

ARBEIT GESUNDHEIT

GESUNDHEIT

TRAUMATISCHE ERLEBNISSE

Betroffene Personen brauchen schnell professionelle Hilfe

ARBEITSWELT

EXPLOSIVE FOLGEN

Vorsicht bei der Arbeit mit gefährlichen Stäuben

SCHWERPUNKT

Hautkrebs vorbeugen

Wie sich Beschäftigte vor natürlicher UV-Strahlung schützen können

Liebe Leserinnen und Leser,



Dr. Jens Jühling,
Präventionsleiter
der BG ETEM

FOTO: BG ETEM

im Frühling nimmt die Kraft der Sonne zu. Dass damit auch die Gefahr für die Haut steigt, ist hinlänglich bekannt – dennoch erkranken viele Menschen an hellem Hautkrebs. Um ihre Beschäftigten zu schützen, sollten Betriebe handeln. Auch Sicherheitsbeauftragte können ihren Teil dazu beitragen. Zum Beispiel, indem sie mit gutem Beispiel vorangehen und eine Kopfbedeckung sowie langärmlige Schutzkleidung tragen.

Der Energieversorger WEVG Salzgitter hat noch weitere Ideen umgesetzt. Er veranstaltete Aktionstage zum Hautschutz. Um auch die Auszubildenden gleich zu Beginn ihres Berufslebens für das Thema zu sensibilisieren, wurden sie in die Organisation eingebunden. Die Beschäftigten

hatten bei der Veranstaltung die Möglichkeit, die künftige Schutzkleidung anzuprobieren, und konnten über verschiedene Modelle abstimmen. Beispielhaft sind auch die Ansätze aus einem Workshop, an dem alle Sicherheitsbeauftragten des Betriebs teilnahmen. Sie entwickelten mit Kolleginnen und Kollegen Ideen, um sich und andere immer wieder daran zu erinnern, wie wichtig der Schutz vor Sonnenstrahlung ist.

Der Beitrag ab Seite 18 widmet sich ganz anderen Gefahren. Sie drohen durch kleine Partikel, die beispielsweise in der Metallverarbeitung entstehen. Beim Schleifen etwa fällt viel Staub an. Ein Funke kann genügen, um einen Brand oder gar eine Explosion zu verursachen.

Für die Füße ist im wahrsten Sinne des Wortes die Seite 27. Hier zeigen vier praktische Übungen, wie sich das Sprunggelenk und die Bänder stärken lassen.

Eine spannende Lektüre im Schatten der Frühlingssonne wünscht

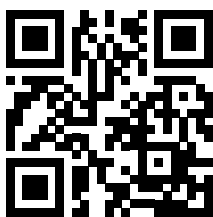
Ihr Dr. Jens Jühling

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:** Renate Bantz, Lisa Bergmann, 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 // **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: 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:** Joachim Lührs // **Stand dieser Ausgabe:** 16.02.2023 // **Die nächste Ausgabe** erscheint am 24.05.2023.





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



aug.dguv.de



FOTO: JOPRI

8 SCHWERPUNKT Geschützt im Freien arbeiten

Sonnenstrahlung kann nicht nur Sonnenbrand verursachen, sondern auf Dauer auch hellen Hautkrebs auslösen. Beschäftigte, die viel draußen arbeiten, sollten sich daher gut schützen. Wie das gelingen kann, zeigt ein Energieversorger aus Niedersachsen.

NEWS

- 4 Aktuelles rund um sicheres und gesundes Arbeiten

UPDATE RECHT

- 6 Arbeitsschutz bei der Schimmelpilzsanierung
- 7 Neue Vorschriften, Regeln und Verordnungen



FOTO: DGVU/WOLFGANG BELLWINKEL

GESUNDHEIT

Beschäftigten nach tragischen Ereignissen bei der Arbeit schnell und professionell helfen

VERKEHRSSICHERHEIT

- 14 Halten, ausladen, weiter – so sind Zustellerinnen und Zusteller sicher unterwegs

