweise Rechtshändigkeit bedacht werden

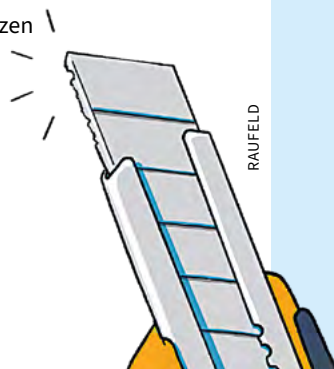


**Faktor Nutzung:**

- Schneideplätze optimieren, etwa durch passende Tischhöhe, Ablagen
- sicherstellen, dass Schutzausrüstung die Bewegungsfreiheit nicht stört

## SICHERE VERWENDUNG

- zum Beispiel Messer nur bestimmungsgemäß nutzen
- nur mit scharfen Klingen schneiden
- immer vom Körper weg schneiden
- sichere Ablagen einrichten und Messer sicher aufbewahren
- regelmäßig reinigen und auf Beschädigungen prüfen



## NEU GEREGELT

### Ab 2025: Digital auf medizinische Daten zugreifen

Die elektronische Patientenakte (ePA) steht ab dem 15. Januar 2025 allen Patientinnen und Patienten zur Verfügung. Auch medizinische Daten zu Arbeitsunfällen oder Berufskrankheiten können in die ePA eingetragen werden. Somit profitieren auch Versicherte der gesetzlichen Unfallversicherung künftig von einem Plus an Transparenz.

➔ [dguv.de/kompakt/aktuelles/2024/7-2024/titel.jsp](https://dguv.de/kompakt/aktuelles/2024/7-2024/titel.jsp)

### Feuerwehren richtig ausrüsten

Persönliche Schutzausrüstung (PSA) ist für Beschäftigte der Feuerwehren essenziell. Die neue DGUV Information „Auswahl von persönlicher Schutzausrüstung für Einsätze bei der Feuerwehr“ hilft dabei, die Vielzahl der Anforderungen zu bewältigen. Außerdem liefert sie Praxistipps zur Gefährdungsbeurteilung und zur sicheren, nachhaltigen Nutzung von PSA.

➔ [publikationen.dguv.de](https://publikationen.dguv.de)  
Webcode: p205014

### Betriebliches Gesundheitsmanagement optimieren

Ein zentraler Erfolgsfaktor, um die Gesundheit von Beschäftigten zu stärken, ist ein Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) – sofern es durchdacht implementiert und weiterentwickelt wird. Der neue CHECK-UP zum BGM des Instituts für Arbeit und Gesundheit der DGUV (IAG) hilft Verantwortlichen und Präventionsfachleuten dabei, den Status quo zu prüfen. Die Checkliste zum Abhaken fragt etwa nach den Kommunikationswegen und Zielen. Da auch Sicherheitsbeauftragte Teil eines BGM-Steuergremiums sein sollten, bietet der CHECK-UP auch ihnen hilfreiche Impulse.

➔ [publikationen.dguv.de](https://publikationen.dguv.de)  
Webcode: p022638

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



# Gedämpfter Lärmpegel

Martin Häußler demonstriert mit einem Schallpegelmessgerät, wie gering der Lärmpegel an der Stanzmaschine ist.





Eine **laute Arbeitsumgebung** gefährdet die Gesundheit von Beschäftigten. Ein schwäbischer Blechverarbeitungsbetrieb hat in seinem Neubau Wege gefunden, die Lärmbelastung deutlich zu verringern, etwa durch neue Maschinen.

VON JÖRN KÄSEBIER

**E**in modernes Gebäude in einem Gewerbegebiet in Weilheim an der Teck: Hier, weniger als 50 Kilometer von Stuttgart entfernt, entstehen dünne, präzise gefertigte Blechteile für verschiedene Branchen – darunter Frontplatten für die Elektroindustrie, Verkleidungen für Maschinenbauer oder Steuerungsgehäuse für Unternehmen aus der Luftfahrt. Die meisten der Bleche aus Stahl oder Aluminium müssen für die Fertigung durch die Stanzerie – eine laute Angelegenheit, wenn die Stanzmaschinen das Blech bearbeiten. Doch die Häußler Blechverarbeitung GmbH fand Wege, den Lärm zu reduzieren. Obwohl die Maschine läuft, ist in der Fertigungshalle des schwäbischen Betriebs meist eine Unterhaltung in normaler Lautstärke möglich.

#### Lärmexposition ermitteln und Schutzmaßnahmen ableiten

Das war in den Räumlichkeiten, in denen die Firma bis April 2022 untergebracht war, noch ganz anders. „Dazwischen liegen Welten. Am alten Standort konnten wir uns nur anschreien“, sagt Uwe Frosch. Der Konstruktionsmechaniker arbeitet häufig an einem Werk Tisch neben der Stanzmaschine, der lautesten Lärmquelle im Raum. Er prüft dort zum Beispiel die Stempel. Sind die Kanten der schrägen Spitze abgenutzt, tauscht er die Stanzstempel aus. Martin Häußler, einer der Geschäftsführer, zeigt mit einer Orientierungsmessung, dass die Grenze von 80 Dezibel bei laufender Maschine nur selten überschritten wird.

Ab einem Dauerschallpegel von 80 dB(A) und für Spitzenschallpegel ab einem Wert von 135 dB(C) gilt die Lärm- und Vibrations-Arbeitschutzverordnung (LärmVibrations-ArbSchV). Um Hörminderungen und Hörschäden zu verhindern, schreibt die Verordnung unter anderem ab 85 dB(A) vor, Lärmbereiche zu kennzeichnen, Gehörschutz zu tragen und ein Lärmreduzierungsprogramm aufzustellen. Die Verordnung, aber auch das Arbeitsschutzgesetz schreiben zudem vor, eine Gefährdungsbeurteilung durchzuführen und dabei die auftretenden Lärmexpositionen am Arbeitsplatz fachkundig zu ermitteln und zu bewerten. Anschließend gilt es, passende Präventionsmaßnahmen abzuleiten und durchzuführen. Am effektivsten sind dabei technische Lösungen, die jedoch für Betriebe sehr aufwendig werden können.

So verhielt es sich am alten Standort des Blechverarbeitungsbetriebs. „Selbst große Investitionen, wie zum Beispiel in Schallschutzpaneele, >

## Maßnahmen zur Lärmreduzierung

- Lärm zu vermeiden, ist die wirkungsvollste Methode, Lärm zu reduzieren. Das gelingt, indem alternative, leisere Arbeitsverfahren oder Arbeitsmittel (etwa andere Maschinen) eingesetzt werden.
- Den Lärm auf dem Übertragungsweg zu mindern, ist die zweitbeste Methode. Durch Dämmung und Dämpfung wird verhindert, dass sich der Schall ausbreitet. Das kann an einer Maschine, im Raum oder im gesamten Gebäude erfolgen.
- Die Schallbelastung lässt sich auch organisatorisch reduzieren, zum Beispiel dadurch, dass Beschäftigte dem Lärm nur begrenzt ausgesetzt sind oder lärmintensive Arbeiten erfolgen, wenn weniger Menschen vor Ort sind.
- Wenn die Maßnahmen nicht ausreichen, kommt persönliche Schutzausrüstung (PSA) wie Gehörschutz zum Einsatz.

➔ Lärm am Arbeitsplatz:  
**publikationen.dguv.de**  
**Webcode: p209023**

# 85 dB(A)

ist die Grenze für den Tages-Lärmexpositionspegel, ab dem etwa Lärmbereiche gekennzeichnet werden müssen und Gehörschutz zu tragen ist. Bereits ab 80 dB(A) ist Gehörschutz bereitzustellen.

QUELLE: LÄRM- UND VIBRATIONS-ARBEITSSCHUTZVERORDNUNG

## So können sich Sicherheitsbeauftragte einbringen

- **Auf die Gefahren durch Lärm hinweisen:** Schäden am Gehör machen sich nicht sofort bemerkbar. Doch wenn sie einmal aufgetreten sind, sind sie nicht mehr umkehrbar. Daran sollten Sicherheitsbeauftragte (Sibe) ihre Kolleginnen und Kollegen erinnern.
- **Bei Unterweisungen unterstützen:** Sibe sollten ihre Vorgesetzten auf geeignete Medien und Präsentationen hinweisen. Zum Thema „Lärmschwerhörigkeit“ können etwa Musikbeispiele vorgespielt werden, bei denen für Menschen mit Hörschädigung nicht alle Töne zu hören sind.
- **Beschäftigte an Gehörschutz erinnern:** Tragen Beschäftigte ihren Gehörschutz nicht, sollten Sibe sie daran erinnern, ihn zu verwenden. Sie selbst sollten den Gehörschutz als Vorbild immer tragen, wenn es angezeigt ist.
- **Messungen vor Ort durchführen:** Erstellt der Betrieb ein Lärmkataster, um die Belastung zu ermitteln, können Sibe in ihrem Zuständigkeitsbereich bei der Erstellung helfen.



Uwe Frosch prüft, wie weit die Stanzwerkzeuge abgenutzt sind. Der Konstruktionsmechaniker ist bereits 28 Jahre im Betrieb tätig.