ARBEITSWELT

- 21 **Mission Sibe**
Das lohnt sich: Kostenfreie Angebote für die fachliche Weiterbildung
- 22 Wie Unternehmen auf produktive Weise mit Fehlern umgehen

GESUNDHEIT

- 27 Vier Übungen für ein starkes Fußgelenk

SERVICE

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

FOTO: GETTY IMAGES/ERGIN YALCIN



ARBEITSWELT

So klein und so gefährlich: Verheerende Staubexplosionen mit diesen Maßnahmen verhindern

Aushang auf Seite 16

Das gehört in den
Verbandkasten



Die so gekennzeichneten Beiträge gibt es in Leichter Sprache auf aug.dguv.de/leichte-sprache

Kurzpausen, die „Akku-Ladestation“

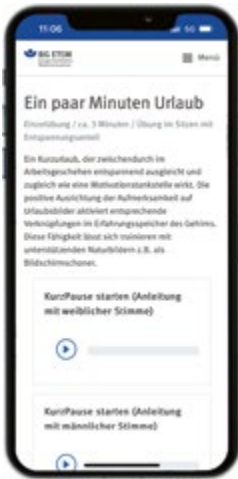


ABBILDUNG: BG ETEM

Die App „Kurzpausen“ bietet Erholungszeiträume von einigen Minuten zur Wiederherstellung der inneren Balance. Physische und psychische Ressourcen werden durch kleine Momente der Regeneration gestärkt. Zwischen Telefonkonferenzen, E-Mails und Besprechungen bleibt oft wenig Zeit zum Durchatmen. Umso

wichtiger ist es, sich in Pausen bewusst zu entspannen. Keine Zeit für eine Pause? Wer keine Pause macht, arbeitet weniger effizient. Und wer als Führungskraft keine Pause macht, überträgt das auf sein ganzes Team. Jede der 20 Übungen ist in sich abgeschlossen und dauert nur wenige Minuten. Beruhigende Stimmen leiten an und führen durch die „KurzPause“. Die Übungen fördern ein gesundes Selbstmanagement.



App herunterladen:
bgetem.de, Webcode:
22613366



Die Sieger des Präventionspreises

Erfolgreiche Kür für den Arbeitsschutz: Elf Unternehmen hat die BG ETEM 2022 für ihre Ideen rund um Sicherheit am Arbeitsplatz ausgezeichnet. Der mit 10.000 Euro dotierte 1. Preis ging an die Schäfer Elektronik GmbH, die einen Passwortschutz für ihre Kreissägen entwickelt hat. Dadurch wird erreicht, dass ungeschulte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die Kreissägen nicht benutzen. Für den 2. Preis gab es 5.000 Euro, der 3. Platz wurde mit 3.000 Euro prämiert. Weitere acht Betriebe können sich über Auszeichnungen im Wert von 2.000 Euro freuen.



Mehr zu den Beiträgen:
bgetem.de/praeventionspreis

ABBILDUNG: BG ETEM

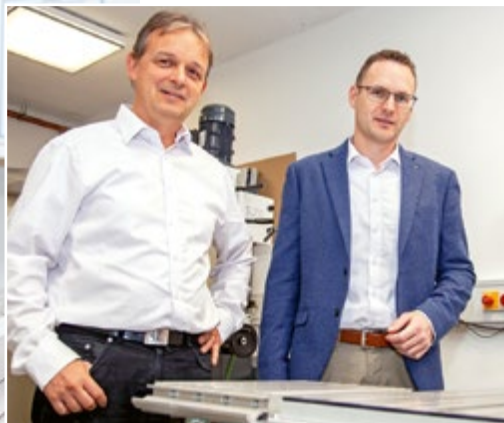


Sicherheitsmesser richtig verwenden – wie das geht, bringt eine Unterweisungshilfe auf den Punkt. 27 Knochen, über 30 Muskeln, zahlreiche Bänder, Sehnen und Nerven sowie Tausende von Tastkörperchen machen es möglich: Mit unseren Händen fühlen, greifen, kommunizieren und arbeiten wir. Dabei sind Hände und Finger besonders gefährdet für Schnitt- und Stichverletzungen, insbesondere durch Cutter- und Kabelmesser. Wenn das Messer beim Schneiden abrutscht oder ungeeignete, stumpfe Klingen benutzt werden, kann das fatale Folgen haben. Unterweisungen, die den Beschäftigten die Gefahren vorab klarmachen, sind ein wichtiger Aspekt. Die Kurzinformatio hilft, Sicherheitsmesser auszuwählen und korrekt zu handhaben.



bgetem.de
Webcode: M22803644

ABBILDUNG: BG ETEM



Mit ihrer passwortgeschützten Kreissäge holte die Schäfer Elektronik GmbH den 1. Platz beim Präventionspreis 2022.