- › hätten die Lärmbelastung wohl nur um zwei bis drei Dezibel verringert“, so Michael Häußler, der die Geschäfte gemeinsam mit seinem Bruder führt. Damit wäre nicht viel gewonnen gewesen. „Belastungen von 100 dB(A) über einen längeren Zeitraum waren keine Seltenheit“, erinnert sich Häußler. Bei laufender Stanzmaschine war es daher Pflicht, einen Gehörschutz mit höchster Dämmleistung zu tragen. Eine Folge davon war, dass sich die Beschäftigten abgekapselt von ihrer Umgebung fühlten und sich nur wenig mit anderen austauschen konnten. Seit dem Umzug ist das nicht mehr so: Im Neubau müssen Frosch und die anderen sieben Beschäftigten des Unternehmens ihren Gehörschutz nicht mehr so häufig aufsetzen und brauchen dann nur noch einen mit mittlerer Dämmleistung.

Die Reduzierung der Lärmbelastung war ein wesentlicher Teil des Neubaukonzeptes, das die Geschäftsführer verfolgten. „Wir kennen aus

eigener Erfahrung, wie es ist, Stunden am Arbeitsplatz Lärm ausgesetzt zu sein. Unser Ziel war daher, die Belastung in der täglichen Arbeit zu reduzieren“, sagt Martin Häußler. Dazu nutzen sie die Möglichkeit, unterschiedliche technische Lösungen zu kombinieren (→ *Randspalte Seite 9*).

### Absorbierende Wände und Deckenelemente

So wurde das Gebäude in Massivbauweise errichtet. Die Fertigung im Gebäudeinneren ist in vier Bereiche unterteilt, die durch Trennwände voneinander abgegrenzt werden. In der Stanzerei und Schweißerei erfolgen die Arbeiten mit der höchsten Lärmbelastung. In der benachbarten Biegewerkstatt und dem Lager



Am Eingang zur Schweißerei weist ein Sicherheitszeichen darauf hin, dass es hier so laut werden kann, dass ein Gehörschutz benötigt wird.



DAVID SPAETH (3)



Gerd Bühler (rechts) besucht als Arbeitsschutzmeister der BGHM regelmäßig den Betrieb und berät Michael Häußler (links).

”

**Wie viel Lärm die Maschinen erzeugen, war ein wichtiges Entscheidungskriterium.**

**MARTIN HÄUSSLER,**  
Geschäftsführer Häußler  
Blechverarbeitung

kommt dank der Trennwände aber nur ein Bruchteil dieses Lärms an, denn die Trennwände absorbieren einen Großteil des Schalls. Sie bestehen aus Blechkassetten mit

Lochblech. Innen sind sie mit Mineralwolle gefüllt. Diese schluckt die Schallwellen, die durch die Löcher kommen. Auch bei den Decken handelt es sich um schallabsorbierende Decken. Zusammen sorgt die Konstruktion dafür, dass der Lärm deutlich gedämpft wird. „So können wir die Lärmbelastung eingrenzen“, erläutert Martin Häußler.

Die beste Lärmschutzmaßnahme aber ist es, zu verhindern, dass überhaupt eine hohe Lärmbelastung entsteht. Mit dem Neubau verbunden die Geschäftsführer, auch neue Maschinen anzuschaffen. „Wie viel Lärm diese erzeugen, war bei der Auswahl ein wichtiges Entscheidungskriterium für uns“, sagt Martin Häußler. Die neue Stanzmaschi-

ne arbeitet mit einem mechanischen Stanzkopf. „Anders als bei einem hydraulisch angetriebenen Stanzkopf ist das Geräusch bei einem mechanischen deutlich leiser“, so der gelernte Blechschlosser. Zur Lärmreduzierung trägt auch ein Bürstentisch bei: Wenn ein Blech über die Bürsten gleitet, ist dies leiser als bei einem Kugelrollentisch mit seinen Metallrollen. Außerdem steht die Maschine auf Luftkissen, was die Vibrationen verringert, die sich sonst über den Boden im gesamten Gebäude verbreiten würden.

### **Laute Arbeiten so planen, dass wenig Beschäftigte vor Ort sind**

Doch auch die neue Stanzmaschine kann sehr laut werden. „Wenn Stücke mit einer verhältnismäßig großen Fläche ausgestanzt werden, ist die Lärmbelastung hoch“, sagt Martin Häußler. Er zeigt als Beispiel auf Scheiben mit einem Durchmesser von etwa drei Zentimetern: „Der Lärm, wenn diese Scheiben über einen längeren Zeitraum ausgestanzt werden, macht richtig aggressiv.“ Der Betrieb fand für solche lärmintensiven Fertigungen eine organisatorische Lösung. Da die Stanzmaschine vollautomatisch läuft, verlegten die Häußlers solche lauten Arbeiten in die Zeit nach Feierabend, wenn die Mitarbeitenden nach Hause gegangen sind. Auf diese Weise gelingt es, auch negative Auswirkungen auf die Psyche der Beschäftigten zu verringern.

### **Lärm bei Schweißarbeiten wird lokal begrenzt**

Ein weiterer Arbeitsbereich der Blechverarbeitung, bei dem die Lärmbelastung zeitweise hoch sein kann, ist das Schweißen. Das Pulsgeräusch kann die Schwelle von 85 Dezibel überschreiten. Ein blaues Gebotszeichen an der Trennwand zum Schweißbereich weist beim Metall verarbeitenden Betrieb daher darauf hin, Gehörschutz zu benutzen. In der Schweißerei arbeitet Martin Achatzi gerade an einer



Martin Achatzi legt beim Schweißen die allgemeine Schweißerschutzrüstung an und achtet auf eine optimale Schweißrauchfassung an der Entstehungsstelle. Dazu trägt er noch einen Gehörschutz.

DAVID SPAETH



## Der Betrieb setzt sich vorbildlich für die Reduzierung der Lärmbelastung ein.

**GERD BÜHLER,**  
Arbeitschutzmeister bei der BGHM

› komplexen Verkleidung. Der gelernte Schlosser hat die Konstruktion selbst entworfen, die Stanzmaschine für das Projekt programmiert und schweißt nun die vorgefertigten Teile zusammen. Während er konzentriert arbeitet, ist in den angrenzenden Bereichen der Fertigung kaum etwas vom entstehenden Lärm zu hören.

„Der Betrieb setzt sich vorbildlich für die Reduzierung der Lärmbelastung ein. Das Ergebnis ist phänomenal“, sagt Gerd Bühler. Bei der Berufsgenossenschaft Holz und Metall (BGHM) ist er der zuständige Arbeitschutzmeister und betreut den Betrieb seit dem Frühjahr 2022.

Gemeinsam mit der externen Fachkraft für Arbeitssicherheit und dem externen Betriebsarzt unterstützt Bühler den Betrieb in Arbeitsschutzfragen. Eine Sicherheitsbeauftragte oder einen Sicherheitsbeauftragten gibt es aufgrund der geringen Zahl von Beschäftigten nicht.

### Eigene Tasche für persönliche Schutzausrüstung

Auch sonst geht das Arbeitsschutzkonzept auf: Schwere Arbeitsunfälle gab es in der Firmengeschichte nicht. Die größte Gefahr im Alltag geht von den scharfen Kanten der Bleche aus. Ein sorgfältiger Umgang mit den Blechen sowie Schnittschutzhandschuhe verhindern, dass sich die Beschäftigten verletzen. Damit die Handschuhe und andere persönliche Schutzausrüstung (PSA) immer griffbereit sind, haben alle Beschäftigten eine eigene PSA-Tasche und einen Rollwagen. Die PSA-Modelle konnten die Mitarbeitenden selbst aussuchen. „Wenn die PSA angenehm zu tragen ist, wird sie auch getragen“, ist sich Martin Häußler sicher.

Neben der Reduzierung der Lärmbelastung gelangen dem Betrieb mit dem Neubau auch an anderer Stelle

eine Verbesserung des Gesundheitsschutzes. Das Raumklima ist dank des Einsatzes einer Luftwärmepumpe im Sommer kühler als draußen. „Selbst bei einer Hitzewelle bleiben die Temperaturen drinnen unter 30 Grad“, sagt Martin Häußler. Im Winter sorgt eine Fußbodenheizung für die benötigte Wärme. Der Strom für den Betrieb der Maschinen, aber auch der Heizung kommt von einer Photovoltaikanlage, deren Elemente sich über die gesamte Dachfläche verteilen. Sie liefert sogar mehr Energie, als das Unternehmen benötigt.

Doch nicht nur das Raumklima ist gut – auch das Verhältnis zwischen den Mitarbeitenden. Das dürfte einer der Gründe sein, warum es nur selten Wechsel in der Belegschaft gibt. Konstruktionsmechaniker Uwe Frosch ist bereits seit 28 Jahren im Unternehmen, Schlosser Martin Achatzi wird im Jahr 2026 auf eine 25-jährige Betriebszugehörigkeit zurückblicken können.

➤ Kulturdialoge: Prävention,  
Dialogkarten Lärm:  
**publikationen.dguv.de**  
**Webcode: p022115**



# Den richtigen Schutz finden

Wenn technische und organisatorische Lösungen nicht ausreichen oder nicht möglich sind, kommen **persönliche Schutzmaßnahmen wie Gehörschutz** zum Einsatz. DGV-Expertin Claudia Mattke erläutert, was bei diesen zu beachten ist.

INTERVIEW JÖRN KÄSEBIER

STEPHAN GAWLIK

Claudia Mattke leitet das Sachgebiet Gehörschutz bei der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV).

## Frau Mattke, welche Arten von Gehörschutz gibt es?

Ganz allgemein kann man in Einwegstöpsel, Mehrwegstöpsel, Kapselgehörschutz und Otoplastiken unterteilen. Diese dann wiederum in aktive und passive Ausführungen. Passive Gehörschützer sind die ohne elektronische Zusatzfunktionen. In den vergangenen Jahren haben immer mehr elektronische Lösungen Einzug gehalten. Sie sorgen etwa bei stark schwankenden Pegeln dafür, dass Umgebungsgeräusche gut wahrgenommen werden können.