FOTOS: SCHÄFER ELEKTRONIK

EIN WAHRES WORT

Wir sprechen es an, wenn Schutzkleidung fehlt. Dann reden wir sehr direkt, gehen dabei aber immer kameradschaftlich miteinander um.

TIM GAWLETTA, Sicherheitsbeauftragter bei der WEVG Salzgitter.
Mehr dazu auf den Seiten 8–13

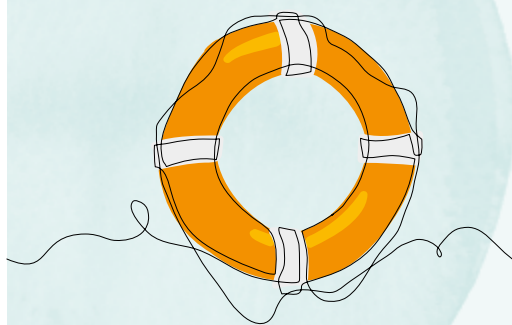


Der Fachkräftemangel ist für viele Unternehmen in Deutschland ein echtes Zukunftsrisiko. Unternehmen müssen umdenken, beim Recruiting ebenso wie bei der Personalbindung,

wenn sie ihre guten Leute nicht verlieren möchten. In der neuesten Folge von „Ganz sicher“, dem Podcast der BG ETEM, dreht sich das Gespräch um passende Lösungsstrategien für kleine und mittlere Unternehmen, das Potenzial altersgemischter Teams, die Bedeutung von gutem Arbeitsschutz – und um Eltern, die als Influencer agieren.



bgetem.de/ganzsicher sowie auf allen gängigen Podcastplattformen



VERSICHERUNGSSCHUTZ

Ist der Weg von der Arbeit zum Fitnessstudio versichert?

Sport treiben nach der Arbeit – das ist absolut empfehlenswert. Fahren oder laufen Beschäftigte direkt vom Arbeitsplatz zu einem Fitnessstudio, ist der Weg zum Sport dann versichert?

Es kommt darauf an:

Ja, wenn der Aufenthalt länger als zwei Stunden dauert. Zwar ist grundsätzlich nur der unmittelbare Weg von der Arbeit nach Hause versichert, private Umwege in der Regel nicht. Doch wenn sich Beschäftigte mindestens zwei Stunden im Fitnessstudio aufhalten, gehen sie damit zur privaten Freizeitgestaltung über. Das Studio wird versicherungstechnisch zum Zielort des Heimwegs. Wichtig: Der anschließende Weg vom Fitnessstudio nach Hause ist dann nicht gesetzlich unfallversichert. Die Zwei-Stunden-Regel greift übrigens auch dann, wenn die Person infolge eines Wegeunfalls ihren Zielort – in diesem Fall das Fitnessstudio – gar nicht mehr erreicht. Entscheidend für den Versicherungsschutz ist, dass sie auf dem Weg dorthin war und vorhatte, zwei Stunden oder länger zu trainieren. Was im Zweifelsfall zu prüfen ist.

Nein, wenn die Person weniger als zwei Stunden im Fitnessstudio bleibt. Dann gilt der Weg dorthin als privater unversicherter Umweg, sobald vom unmittelbaren Heimweg abgewichen wird. Der anschließende Weg vom Studio nach Hause ist dann wieder versichert, sobald der unmittelbare Heimweg wieder erreicht wird.