## Nach welchen Kriterien sollten Betriebe vorgehen, um den passenden Gehörschutz für ihre Beschäftigten auszuwählen?

Das erste Kriterium ist die Schalldämmung. Dazu muss klar sein, wie laut es am Lärmarbeitsplatz ist. Ein passender Gehörschutz verringert die Lautstärke dann so, dass der Pegel am Ohr bei 70 bis 80 Dezibel liegt. Dann ist ausreichend Schutz gegeben und die Umgebung wird auch noch wahrgenommen. Bei einer zu hohen Schalldämmung droht eine Überprotektion. Das zweite Kriterium ist die Umgebung. Wird zum Beispiel mit Schmierstoffen gearbeitet, könnte beim Einsetzen von Einwegstöpseln Schmutz ins Ohr gelangen. Das kann zu Entzündungen führen. In solchen Umgebungen ist daher ein Kapselgehörschutz besser geeignet. Das dritte Kriterium sind schließlich medizinische Auffälligkeiten. Zum Beispiel, weil jemand bereits eine Hörminderung hat, auf bestimmte Stoffe allergisch reagiert oder enge Gehörgänge hat.

## Was ist eine Überprotektion und warum sollte sie vermieden werden?

Ein klassisches Beispiel: die typischen Spenderboxen mit Einwegstöpseln am Eingang von Lärmbereichen. Diese haben meist eine Schalldämmung von 30 bis 35 Dezibel. In vielen Lärmbereichen werden Pegel von 85 bis 90 dB(A) gemessen. Am Ohr kommen so überschlägig gerechnet weniger als 70 Dezibel an. Beschäftigte können die Umgebung nicht mehr richtig wahrnehmen, dadurch steigt die Unfallgefahr. Außerdem demotiviert es, wenn Benutzerinnen und Benutzer sich von ihrer Umwelt abgeschnitten fühlen.

## Ein weiterer Grund, den Gehörschutz nicht tragen zu wollen, ist fehlender Tragekomfort. Wie können Betriebe dem vorbeugen?

Ich empfehle Unternehmen, zwei bis drei Modelle anzubieten, die die genannten Kriterien erfüllen. Am besten testet eine Arbeitsgruppe mit Beschäftigten unterschiedliche Gehörschutztypen in mehreren Größen. Denn kein Mensch ist gleich.

## Der beste Gehörschutz schützt nicht, wenn er nicht richtig ein- oder aufgesetzt wird. Wie gelingt es, dass alle Beschäftigten es hinbekommen?

Gehörschutz fällt in Kategorie III der PSA-Benutzungsverordnung. Bei persönlicher Schutzausrüstung in dieser Kategorie ist es vorgeschrieben, jährliche Unterweisungen mit praktischen Übungen zu verbinden. Das ist sinnvoll, denn Unternehmen dürfen nicht davon ausgehen, dass alle Beschäftigten wissen, wie sie ihren Gehörschutz richtig anlegen. Ich empfehle außerdem, die Unterweisungen möglichst interessant zu gestalten, damit sie wirksam sind. Viele Berufsgenossenschaften bieten Videos und Anleitungen zum Thema an. Sicherheitsbeauftragte können ihre Vorgesetzten auf solche Angebote hinweisen.



Das ausführliche Interview:  
[aug.dguv.de](https://www.aug.dguv.de)  
Suche: Gehörschutz finden

# Nur ganz nüchtern ist ganz sicher

Wer unter Alkohol- oder Drogeneinfluss am Straßenverkehr teilnimmt, gefährdet sich selbst und andere. Beschäftigte sollten deshalb über die gefährlichen **Auswirkungen berauschender Substanzen** im Straßenverkehr Bescheid wissen – und nur nüchtern daran teilnehmen.

VON **DANA JANSEN**

Im Jahr 2023 waren laut Statistischem Bundesamt 15.146 Verkehrsunfälle mit Personenschaden auf Alkoholeinfluss zurückzuführen und 2.988 auf den Einfluss anderer berauschender Mittel. Dabei starben 211 Personen. Christopher Frank, Referent für Verkehrssicherheit am Institut für Arbeit und Gesundheit der DGUV (IAG), mahnt einen freiwilligen Verzicht an: „Wir könnten jährlich über 200 Menschenleben retten, würden alle auf Alkohol und andere berauschende Mittel im Straßenverkehr verzichten.“ Denn Sicherheit ist nicht mehr gegeben, wenn Rauschmittel das Leistungs- und Reaktionsvermögen beeinträchtigen.

## **Einfluss auf den Körper**

Alkohol im Blut verschlechtert die Reaktionszeit und vermindert die Risikoeinschätzung sowie das Seh- und Hörvermögen. Schon ab einem Blutalkoholwert von 0,2 Promille können Geschwindigkeiten und Entfernungen falsch eingeschätzt wer-

den. Dafür kann schon ein kleines Bier genügen. Bei 0,3 Promille sind erste Beeinträchtigungen des Sehvermögens möglich und mit 0,5 Promille ist die Unfallgefahr bereits doppelt so hoch wie bei nüchternem Fahren.

Andere Drogen können ebenfalls das Leistungs- und Reaktionsvermögen senken. Frank weist auf die gefährlichen Auswirkungen von Cannabiskonsum im Straßenverkehr hin – eine verzerrte Wahrnehmung, steigende Risikobereitschaft oder Gleichgültigkeit gegenüber Gefahren. Eingeschränkte Bewegungskoordination führt zu einem verlängerten Reaktionsweg. Was viele Menschen nicht wissen: Kombierter Konsum von Alkohol und Cannabis ist im Straßenverkehr strikt verboten.

Auch die Einnahme von Medikamenten kann zu Wechselwirkungen führen, so Frank. „Besonders zusammen mit Alkohol können sie unvorhersehbare Einschränkungen

bedingen, auch schon unterhalb der gesetzlichen Promillegrenze.“

## **Bei der Arbeit null Konsum**

Laut Straßenverkehrsgesetz ist die Teilnahme am Straßenverkehr mit dem Auto mit bis zu 0,5 Promille Alkohol im Blut oder 3,5 Nanogramm THC pro Milliliter Blutserum straffrei – wenn nicht bereits Ausfallerscheinungen auftreten, die die Fahrtüchtigkeit einschränken. Denn: „Die individuelle Wirkung von Alkohol und Cannabis hält sich nicht immer an Grenzwerte“, warnt Frank. Darum und aufgrund der allgemeinen Gefahrenlage und Unfallstatistik spricht sich die DGUV allgemein für null Alkohol und null Cannabis im Verkehr aus. Auch am Arbeitsplatz und in Bildungseinrichtungen muss ein Konsum, der zu Gefährdungen führen kann, ausgeschlossen sein.

GETTY IMAGES/VALERY YURASOV







Gefährlicher Tunnelblick: Alkohol schränkt das Gesichtsfeld ein, Menschen oder Objekte außerhalb des Fokus werden kaum noch wahrgenommen.

„Grundlage dafür ist Paragraph 15, Absatz 2 der DGUV Vorschrift 1: Versicherte dürfen sich durch Alkohol, Drogen oder andere berauschende Mittel nicht in einen Zustand versetzen, in dem sie sich selbst oder andere gefährden könnten“, erläutert Frank. Er weist darauf hin, dass auch Restalkohol oder die anhaltende Wirkung von Cannabiskonsum in der Freizeit die Fahrtauglichkeit auf Arbeitswegen beeinflussen kann.

### Bewusstsein am Arbeitsplatz

Viele wissen aber gar nicht, wie schnell sich etwa schon kleine Mengen Alkohol auf die Arbeitsfähigkeit auswirken können. Betriebe sollten deshalb für das Thema sensibilisieren. „Wenn Beschäftigte Fahrzeuge steuern, ist der Verzicht auf Alkohol und Cannabis unumgänglich“, so Frank. Arbeitgebende dürfen den

Konsum in der Arbeitszeit auch offiziell verbieten. „Wünschenswert ist aber, dass Beschäftigte freiwillig verzichten, weil sie die Risiken kennen.“

Hier können auch Sicherheitsbeauftragte aktiv werden und mit passendem Infomaterial das Bewusstsein aller Mitarbeitenden schärfen. Der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR) sensibilisiert gemeinsam mit der DGUV und der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen (DHS) mit der jährlichen „Aktionswoche Alkohol“ und bietet Informationen. Auch Berufsgenossenschaften oder externe Organisationen wie ADAC oder DEKRA können unterstützen.

➔ Download der DGUV-Positionierung über die Pressemitteilung: [dguv.de](https://www.dguv.de)  
**Webcode: dp1320340**

## Präventionstag im Betrieb

Ein Aktionstag im Betrieb mit verschiedenen Angeboten kann Beschäftigte für die Risiken von Alkohol und Drogen im Straßenverkehr sensibilisieren.

**An einem Verkehrssicherheitstraining teilnehmen**, das allgemein sicheres Fahren vertieft.

➔ Anbieterübersicht: [dvr.de/praevention/](https://www.dvr.de/praevention/)  
> **Liste aller Anbieter**

**Aktionsmedien wie Rausch- oder Drogenbrillen ausleihen**, um die körperlichen Auswirkungen zu demonstrieren.

➔ [aktionsmedien-bgetem.de](https://www.aktionsmedien-bgetem.de)

**Eine Fahrt im Alkoholfahr-simulator** des Bundes gegen Alkohol und Drogen im Straßenverkehr (BADS) machen, um die eingeschränkte Fahrfähigkeit zu erleben.