Weitere Infos zu Wegeunfällen und Wegeabweichungen:
dguv.de, Webcode: d25665

Schimmelpilz sicher entfernen

Wird in Innenräumen Schimmel entdeckt, muss schnell gehandelt werden. Eine neue DGUV Information fasst zusammen, welche Arbeitsschritte bei einer **Schimmelpilzsanierung** nötig sind und welche Maßnahmen dabei vor Gesundheitsgefahren schützen.

Feuchte oder verfärbte Stellen an der Wand kündigen einen ungebetenen Gast an: Schimmelpilz. Wächst dieser in Innenräumen, ist das ein Problem – es besteht Handlungsbedarf. Doch worauf müssen Unternehmen achten, wenn der Befall beseitigt werden soll? Die DGUV Information 201-028 „Gesundheitsgefährdungen durch Biostoffe bei der Schimmelpilzsanierung“ unterstützt bei allen Arbeitsschritten vor und während der Sanierung. Interessant auch für Sicherheitsbeauftragte (Sibe) ist das Grundwissen zu Biostoffen und den Hygienemaßnahmen.

Gesundheitsrisiko ist individuell

Biostoffe sind Mikroorganismen – wie Bakterien, Viren oder auch Schimmelpilze –, die über verschiedene Wege in den Körper gelangen. Mögliche Folgen bei einer Schimmelpilzexposition können insbesondere Atemwegsallergien sein. Wichtig: Grundsätzlich geht von Schimmelpilz in Innenräumen nicht automatisch eine Gesundheitsgefahr aus. Ob und wie stark Raumnutzende beeinträchtigt werden, hängt von der Art des Schadens und der Raumnutzung sowie der individuellen Empfindlichkeit ab. Unabhängig davon muss ein Befall immer fachgerecht entfernt werden, schon aus hygienischen Gründen.

Doch zunächst gilt es, diesen überhaupt zu erkennen. Feuchte, dunkle Stellen sind ein deutlicher Hinweis. Die Schäden können aber auch versteckt sein, etwa hinter einem Schrank. Dann kann muffiger Geruch auf Schimmel hindeuten. Aufmerksamkeit Sibe können dazu beitragen, Hin-



Andrea Bonner
Referat Kontaminierte
Bereiche/Biostoffe der
Abteilung Stoffliche
Gefährdungen, BG Bau

weise an die Unternehmensleitung zu kommunizieren. Diese ist für die Umsetzung der Maßnahmen beziehungsweise die Beauftragung qualifizierter Fachfirmen zuständig. Bei einem größeren Schimmelpilzbefall können zum Schutz der Raumnutzenden Sofortmaßnahmen erforderlich sein, wenn die Sanierung nicht zeitnah begonnen werden kann. Darüber muss im Einzelfall entschieden werden.

Ermitteln, bewerten, beseitigen

Für die Schimmelpilzsanierung selbst gibt es keinen verbindlichen Ablauf. Die Publikation führt aber durch alle möglichen Schritte, etwa die Schadensermittlung, die Sanierungsplanung und die Gefährdungsbeurteilung. Letztere umfasst als zentrales Element des Arbeitsschutzes alle wichtigen Fragen: Was ist die Ursache des Befalls? Mit welchen Stoffen kommen Beschäftigte in Kontakt? Welche Tätigkeiten werden ausgeführt? Wie hoch ist die Exposition? Auf dieser Grundlage werden dann eine Gefährdungsklasse ermittelt und Schutzmaßnahmen nach dem STOP-Prinzip (= Substitution, technische, organisatorische und persönliche Schutzmaßnahmen) erstellt. Angefangen damit, möglichst staubarm zu arbeiten, damit die Freisetzung von Schimmelpilzen minimiert wird (→ siehe Grafik **rechts**).

Die DGUV Information liefert für die Schimmelpilzsanierung eine konkrete Handlungsanleitung. Und macht klar: Die Maßnahmen sind zum Schutz Beschäftigter konsequent einzuhalten. Nützlich sind auch der Hygieneplan und die Muster-Betriebsanweisungen.



Mehr erfahren

Die DGUV Information
201-028 zur Schimmel-
pilzsanierung:



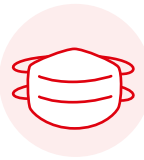
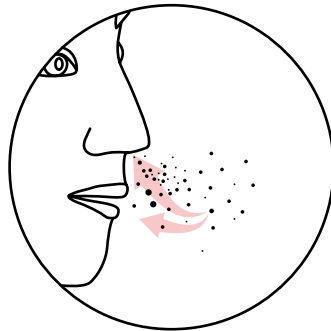
publikationen.dguv.de
Webcode: p201028

Richtig schützen vor Biostoffen

Biostoffe gelangen über drei Wege in den Körper und können zu gesundheitlichen Beeinträchtigungen führen. Bei der Schimmelpilzsanierung gelten deswegen besondere Schutzmaßnahmen.

Über die Atemwege

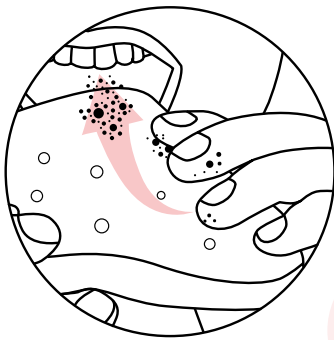
Biostoffe heften sich an Tröpfchen oder Stäube an und können als Bioaerosole eingeatmet werden. Allergische Reaktionen der Atemwege sind mögliche Folgen.



Das schützt:
Staubarm arbeiten,
Maske tragen.

Über den Mund

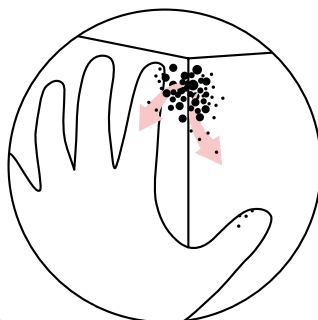
Wenn Biostoffe an den Händen haften, können sie beim Essen oder Rauchen in den Mund gelangen. Auch Lebensmittel, die in einem von Schimmel befallenen Bereich gelagert wurden, sind eventuell verunreinigt.



Das schützt:
Handschuhe tragen,
Hände waschen
bzw. Lebensmittel
entsorgen.

Über die Haut und Schleimhäute

Über rissige oder aufgeweichte Haut können Biostoffe ebenfalls in den Körper eindringen. Spritzt es bei Feucharbeiten, bieten die Schleimhäute der Augen eine Eintrittspforte.



Das schützt:
Handschuhe und
Schutzbrille tragen.

GRAFIK: RAUFELD

NEU GEREGELT

Gefahr durch Hautkontakt

Bei der Arbeit mit Gefahrstoffen ist besondere Vorsicht geboten. Insbesondere sollte vermieden werden, dass Flüssigkeiten, Pasten, Feststoffe oder auch Spritzer auf die Haut von Beschäftigten gelangen. Die aktualisierte Technische Regel für Gefahrstoffe „Gefährdung durch Hautkontakt: Ermittlung – Beurteilung – Maßnahmen“ liefert konkrete Vorgaben, die schützen.



[baua.de](https://www.baua.de) >
Suche: TRGS 401

Urteil zur Arbeitszeiterfassung

Müssen alle Arbeitszeiten von Beschäftigten erfasst werden? Laut Bundesarbeitsgericht: Ja. Deswegen sei ein Mitbestimmungsrecht des Betriebsrates zur Einführung eines elektronischen Zeiterfassungssystems hinfällig. Dies hatte ein Betriebsrat gefordert. Denn: Arbeitgebende seien laut Gericht ohnehin verpflichtet, ein solches System zu nutzen – so schreibe es die Auslegung des Arbeitsschutzgesetzes nach EU-Recht vor.



[bundesarbeitsgericht.de](https://www.bundesarbeitsgericht.de)
Suche: Arbeitszeiterfassung

• • • • •



Wie sicher sind Therapieliegen?