➔ Standorte der Simulatoren in den Bundesländern: [bads.de/aktionen/fahrsimulator](https://www.bads.de/aktionen/fahrsimulator)

**Materialien zum Thema auslegen**, etwa Flyer des DVR zu Alkohol und Cannabis im Straßenverkehr.

➔ Flyer „Alkohol & Straßenverkehr“: [dvr.de/publikationen](https://www.dvr.de/publikationen)  
**Suchbegriff: Flyer**

PERSÖNLICHE SCHUTZAUSRÜSTUNG FÜR DEN FUSS

# So schützen Sicherheitsschuhe

## MATERIAL

- Leder und andere Materialien (Klasse I)
- Vollgummi- oder Gesamtpolymerschuhe (Klasse II), überwiegend vollständig geformte oder vulkanisierte Stiefel



## ZEHENKAPPE

- aus Stahl, Aluminium, Verbundwerkstoffen oder Kunststoffen gegen dynamische Stoßeinwirkung und Druckkräfte

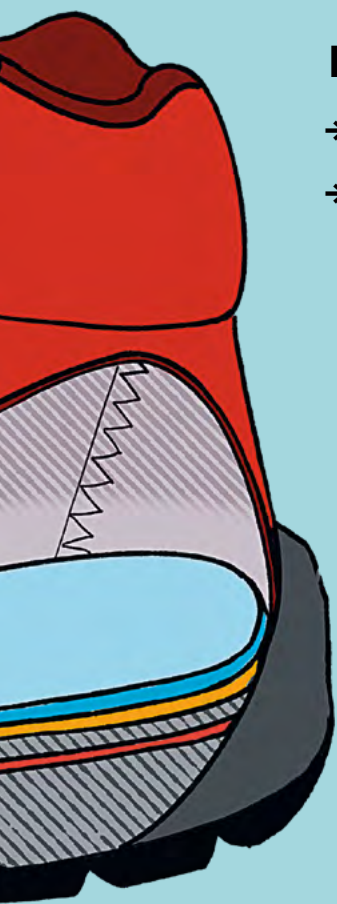


Diesen und weitere Aushänge finden Sie zum Download unter:  
[aug.dguv.de](http://aug.dguv.de)



## CE-PRÜFZEICHEN

- Die CE-Kennzeichnung des Herstellers am Schuh bestätigt, dass dieser den gesetzlichen EU-Anforderungen an Sicherheit und Gesundheitsschutz entspricht.



## KNÖCHELSCHUTZ

- gegen Umknicken
- evtl. verbunden mit einem Polsterkragen

## WEITERE SCHUHFORMEN

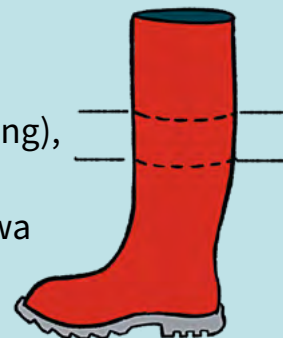
### Halbschuh



In der Regel wird ein knöchelhoher Halbschuh zur Vermeidung von Knöchelverletzungen bevorzugt.

### Stiefel

niedrig (große Abbildung), halbhoch, hoch oder Oberschenkelhoch, etwa gegen Kettensägenschnitte oder Gummistiefel im Nassbereich



Zusätzliche, individuell anpassbare Verlängerung ist möglich.

## SOHLE

- mit Laufprofil gegen Ausrutschen auf verschiedenen Untergründen
- mit durchstichhemmender Einlage (aus Textil oder Stahl) gegen unterschiedlich starke Nägel
- mit kälte-/wärmeisolierendem Unterbau oder Brandschutzsohle gegen starke Hitze oder Kälte
- mit Wasserdichtheit gegen Wasserdurchtritt und Wasseraufnahme



### BEISPIELLISTE

Fußschutz für ausgewählte Tätigkeiten:  
[dguv.de/beispielsammlung-fusschutz](https://dguv.de/beispielsammlung-fusschutz)



# Mit Kältemitteln sicher arbeiten



Vaillant

broTHERM plus



**Der Umgang mit Gefahrstoffen wie Kältemitteln** erfordert verschiedene Arbeitsschutzmaßnahmen – etwa beim Befüllen von Wärmepumpen.

VON MIRKO HEINEMANN

Im Testcenter von Vaillant werden die Wärmepumpen vor der Prüfung mit einem natürlichen Kältemittel befüllt. Sollte dabei Gas austreten, löst eine Gaswarnanlage Alarm aus (unten).

In ihrem Forschungs- und Entwicklungszentrum in Remscheid entwickelt die Vaillant Group die Heiztechnologie der Zukunft. Beschäftigte erproben innovative Wärmepumpen, vom Prototypen bis zum Seriengerät. Vor der Prüfung im Testcenter werden die Geräte mit einem Kältemittel befüllt. „Dies geschieht manuell in einer Befüllstation“, erläutert Ulrike Pötschke, die bei Vaillant als Qualitätsmanagement-Beauftragte Health & Safety im Testcenter arbeitet.

Wer eine Wärmepumpe befüllt, trägt ein Visier, Handschuhe und Sicherheitsschuhe, die auf dem ableitfähigen Boden eine elektrostatische Aufladung der Person und damit eine Funkenbildung ausschließen. Sobald die fachkundige Person eine Druckgasflasche über ein sogenanntes Schraderventil, das nach dem Prinzip des Autoreifenventils funktioniert, an den Kühlkreislauf der Wärmepumpe anschließt, aktiviert sie eine Absaugvorrichtung. Diese evakuiert den Kältemittelkreis der Wärmepumpe. Der Befüllvorgang dauert etwa zwei Stunden. Befüllt werden die Wärmepumpen mit R290, besser bekannt als Propangas. Dieses natürliche Kältemittel kann nach der Nutzungsdauer einer Wärmepumpe recycelt werden. Der Fülldruck des Kühlkreislaufs in der Wärmepumpe beläuft sich auf 9 bar. R290 wird zu

Kältemitteln der Gruppe A3 gezählt, die eine niedrige Toxizität bei hoher Brennbarkeit aufweisen.

„Es gibt zahlreiche verschiedene Kältemittel auf dem Markt“, sagt Philipp John, Fachreferent für Aufzüge und technische Gebäudeausrüstung bei der Berufsgenossenschaft Holz und Metall (BGHM). „Alle tragen ein R-Kürzel, für das englische ‚refrigerant‘, und eine nachgestellte Nummer, die auf die chemische Zusammensetzung schließen lässt. Daraus lässt sich aber nicht erkennen, wie toxisch oder brennbar der jeweilige Stoff ist.“ Hierfür wurde eigens eine Kategorisierung in Sicherheitsgruppen vorgenommen (→ *Infokasten Seite 20*). Generell gilt: Der Umgang mit Kältemitteln ist sachkundigem und zertifiziertem Fachpersonal vorbehalten. Es müssen eine Gefährdungsbeurteilung und eine Betriebsanweisung für die Gefahrstoffe und Tätigkeiten erstellt werden.

#### Sicher lagern und transportieren

Sicherheitsbeauftragte sollten darauf achten, dass die Betriebsanweisung befolgt wird und alle Beschäftigten die darin genannte persönliche Schutzausrüstung (PSA) tragen. „Auch wäre es wertvoll, wenn Sicherheitsbeauftragte bei Kältemitteln besonders auf die richtige Lagerung und den korrekten Transport achten“, ergänzt John. Kältemittel sind meist in Druckgasflaschen gelagert. Fallen diese herunter, kann insbesondere das Ventil Schaden nehmen. „Die Ventile bei Druckgasflaschen sollten gut vor mechanischen und thermischen Einflüssen geschützt werden“, sagt John. Kommt es zum Austritt von brennbarem Gas, kann eine explosionsfähige Atmosphäre auftreten. Beim Austritt von toxischen Gasen drohen Vergiftungen. „Neben narkotischen Effekten wie Schwindel, Übelkeit und Kopfschmerzen droht bei hohen Konzentrationen in der Atemluft auch das Ersticken“, so John. >

## Kennzeichnung und Einstufung von Chemikalien

### → Entzündbar



Produkte mit diesem Piktogramm entzünden sich leicht.

Besondere Vorsicht mit dem Produkt bei Hitze, Feuer oder in der Nähe von offenen Flammen. Bei falscher Lagerung kann es sich auch selbst entzünden.

### → Giftig



Bestimmte Chemikalien können schon in kleinsten Mengen

zu lebensgefährdenden Vergiftungen führen, wenn sie auf die Haut gelangen, verschluckt oder eingeatmet werden.

### → Gase unter Druck



Das Gasflaschen-Piktogramm weist auf unter Druck stehende Gase

hin. Diese können bei falscher Lagerung und starker Erwärmung explodieren. Auch tiefgekühlt verflüssigte Gase, die Kälteverbrennungen oder -verletzungen verursachen können, werden so gekennzeichnet.