Dass höhenverstellbare Liegen Risiken bergen, ist vielen Menschen nicht bewusst. Doch insbesondere durch das (versehentliche) Betätigen der Bedienelemente wurden Beschäftigte, Behandelte und Dritte schon gefährlich eingeklemmt – und teilweise schwer, sogar tödlich verletzt. Schutzmaßnahmen sind bei entsprechenden Liegen Pflicht. Doch wie wirksam sind diese und wie wird das geprüft? Das hinterfragt der IFA-Report 4/2022.



[dguv.de](https://www.dguv.de)
Webcode: d1184199

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



Vor der Sonne schützen

UV-Strahlung verursacht Sonnenbrand, lässt die Haut schneller altern und kann langfristig Hautkrebs verursachen. Die WEVG Salzgitter hat Wege gefunden, ihre Beschäftigten für die Risiken zu sensibilisieren.

VON JÖRN KÄSEBIER

Bevor Frank Hensel frühmorgens in seinen Firmenwagen steigt, bereitet er sich gründlich vor: Sonnenschutzmittel auftragen, das langärmelige UV-Schutzhemd anziehen, die lange Hose und die Arbeitsschuhe. Den hellgrauen Safarihut und die Sonnenschutzbrille einpacken. Weitere Ausrüstung verstauen. Dann kann es losgehen. Von Frühjahr bis Herbst lässt Hensel keinen dieser Schritte aus. Selbst an Tagen wie heute, an denen sich die Sonne viel hinter einer Wolkendecke versteckt. Er weiß: Die UV-Strahlung ist immer da und gefährlich für die Haut.

Seit knapp 30 Jahren arbeitet Frank Hensel bei der Wasser- und Energieversorgungsgesellschaft (WEVG) Salzgitter, 20 Jahre davon als Gasspürer. Das bedeutet: Er prüft das Rohrnetz auf Gaslecks, ist viel auf Baustellen und im Stadtgebiet der Großstadt am Rande des Harzes unterwegs – meistens unter freiem Himmel. Wie wichtig da Sonnenschutz ist, weiß er aus eigener Erfahrung. „Wenn man wie ich den ganzen Tag über draußen unterwegs ist, braucht man das. Als ich früher noch Shirts mit kurzem Ärmel getragen habe, hat es irgendwann zu prickeln angefangen. Obwohl ich mich eingecremt hatte“, betont Hensel.

Heute trifft er sich zu einer außerplanmäßigen Prüfung mit Tim Gawletta. Gawletta trägt ebenfalls lange Kleidung, Hut und Sonnenbrille. „Wenn ich das nicht gleich schon zu Hause anziehe, habe ich alles im Auto griffbereit, ebenso Wechselsachen“, sagt er. Seit fünf Jahren gehört Gawletta zum Betrieb, >

Frank Hensel (links) und Tim Gawletta (rechts) im Materiallager der WEVG. Zum Schutz vor Sonnenstrahlung tragen sie Kopfbedeckung, Schutzkleidung und eine Sonnenschutzbrille.

FOTOS: JOPRI

CHECKLISTE

Schutzmaßnahmen
des Betriebs nach
dem TOP-Prinzip

TECHNISCH

- Um den UV-Schutz im Freien zu verbessern: Schattige Pausenbereiche einrichten mit Sonnensegeln und -schirmen oder Überdachungen

ORGANISATORISCH

- Mittags ist die Gefahr durch Sonnenstrahlung am höchsten. Arbeitszeiten daher möglichst so anpassen, dass früh begonnen werden kann und es eine längere Mittagspause gibt
- Rotieren, damit sich die Beschäftigten mit der Arbeit in der Sonne abwechseln
- Arbeitskleidung und Sonnenschutzbrillen sowie geeignetes Sonnenschutzmittel bereitstellen

PERSONENBEZOGEN

- Luftdurchlässige Arbeitskleidung tragen: lange Hose, Oberbekleidung mit langen Ärmeln und Kopfbedeckungen mit Krempe oder Nackenschutz. Zudem Sonnenschutzbrille
- Sonnenschutzmittel auf unbedeckte Körperstellen auftragen und rechtzeitig nachcremen
- PSA gegen andere Gefährdungen weiter tragen mit kombinierbarer UV-Schutzkleidung



Die UV-Kamera zeigt, welche Partien des Gesichts genügend Sonnenschutzmittel abbekommen haben.