› Das Tragen geeigneter PSA beim Umgang mit Kältemitteln ist sehr wichtig: „Wenn das Gas schlagartig freigesetzt wird, nimmt das Kältemittel extrem viel Wärme aus der Umgebung auf. Es kann dann zu lokalen Erfrierungen kommen“, so der Experte. Wird mit synthetischen Kältemitteln gearbeitet, etwa in Kühlhäusern oder industriellen Kälteanlagen, kommt ein weiterer Aspekt dazu: Die sogenannten F-Gase unterliegen Sicherheitsbestimmungen gemäß der Chemikalien-Klimaschutzverordnung, da von ihnen eine Gefahr für die Umwelt ausgeht.

Die Wärmepumpen bei Vaillant sind mit natürlichem, umweltfreundlichem Propangas befüllt und fallen daher nicht unter die Verordnung. Dennoch sind die Arbeitsschutzanforderungen hoch. Wer das Testcenter in Remscheid betritt, muss eine spezielle Sicherheitsunterweisung absolviert haben. Wer an Kältekreisen im Testcenter arbeitet, benötigt neben der fachlichen Eignung auch den „Kälteschein“, den Sachkundennachweis über den Umgang mit Kältemitteln. In der Serienproduktion bei Vaillant hingegen ist der

Kälteschein nicht obligatorisch. Die Befüllung der Wärmepumpen erfolgt weitgehend automatisiert, in einem unbemannten, gesicherten Raum. Wie im Testcenter finden auch hier einmal jährlich persönliche Unterweisungen statt. Sie werden auf einer Softwareplattform für Arbeitssicherheit dokumentiert. Dort liegen auch die Gefährdungsbeurteilungen, die Fachleute aus dem Bereich Wärmepumpen gemeinsam mit Vorgesetzten erstellt haben.

### Regelmäßige Evakuierungsübungen

In Sachen Explosionsschutz setzt der Betrieb auf Vorbeugung: „Wird ein gasdichter Verbindungsweg hergestellt, ist eine Dichtheitsprüfung mit einem Lecksuchgerät obligatorisch“, erklärt Pötschke. Zur vorbeugenden Sicherheit gehört auch ein zweifacher Luftwechsel, was bedeutet: Die Luft im Testcenter wird zweimal pro Stunde vollständig ausgetauscht. Um alle Eventualitäten auszuschließen, ist eine Gaswarnanlage installiert, die auslöst, sobald 20 Prozent der unteren Explosionsgrenze erreicht sind. In diesem Fall würde eine Hupe ertönen und ein Blitzlicht aufleuchten. Alle Personen müssten dann den Bereich sofort verlassen. Regelmäßig werden Evakuierungsübungen durchgeführt.

Ulrike Pötschke (Bildmitte) unterweist regelmäßig die Beschäftigten im Remscheider Testcenter.

Auch bei der Installation von Wärmepumpen bei Kundinnen und Kunden spielen Arbeitsschutzaspekte eine Rolle. Dabei gilt: Werden Einzelanlagen installiert, sind sie bereits mit Kältemittel befüllt, und es muss nur der Anschluss an den Heizkreis hergestellt werden. Anders ist es bei sogenannten Splitanlagen, die aus einer räumlich getrennten Innen- und einer Außeneinheit bestehen. Zwar ist der Kältekreislauf auch hier in der Regel vorbefüllt, es ist aber möglich, dass vor Ort ein weiterer Füllvorgang vonnöten ist. Den darf ausschließlich eine Fachkraft mit Sachkundennachweis über den Umgang mit Kältemitteln durchführen. Das gilt ebenso für Wartungen oder für Reparaturen an Wärmepumpen.







## ICH BIN SIBE!

Wie verläuft der Arbeitsalltag von Sibe?  
Vor welchen Herausforderungen stehen sie?  
Hier teilen sie ihre Erfahrungen.



RAUFELD

## Jessica Mahovsky, Chemielaborantin

Jessica Mahovsky ist eine von 30 Sicherheitsbeauftragten der Biologische Heilmittel Heel GmbH in Baden-Baden.

**Seit wann sind Sie Sibe?**  
Seit Juni 2020.

**Weshalb haben Sie sich entschieden, Sibe zu werden?**

Das Thema Arbeitssicherheit hat mich schon immer interessiert. Als die damalige Sibe in meinem Bereich in Rente ging, sah ich die Chance, mich weiterzuentwickeln und ein neues Aufgabengebiet kennenzulernen.

**Was sind typische Aufgaben, um die Sie sich als Sibe kümmern?**

Dazu gehören die Sicherheitseinweisung neuer Mitarbeitender und die Unterstützung meines Teamleiters bei der jährlichen Sicherheitsunterweisung. Ihm helfe ich auch dabei, Gefährdungsbeurteilungen und Betriebsanweisungen zu aktualisieren. Außerdem kümmere ich mich um die PSA-Versorgung im Team, Sorge für die Verteilung und helfe bei Fragen. Generell bin ich aufmerksam gegenüber Gefährdungen und Belastungen am Arbeitsplatz und räume zum Beispiel Stolperfallen weg.

**Wie viel Zeit investieren Sie als Sibe?**

Meist sind es vier bis fünf Stunden im Monat. Von April bis Mitte September 2024 durfte ich im Rahmen des Projektes „Sibe unterstützen Sifa“ in Vollzeit mit unserer

Sifa arbeiten. Von meinen üblichen Tätigkeiten war ich freigestellt.

**Bekommen Sie die Unterstützung, die Sie benötigen?**

Ja, ich kann mich bei Problemen und Fragestellungen immer an meinen Teamleiter, unsere Sifa und andere Sibe wenden. Unsere Teamleiter sind offen für Verbesserungen und Anregungen.

**Was ist Ihr persönlicher Tipp für den Start ins Sibe-Ehrenamt?**

Offen an das Thema Arbeitssicherheit herangehen, die Thematik ernst nehmen und nicht den Enthusiasmus verlieren.

**Führen Sie Gespräche mit Kolleginnen und Kollegen lieber bei einem Kaffee, Tee oder Feierabendbier?**

Am ehesten würde ich die Kaffeerunde wählen. Allerdings werden bei uns alle Teamgesprächen mit der Arbeitssicherheit gestartet. Somit hat diese bei uns im Haus von Natur aus einen hohen Stellenwert.



Neugierig geworden? Weitere Fragen und Antworten: [aug.dguv.de/arbeitssicherheit/sibe-tipps](https://aug.dguv.de/arbeitssicherheit/sibe-tipps)



# Gut geschützte Füße

Sicherheitsschuhe schützen den Fuß vor äußerer, schädigender Einwirkung bei der Arbeit. **Welche Art Schuh benötigt wird**, entscheidet die Gefährdungsbeurteilung. Sicherheitsbeauftragte können auf richtiges Tragen und gute Pflege achten.

VON DANA JANSEN

**A**uf Baustellen herrscht Helmpflicht, um den Kopf vor möglichen herabfallenden Gegenständen zu schützen. Aber was, wenn diese Gegenstände auf den Füßen landen? Auch dafür gibt es persönliche Schutzausrüstung (PSA). „Fußschutz schützt zum Beispiel vor Stoßen, Stolpern, Ausrutschen und Umknicken, Einklemmen, vor umfallenden oder herabfallenden Gegenständen, dem Hineintreten in spitze Gegenstände und vor Hitze, Kälte oder Chemikalien“, erklärt Andreas Vogt, Sachgebietsleiter Fußschutz im Fachbereich „Persönliche Schutzausrüstung“ der DGUV.

## Schuhbezeichnung S, P oder O?

Im Arbeitsschutz wird in Sicherheitsschuhe (S), Schutzschuhe (P) und Berufsschuhe (O) eingeteilt (→ **Info Seite 23**). Alle drei Kategorien

geben gewisse Grundanforderungen vor, etwa an die Schuhform oder Anforderungen an die Rutschhemmung, und gehören zu Klasse I oder II. Schuhe der Klasse I bestehen aus Leder oder anderen Materialien wie Textil. Klasse II sind vollständig geformte bzw. aus vulkanisiertem Material wie Gummi gefertigte Schuhe für Arbeiten im Nassbereich.

Welche Schutzanforderungen der jeweilige Schuh gewährleistet, zeigen sieben Kategorien. In der Kennzeichnung auf der Schuhflasche kann die Kategorie abgelesen werden. Auf Schuhe mit Grundanforderung (SB, PB oder OB) folgen die Kategorien 1 bis 7 für zusätzliche und sich



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



Je nach Tätigkeit und Gefährdung muss der Fußschutz verschiedene Anforderungen erfüllen.

GETTY IMAGES/NUR FANDILAH

ergänzende Anforderungen, etwa antistatische Eigenschaften, Wasserdichtheit oder metallische Einlagen gegen Durchstich. Darüber hinaus kann der Schuh besondere Anforderungen erfüllen wie wärme- oder kälteisolierende Sohlen (HI bzw. CI) oder Halt auf Leitern (LG).

### Die richtige Wahl

Die Gefährdungsbeurteilung, mit der individuelle Risiken für Beschäftigte ermittelt werden, bestimmt die Schuhauswahl. Gerüstbau oder die Arbeit auf Lagerplätzen etwa erfordern eine durchstichhemmende Sohle, Arbeiten mit frischem Asphalt im Straßenbau eine Hitzeschutzsohle, und bei Anwendung im Nassbereich müssen Schuhe vor Wassereintritt schützen. „Eine Beispielsammlung von Tätigkeitsbereichen kann bei der Auswahl helfen“,

rät Vogt (→ *Klicktipp Aushang Seite 16*). Und er weiß aus Erfahrung: „Nur bequeme PSA wird auch gern getragen. Daher unbedingt auf Ergonomie und Tragekomfort achten.“ Auch subjektive Vorlieben wie Farbe, Aussehen oder Gewicht können eine Rolle spielen.

### Beschäftigte miteinbeziehen

Um den passenden Schuh zu finden, können mit den Beschäftigten Tragetests verschiedener Modelle von verschiedenen Herstellern durchgeführt werden. Je nach Unternehmensgröße kann dies beim Anbieter vor Ort geschehen, manche Herstellerfirmen besuchen Unternehmen auch am Standort und machen dort Fußvermessungen und gegebenenfalls Schuhanpassungen.

Den Bedarf an neuen Schuhen müssen Beschäftigte ihren Vorgesetzten bzw. Führungskräften melden. Diese sind verpflichtet, PSA bereitzustellen. Aber auch das wache Auge von Sicherheitsbeauftragten ist gefragt. „Sie sollten explizit auf unversehrten Fußschutz und den richtigen Umgang damit achten – denn nur ein intakter Schuh schützt“, so Vogt. Lederschuhe etwa sollten nicht auf der Heizung trocknen, dadurch wird das Leder brüchig. Er rät zu zwei Paar Schuhen pro Person, so ist genug Zeit zum Trocknen. Auch orthopädische Einlagen sind nicht ohne Weiteres erlaubt (→ *Info Seite 23*).

### Nachhaltige Nutzung

In der Unterweisung zum Sicherheitsschuh wird die bestimmungsgemäße Verwendung erklärt – aber auch die Pflege und Reinigung. „Je seltener Schuhe ersetzt werden müssen, desto nachhaltiger“, weiß Experte Vogt. Hersteller achten inzwischen auch immer mehr auf Nachhaltigkeit, setzen Recycling- und nachwachsende Rohstoffe ein und bieten Rückgabesysteme für eine Wiederverwertung an.

➔ Benutzung von Fuß- und Knieschutz:  
**publikationen.dguv.de**  
**Webcode: p112191**

## Die verschiedenen Schuhe

### Sicherheitsschuhe (S)

mit Zehenkappe, geeignet für hohe Belastung → geprüft mit 200 Joule Prüfenergie (20-Kilogramm-Gegenstand fällt aus einem Meter Höhe) und 15 Kilonewton Druckkraft (entsprechen ca. 1.500 Kilogramm Druckbelastung)

### Schutzschuhe (P)

mit geringer belastbarer Zehenkappe → geprüft mit 100 Joule Prüfenergie und 10 Kilonewton Druckkraft

### Berufsschuhe (O)

ohne Zehenkappe → erfüllen Grundanforderungen

➔ Anforderungen der Kurzzeichen der Schuhe:  
**dguv.de**  
**Suche: Anforderungen Kurzzeichen**

### Sonderschuharten mit Fußschutz

- ➔ für Schweißarbeiten
- ➔ für Arbeiten mit handgeführten Spritzeinrichtungen, z. B. Hochdruckwasserstrahlern
- ➔ zum Schutz gegen Ketten-sägenschnitte
- ➔ für Arbeiten an unter Spannung stehenden Teilen
- ➔ zum Schutz gegen Chemikalien
- ➔ mit wärme- oder kälteisolierendem Schuhunterbau

### Für orthopädische Einlagen

müssen Schuhe vom Hersteller zertifiziert und anpassbar sein, da sonst die Schutzfunktion beeinträchtigt sein könnte (etwa durch zu geringen Abstand vom Zeh zur Zehenkappe).

➔ Herstellerliste für orthopädischen Fußschutz:  
**dguv.de > Suche: Orthopädischer Fußschutz**

# Vielfalt fördern, Vorurteile abbauen

**Neurodiversität** bezeichnet die menschliche neurologische Vielfalt – und diese sollten Unternehmen nutzen, wie das Unternehmen Auticon beweist. Der IT-Dienstleister beschäftigt vorwiegend Autistinnen und Autisten und sorgt mit gezielten Maßnahmen für gesunde und sichere Zusammenarbeit.

VON ISABEL EHRlich

Autistinnen und Autisten arbeiten oft besonders genau – die Arbeit im Team kann aber zu einer Reizüberflutung führen.





# 25 %

beträgt die Arbeitslosenquote bei **Autistinnen und Autisten** ohne intellektuelle Beeinträchtigung in Deutschland. Bei der Gesamtbevölkerung liegt die Arbeitslosenquote bei fünf Prozent.

Quelle: Alarmingly large unemployment gap despite of above-average education in adults with ASD without intellectual disability in Germany: a cross-sectional study; Julia Espelöer, Julia Proft u. a., 2023

**E**ine Mitarbeiterin ist brillant in ihrem Job als Cyber-Security-Spezialistin. Aber vielleicht meidet sie Blickkontakt ebenso wie große Meetings und reagiert auf Witze mit irritiertem Schweigen. Macht sie das zu einer weniger brillanten IT-Spezialistin? Beim IT-Dienstleister Auticon wird diese Frage ganz klar mit einem Nein beantwortet – im Gegenteil. Die meisten Beschäftigten haben besondere Eigenschaften, denn das in Berlin und München ansässige Unternehmen arbeitet vorwiegend mit Autistinnen und Autisten. Viele Menschen im Autismus-Spektrum würden extrem genau und logisch-analytisch an Aufgaben herangehen und „jede Möglichkeit mitdenken“, sagt Ursula Schemm, Marketing Managerin von Auticon. Ideale Fähigkeiten also, um die Cyber-Sicherheit in Unternehmen zu optimieren.

### Neurodivergente Beschäftigte werden oft ausgebremst

Trotzdem haben viele Autistinnen und Autisten Probleme, einen Job zu finden, der sie weder über- noch unterfordert. Faktoren wie schnelle Reizüberflutung oder Schwierigkeiten, sich in soziale Gefüge einzubringen, können im Arbeitsalltag zum Hindernis werden oder schrecken potenzielle Arbeitgebende ab. Ungewollte Arbeitslosigkeit ist oft die Folge (→ *Studie oben*). Auch für andere neurodivergente Beschäftigte kann der Joballtag trotz fachlicher Kompetenz herausfordernd sein.

Um diesen Kreislauf zu durchbrechen, ist zunächst ein Basiswissen zum Thema Neurodiversität erforderlich. Neurodiversität beschreibt die menschliche neurologische

Vielfalt – sprich: die Tatsache, dass unsere Gehirne ganz unterschiedlich funktionieren. Der Begriff zielt darauf ab, diese Vielfalt als natürlich und als Chance anzuerkennen. „Neurodivergente Menschen sind nicht krank, sie verarbeiten äußere Eindrücke nur anders“, sagt der Psychologe Prof. Dirk Windemuth, Direktor des Instituts für Arbeit und Gesundheit der DGUV (IAG). „Trotzdem erleben wir, wie sehr das Thema tabuisiert wird und wie viele Vorurteile es gibt. Gerade im Berufsleben.“ Der Begriff Neurodiversität fasst ganz unterschiedliche Diagnosen zusammen (→ *Randspalte Seite 26*). Was aber grundsätzlich wichtig ist: ein flexibles, offenes Arbeitsumfeld, in dem sich alle Beteiligten aufeinander einstellen.

### Strukturen schaffen, die Sicherheit geben und Verständnis fördern

Auticon setzt auf zwei Ebenen an: intern und bei den Kundinnen und Kunden, denn die Beschäftigten werden an externe IT-Projekte vermittelt. „Egal, wo unsere Beschäftigten arbeiten, sie wissen, dass sie bei uns einen Ort haben, an dem sie sie selbst sein können“, so Ursula Schemm. Dazu trägt nicht zuletzt die Tatsache bei, dass die autistischen Beschäftigten – die rund 80 Prozent des Teams ausmachen – untereinander eine „starke Community“ gebildet haben, so Schemm.

Ganz zentral ist aber auch die Arbeit der sogenannten Job Coaches, die bei Auticon als direkte Ansprech-

person fungieren. „Die Coaches haben einerseits die mentale Gesundheit unserer Beschäftigten im Blick. Manche Autistinnen und Autisten bemerken manchmal gar nicht, wenn sie völlig überlastet sind“, sagt Schemm. „Außerdem sind die Job Coaches in die Projekte involviert und sorgen dafür, dass die Kommunikation mit den Auftraggebern reibungslos funktioniert.“ Dazu gehört auch ein Besuch bei neuen Kundinnen und Kunden, um diese über Autismus aufzuklären. „Idealerweise sind die Beschäftigten bei dem Gespräch dabei und können sich selbst vorstellen. Das bereitet den Boden für gegenseitiges Verständnis“, meint Schemm.