- seit rund drei Jahren ist er Sicherheitsbeauftragter. Heute unterstützt er Frank Hensel als Lotse. Er hält den Plan, auf dem der Verlauf des Gasnetzes eingezeichnet ist. Hensel schiebt derweil die rote Teppichsonde auf ihren zwei Rollen. Daran ist ein Messgerät angeschlossen. Es saugt über die Sonde Luft an und prüft die Zusammensetzung. Schon kleinste Mengen Methan erkennt das Gerät, sodass mögliche Gaslecks sofort auffallen.

Ihr Weg führt die beiden durch verschiedene Straßen und zum Teil auch über Privatgrundstücke. „Wir müssen den Verkehr immer im Auge haben, führen Gespräche mit Kundinnen und Kunden und dürfen dabei nicht die angezeigten Messwerte aus den Augen verlieren. Das ist ganz schön anstrengend“, meint Hensel.

Beschäftigte bei der Wahl der
Schutzkleidung einbeziehen

Dabei gerät er weniger ins Schwitzen als früher. Denn das langärmelige Shirt mit UV-Schutz, das er trägt, führt nicht nur die Wärme schneller ab als einfache Baumwollhemden. Es ist zugleich Warnkleidung. Eine zusätzliche Warnweste braucht er nicht mehr. „Das war einer der Gründe, warum ich dieses Modell vorgeschlagen habe“, sagt Karsten Götz, Fachkraft für Arbeitssicherheit der WEVG. „Muss nur noch ein Kleidungsstück getragen werden, ist es leichter.“ Welches Shirt letztlich angeschafft wurde, entschieden die Beschäftigten. An zwei Aktionstagen zum Haut-

schutz konnten sie verschiedene Modelle anprobieren und abstimmen.

Solche Aktionstage finden bei dem Energieversorgungsunternehmen jährlich statt, veranstaltet vom Arbeitsschutz- und Gesundheitsmanagement und dem Betriebsrat. 2022 ging es um das Thema Hautschutz. Die Auszubildenden bereiteten die Aktion vor – und beschäftigten sich so früh mit dem Thema. Angesprochen werden sollten nicht nur die Außendienstler, sondern ausdrücklich alle 250 Beschäftigten des Betriebs. „Das hat bei uns so Tradition. Bei einem Thema wie Hautschutz finden wir das besonders wichtig. Denn ob sich die Menschen beruflich oder privat einen Sonnenbrand holen – gefährlich ist er immer“, sagt Götz. Gemeinsam mit einer Kollegin half er den Azubis bei den Vorberei-





Frank Hensel und Tim Gawletta besprechen, welche Route sie nehmen, um das Gasrohrnetz auf mögliche Leckstellen zu prüfen.



Bei den Aktionstagen konnten Beschäftigte wie Zakariya Fattah-Ahmad UV-Schutzkleidung anprobieren und über ihre Favoriten abstimmen.

Wir sprechen es an, wenn Schutzkleidung fehlt oder Kolleginnen und Kollegen vergessen haben, sich einzucremen.

TIM GAWLETTA
SICHERHEITSBEAUFTRAGTER BEIM
ENERGIEVERSORGER WEVG



tungen. Heraus kam ein Angebot mit mehreren Ständen zu unterschiedlichen Schwerpunkten. So hatten sich die Azubis zum Beispiel ein Quiz mit Fragen rund um Sonnenstrahlung überlegt. An anderen Stationen konnten die Beschäftigten ihren Hauttyp bestimmen lassen oder bekamen per UV-Kamera aufgezeigt, ob sie beim Eincremen mit Sonnenschutzmittel alle Hautpartien erreichen. „Ich habe wie immer die Creme einfach über das Gesicht verteilt und dann gesehen, welche Teile ich dabei vergesse“, erinnert sich Tim Gawletta.