### Reizüberflutung vermeiden, Dokumente klar formulieren

Im Arbeitsalltag gilt es dann gemeinsam herauszufinden, wie gesunde und sichere Bedingungen geschaffen werden können. Oft seien es schon kleine Maßnahmen, die den autistischen Mitarbeitenden den Alltag deutlich erleichtern, sagt Schemm. Das kann die Option sein, statt im Großraumbüro in einem Einzelbüro oder im Homeoffice zu arbeiten, um eine Reizüberflutung zu vermeiden. „Man muss sich vorstellen, dass jeder Reiz ungefiltert und in sehr hoher Intensität im Gehirn ankommt“, so Schemm. Schon ein leises Gespräch von zwei Kolleginnen am Nachbartisch könne extrem anstrengend sein. Zudem nähmen viele Autistinnen und Autisten Sprache sehr wörtlich. Metaphern



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

## Fakten Neurodiversität

Neurodiversität umfasst:

- **Autismus:** unter anderem erschwerte Interaktion, stereotype Verhaltensmuster, schnelle Überreizung, häufig Inselbegabung
- **Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS)** unter anderem Impulsivität, Hyperaktivität bzw. bei Mädchen/Frauen eher Konzentrations-/Organisationsschwierigkeiten, Schüchternheit
- **Dyskalkulie / Legasthenie / Dyslexie:** ausgeprägte Rechen-/Lese-/Rechtschreibschwäche
- **Dyspraxie:** erschwerte Koordinations- und Bewegungsfähigkeit
- **Synästhesie:** Verflechtung mehrerer Sinneswahrnehmungen, zum Beispiel „Farbe hören“
- **Tourette-Syndrom:** chronische Tic-Störung mit unvermittelten Bewegungen, Äußerungen
- **Hochbegabung:** überdurchschnittliche Intelligenz sowie spezifische Begabungen

Mögliche betriebliche Maßnahmen:

- z. B. ins Gespräch kommen und Risiken mithilfe der Gefährdungsbeurteilung ermitteln
- Arbeitsaufgaben gegebenenfalls anpassen
- Thema enttabuisieren, Team für Besonderheiten neurodivergenter Person sensibilisieren
- Unterweisungen/Dokumente auf Bedürfnisse der Beschäftigte zuschneiden, zum Beispiel einfache oder besonders klare Sprache nutzen



ADOBE STOCK/JADON B/PEOPLEIMAGES.COM

Kommunikation über Neurodiversität ist entscheidend, um Beschäftigte gezielt zu unterstützen.

- › würden von ihnen meist ebenso wenig verstanden wie die Verwendung von Symbolen. Dokumente sollten für jene Beschäftigte daher gut strukturiert und in klarer, direkter Sprache verfasst werden.

### Auf Stärken fokussieren und Prozesse gezielt anpassen

Es gibt aber nie „die eine“ neurodivergente Beschäftigte oder „den einen“ Autisten. „Manchen Menschen merkt man gar nicht an, dass etwas anders ist. Andere fühlen sich vielleicht unterfordert oder machen Fehler“, so IAG-Experte Windemuth. Er erinnert sich an eine Autistin, bei der zusätzlich ADHS diagnostiziert worden war. Nach einem Arbeitsunfall wurde ihr ein vorübergehendes Arbeitsverbot im gefährlichen Bereich erteilt. „Aber statt die Person von ihrem Arbeitsbereich zu entfernen, sollten Verantwortliche schauen, wo ihre Stärken liegen und welche Maßnahmen zu sicherer Arbeit beitragen.“ Individuelle Schutzmaßnahmen werden mithilfe der Gefährdungsbeurteilung ermittelt. Dabei können auch Sicherheitsbeauftragte unterstützen, die ihr Team oft besonders gut kennen.

Wichtig ist: Beschäftigte sind nicht verpflichtet, bei einem Bewerbungsgespräch oder in einem bestehenden Arbeitsverhältnis Diagnosen preiszugeben. Allerdings können

nur dann betriebliche Maßnahmen getroffen und Stärken gefördert werden, wenn Verantwortliche von Neurodiversität in ihrem Team wissen, sagt Windemuth. Ohnehin ist Kommunikation oft der Schlüssel, um Herausforderungen konstruktiv zu begegnen. Auch hier kann das Engagement von Sicherheitsbeauftragten eine große Chance für die Inklusion neurodivergenter Beschäftigter sein: „Sie können eine erste Ansprech- und Vertrauensperson sein. Bestenfalls haben sie eine vermittelnde Funktion innerhalb des Teams“, so Windemuth.

### Inklusion neurodivergenter Beschäftigter ist sinnvoll für alle

Was Betriebe auch bedenken sollten: Wer sich nicht mit Neurodiversität auseinandersetzt, verpasst die Chance, hochqualifizierte Fachkräfte ins Team zu holen oder zu halten. „Inklusion ist keine Einbahnstraße und in Zeiten des Fachkräftemangels absolut erforderlich“, sagt Ursula Schemm. Der Erfolg gibt Auticon Recht: „Wir bekommen ganz viel positives Feedback von Kundinnen und Kunden. Es kam schon vor, dass allen Dienstleistungsfirmen bei einem Projekt gekündigt wurde – nur uns nicht. Das ist natürlich das schönste Kompliment.“

- Weitere Impulse im Interview mit dem BZND Zentrum für Neurodiversität e. V.:  
**aug.dguv.de**  
**Suche: Neurodiversität Interview**



# Gut vorbereitet auf die Zeitumstellung

Die Uhrumstellung auf **Winter- und Sommerzeit** wirkt sich bei vielen Menschen körperlich negativ aus. Verschiedene Wege für den gesunden Umgang mit der zusätzlichen oder fehlenden Stunde.

VON DANA JANSEN

**M**üdigkeit, Abgeschlagenheit und Konzentrationsprobleme. Gereiztheit bis hin zu depressiven Verstimmungen. Schlafprobleme, die dazu führen können, zu spät auf der Arbeit zu erscheinen. Herz-Kreislauf-Probleme, ein erhöhtes Herzinfarktisiko und eine steigende Anzahl von Verkehrsunfällen. All das sind mögliche Begleiterscheinungen der halbjährlichen Uhrumstellung auf Sommer- oder Winterzeit, vor allem bei der Umstellung im Frühling. Damit sich der Körper leichter an den neuen Rhythmus gewöhnt, gibt Chronobiologe Professor Achim Kramer von der Charité Berlin einige gute Ratschläge:

## SCHLAFRHYTHMUS SCHRITTWEISE ANPASSEN

Die zusätzliche oder wegfallende Stunde kann unsere innere Uhr durcheinanderbringen. Denn jede Körperzelle hat eine Art eigene kleine, innere Uhr, die im 24-Stunden-Rhythmus läuft. Bei der Zeitumstellung muss erst die Hauptuhr im Gehirn jede einzelne Zell-Uhr neu synchronisieren. Etwa vier Tage vor der Zeitumstellung im Frühling jeden Tag eine Viertelstunde früher schlafen zu gehen und etwas früher aufzustehen hilft bei der Umgewöhnung. Bei der Zeitumstellung im Herbst gilt das umgekehrt.

## FRÜH ANS TAGESLICHT

Die innere Uhr beziehungsweise das Gehirn braucht Lichtsignale, um den Tagesrhythmus verfolgen zu können. Viel Tageslicht am Morgen zeigt der inneren Uhr: Der Tag hat begonnen. Das hilft besonders Menschen des Schlaf- oder Chronotypus Eule. Also denjenigen, die eher abends aktiv sind und morgens lange schlafen. Ihnen fällt die Umstellung auf die Sommerzeit häufig besonders schwer, da sie sich nun noch eine Stunde früher aus dem Bett quälen müssen, um pünktlich zur Arbeit zu kommen. Lerchen hingegen, die sowieso früher wach werden, sind schon morgens fit und produktiv.

## BEWEGUNG AN DER FRISCHEN LUFT

Sich draußen zu bewegen, hilft gegen schlechte Laune – der frische Sauerstoff, das Tageslicht und die körperliche Aktivität regen außerdem im akuten Müdigkeitsfall den Kreislauf an und machen schnell wieder wach.

## ABENDS BLAUES LICHT VERMEIDEN

Neben Menschen vom Typ Eule ist das besonders für junge Menschen ein guter Tipp. Sie haben oft noch einen späteren biologischen Tag-Nacht-Rhythmus, der sich erst mit dem Älterwerden verschiebt. Außerdem nehmen Handy und Bildschirmgeräte einen großen Teil ihrer Freizeitgestaltung ein. Das Licht von Computer- oder Handydisplays signalisiert dem Gehirn aber, es sei noch Tag, und verzögert das Müdewerden zusätzlich.



➤ Weiterlesen: Ratgeber der Deutschen Gesellschaft für Schlafforschung und Schlafmedizin e.V.  
[dgs.m.de/patienteninformationen/ratgeber-schlafstoerungen](https://dgs.m.de/patienteninformationen/ratgeber-schlafstoerungen)



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



## Sind betriebliche Fahrten mit dem privaten Pkw versichert?

**M**anche Beschäftigte nutzen das eigene Auto, um etwa zu beruflichen Außenterminen zu fahren oder kurze Erledigungen während der Arbeit zu machen. Doch greift bei einem Unfall die gesetzliche Unfallversicherung?

### Es kommt darauf an!

**Ja**, wenn bei der Fahrt mit dem privaten Pkw die berufliche Tätigkeit im Fokus steht. Werden Beschäftigte etwa damit beauftragt, Arbeitsmittel zu kaufen oder dienstliche Unterlagen abzuholen, sind auch die direkten Wege zum Zielort und wieder zurück an den Arbeitsplatz versichert – die Wahl des Verkehrsmittels ist dabei unerheblich. Dasselbe gilt für Dienstreisen, etwa die Fahrt zu einem externen Seminar. Und auch der direkte Arbeitsweg mit dem Privatauto ist versichert.

**Nein**, wenn die Fahrt nicht in direktem Zusammenhang mit der Tätigkeit steht und das Privatfahrzeug etwa genutzt wird, um während der Arbeitszeit oder in der Pause private Einkäufe zu erledigen.

Nicht versichert sind zudem Sachschäden an privaten Pkw, die durch einen Unfall auf dem Dienstweg oder dem Arbeitsweg entstehen. Daher kann es für Beschäftigte sinnvoll sein, einen Miet- oder Dienstwagen zu nutzen, wenn sie beruflich viel mit dem Fahrzeug unterwegs sind.

➔ Wegeunfälle und Versicherung: [aug.dguv.de](http://aug.dguv.de)  
Suche: Wegeunfälle

# Sie fragen – wir antworten

## Wer, wie, was? Fachleute der gesetzlichen Unfallversicherung beantworten Ihre Fragen.

### — Sind Eltern gesetzlich unfallversichert, wenn sie sich auf dem Kitagelände verletzen und danach direkt zur Arbeit fahren?

Die Frage lässt sich aus zwei Perspektiven beantworten. Grundsätzlich stehen Umwege auf dem unmittelbaren Weg zum und vom Arbeitsplatz, um die eigenen Kinder in fremde Obhut zu bringen, unter Versicherungsschutz – im Gegensatz zu privat motivierten Umwegen. Ein Unfall auf dem Kitagelände wäre somit gesetzlich unfallversichert. Wichtig ist: Versicherungsschutz besteht nur bis zur Außenhaustür der Kita, nicht im Gebäude. Zielt die Frage darauf ab, ob Beschäftigte trotz eines Unfalls noch zur Arbeit fahren dürfen, kann auch dies mit „ja“ beantwortet werden. Beschäftigte sind nicht verpflichtet, Arbeit oder Arbeitsweg nach einem Unfall sofort zu unterbrechen. Eine Ärztin oder ein Arzt kann mit zeitlicher Verzögerung aufgesucht werden – etwa, weil sich Beschwerden erst später einstellen.

#### Ronald Hecke

Leiter des Referats Entschädigung und Zuständigkeit, Hauptabteilung Versicherung und Leistungen der DGUV

### — Auf unserem Betriebsgelände verladen wir unsere Produkte auf Lkw. Den Transport übernehmen meist von Kundinnen und Kunden beauftragte Speditionen. Wer haftet, wenn sich Beschäftigte der Fremdspedition bei der Ladungssicherung verletzen?

Arbeiten Beschäftigte mehrerer Unternehmen zusammen, haben sich die Arbeitgebenden gegenseitig über Gefährdungen zu unterrichten. Auf etwaige Sicherheitsmaßnahmen bei Ihnen vor Ort ist die Fremdspedition hinzuweisen. Diese muss dann gegebenenfalls ihre Gefährdungsbeurteilung anpassen und erforderliche Schutzmaßnahmen treffen, etwa die Beschäftigten unterweisen und ihnen geeignete Arbeitsmittel zur Verfügung stellen. Ebenso ist Ihr Unternehmen verpflichtet, die vor Ort erforderlichen Arbeitsschutzmaßnahmen sowie die allgemeinen Verkehrssicherungsmaßnahmen zu treffen und einzuhalten. Gegebenenfalls muss mit Spezialgeräten verladen werden. Eine Koordinatorin oder ein Koordinator mit Weisungsbefugnis kann die Einhaltung der Maßnahmen kontrollieren und durchsetzen. Fazit: Diejenigen, die erforderliche Schutzmaßnahmen nicht einhalten, können haften.

#### Ines Rümpel

Referentin für Rechtsangelegenheiten in der Prävention, BG Verkehr

➔ Sie haben eine Frage zum Arbeits- oder Versicherungsschutz? Wir helfen gern mit einer Antwort: [redaktion-aug@dguv.de](mailto:redaktion-aug@dguv.de)



# Medien für die Praxis



## VERKEHRSSICHERHEIT

*Aktionsmedien zum Thema Alkohol*

**Planen sie jetzt ihre Aktions- und Gesundheitstage** für das Jahr 2025 und nutzen dafür auch die Aktionsmedien der BG ETEM. Beispielsweise die Rauschbrillen 0,8 und 1,3 Promille: Mit den Rauschbrillen können Risiken des Alkoholkonsums, wie etwa im Straßenverkehr spielerisch thematisiert werden. Die Rauschbrillen simulieren dabei den Zustand der Beeinträchtigung bei einer Blutalkoholkonzentration von 0,8 und 1,3 Promille. Beschäftigte sind vielfach überrascht, wie stark die Koordination beeinflusst wird, wenn man die Rausch-Brille trägt. Sie unterstützen zudem dabei Suchtgefahren und langfristige Schäden des Alkoholmissbrauchs im Betrieb anzusprechen. Ein Belegungs-Kalender zeigt direkt an, wann die Aktionsmedien ausgeliehen werden können (kostenlos für bei der BG ETEM versicherte Betriebe).

Leihbedingungen:  
[aktionsmedien-bgetem.de](https://www.aktionsmedien-bgetem.de)

BG ETEM



## ARBEITSSICHERHEIT

*Karikaturen beschreiben Arbeitsalltag  
Arbeitssicherheit auf heitere Art*

Natürlich ist Arbeitsschutz eine ernste Sache – wer wüsste das besser als die Berufsgenossenschaft? Und dennoch! Diese Karikaturen sind ein Blickfang, der auf heitere Weise richtiges Verhalten vermittelt. Ob Schutzausrüstung, Hautschutz oder ganz allgemeine Tipps zur Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatz – die Karikaturen zeigen Arbeitssicherheit einmal aus anderer Perspektive. Mitgliedsbetriebe der BG ETEM können die Karikaturen für innerbetriebliche Zwecke nutzen (zum Beispiel Gesundheitstage, Schulungen zur Arbeitssicherheit, etc.). Jegliche kommerzielle Nutzung ist ausgeschlossen.

[bgetem.de](https://www.bgetem.de)  
Webcode: 13481145

SEIEN SIE FREUNDLICH ZU IHRER HAUT!



... HILFT AUCH DAS DICKSTE FELL NICHT MEHR !!!

BG ETEM



## ARBEITSSICHERHEIT

*Brandschutz kurz und bündig*

**Neun Grafiken** zum Thema Brandschutz stehen den bei der BG ETEM versicherten Betrieben kostenlos zum Herunterladen zur Verfügung. Es geht um allgemeine Informationen zum Brandschutz, aber auch darum, warum die Fahrstuhlnutzung im Brandfall tödlich enden kann. Die Grafiken enthalten Informationen, die ALLE im Unternehmen kennen sollten. Sie eignen sich gut für



das betriebliche Intranet oder können als Auffrischung dienen, wie man sich im Falle eines Brandes richtig verhält. Einfach an einer Stelle, wie zum Beispiel am Schwarzen Brett, aufhängen, an der alle Beschäftigten die Grafiken wahrnehmen.

[bgetem.de](https://www.bgetem.de)  
Webcode: 18212808

## QUIZ

# Fakten rund um diese Ausgabe

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

**1** Welches Werkzeug kann eine sichere Alternative zum Cuttermesser sein?

- a) Springmesser
- b) Trachtenmesser
- c) Abmantelmesser
- d) Laserschwert

**2** Wobei handelt es sich nicht um eine Gehörschutzart?

- a) Stöpsel
- b) Otoplastik
- c) Ohrwürmer
- d) Kapselgehörschutz

**3** Wie viel größer wird das Unfallrisiko bei einem Promillewert von 0,5?

- a) zweimal so hoch
- b) dreimal so hoch
- c) fünfmal so hoch
- d) siebenmal so hoch

**4** Worüber informiert die Klassifizierungsart II bei einem Sicherheitsschuh?

- a) Gewicht
- b) Material und Form
- c) Hersteller
- d) Anwendungsbereich

**5** Welche Diagnose fällt nicht unter Neurodiversität?

- a) Dyspraxie
- b) Legasthenie
- c) Synästhesie
- d) Apoplexie

**6** Was hilft, um sich besser an die Zeitumstellung zu gewöhnen?

- a) Uhr früher umstellen
- b) Schlafrythmus anpassen
- c) viel trinken
- d) rotes Licht vermeiden

**GEWINNEN SIE EINES VON ZEHN EXKLUSIVEN PAKETEN mit einer Glastrinkflasche und einem Baumwollbeutel 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 1/2025“ an. Nach der Gewinnermittlung werden die Gewinnerinnen und Gewinner per E-Mail gebeten, ihren Namen und ihre Anschrift mitzuteilen.

**TEILNAHMESCHLUSS: 27. FEBRUAR 2025**

**Lösung aus dem Heft Nr. 6/24:** 1b, 2a, 3b, 4b, 5a, 6d

**MITMACHEN & GEWINNEN!**



**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](http://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!

Wer beruflich viel und lange am Steuer sitzt, muss konzentriert sein, ohne dabei zu verkrampfen. Was sollte während der Fahrt dennoch vermieden werden?

**Im Suchbild der vergangenen Ausgabe** war eine kleine Geburtstagsfeier im Büro zu sehen. Auf der Torte brannten Kerzen. Doch offenes Feuer ist in Büroräumen untersagt.



ADOBE STOCK/PROSTOCK-STUDIO



Suchbilder mitsamt Lösungen vergangener Ausgaben gibt es auf: [aug.dguv.de/arbeitsicherheit/suchbild](http://aug.dguv.de/arbeitsicherheit/suchbild)

## FALSCH GELAGERT



DIRK MEISSNER

JUGEND  
WILL  
SICH-ER-  
LEBEN

# KREATIVWETTBEWERB & QUIZ 2024/25

Das Wettbewerbs-Thema:

Muskel-Skelett-  
Belastungen



SAGEN SIE ES  
IHREN AZUBIS!

Tolle Geldpreise  
zu gewinnen!

Einsendeschluss:  
28. Februar 2025

Infos, Videos und  
Begleitmaterial auf  
[jwsl.de](http://jwsl.de)



Foto: DGUV/Urbanfilm.de