Folgen der UV-Strahlung treten häufig erst im Alter auf

Fachlich beraten wurde die WEVG vom Institut für interdisziplinäre Dermatologische Prävention und Rehabilitation an der Universität Osnabrück. Auch die Berufsgenossenschaft Ener-

gie Textil Elektro und Medienerzeugnisse (BG ETEM) begleitete und unterstützte das Projekt. „Alle Beteiligten waren sehr engagiert. Eine vorbildliche Aktion, die rundum gelungen ist“, meint Gabriele Franke. Als Strahlenschutzexpertin der BG ETEM weiß sie, wie wichtig das Thema Sonnenschutz ist. Allein 2021 wurden rund 3.500 Fälle von hellem Hautkrebs von der gesetzlichen Unfallversicherung als Berufskrankheit anerkannt. Hautkrebs ist immer erst eine späte Folge. Regelmäßige arbeitsmedizinische Vorsorge hilft, Schäden frühzeitig zu erkennen. Viele Erkrankungen lassen sich auch ganz verhindern – wenn rechtzeitig vorgebeugt wird. Am besten sind Beschäftigte der UV-Strahlung möglichst wenig ausgesetzt. Weitere Schutzmaßnahmen sollten nach dem TOP-Prinzip ergriffen werden (→ siehe Randspalte Seite 10). >

GUT ZU WISSEN

Regelmäßige Vorsorgeunter- suchungen nutzen

- ⇨ Prävention senkt nachweislich das Risiko, an **hellem Hautkrebs** zu erkranken
- ⇨ Beschäftigte, die im Freien arbeiten, haben **Anspruch auf Vorsorgeuntersuchungen** (Arbeitsmedizinische Regel AMR 13.3)
- ⇨ Kriterien dafür sind: Beschäftigte müssen mindestens eine Stunde zwischen 11 und 16 Uhr an mehr als 50 Tagen **zwischen April und September** im Freien tätig sein
- ⇨ Unternehmen sind verpflichtet, betroffenen Beschäftigten die Untersuchung beim betriebsärztlichen Dienst anzubieten, Grundlage ist **die Gefährdungsbeurteilung**
- ⇨ Es gibt **eine hohe Zahl an betroffenen Beschäftigten**, die täglich mehr als eine Stunde natürlicher UV-Strahlung ausgesetzt sind



Weitere Informationen zum Thema:
baa.de > Suche:
AMR Nr. 13.3

Zwei Tabellen zu besonders betroffenen Berufsgruppen:
dguv.de
Webcode: d1184241



Karsten Götz bereitete als Fachkraft für Arbeitssicherheit beim Unternehmen aus Salzgitter die Hautschutztage mit vor.

Bei den Hautschutztagen der WEVG war auch ein Team der BG ETEM vor Ort und betreute einen Teil der Stände. Außerdem gab es einen Workshop, in dem es darum ging, das eigene Verhalten im UV-Schutz zu beeinflussen. Alle Sicherheitsbeauftragten des Betriebs nahmen daran teil. Besprochen wurde das „Nudging“, das sind kleine Stupser, die ein Thema immer wieder spielerisch ins Gedächtnis bringen sollen. „Die Teilnehmenden hatten dazu beim Aktionstag viele Ideen, zum Beispiel eine freundliche Erinnerung ans Eincremen beim Herunterklappen der Sonnenschutzblende im Auto“, nennt Christine Gericke, Arbeitspsychologin bei der BG ETEM, ein Beispiel (⇨ mehr dazu im Interview auf **Seite 13**).

Rege genutzt wurden die Stände, an denen die Schutzkleidung, Sonnenschutzmittel und Sonnenschutzbrillen getestet werden konnten. Nach der Probe konnten alle ihre Stimme abgeben. Gewählt wurden jeweils zwei Modelle eines langärmeligen Shirts, einer Kopfbedeckung mit Krempe sowie einer Sonnenschutzbrille. Die gewählten Produkte schaffte der Betrieb anschließend für die Beschäftigten im Außendienst an. Alle Beschäftigten konnten zudem Kleidung für den privaten Gebrauch erwerben.

Mit den Aktionstagen und der Auswahl sowie der Beschaffung der Schutzkleidung sind die Themen UV-Schutz und Hautschutz für die WEVG aber nicht erledigt. Beides soll ins Arbeitsschutzmanagementsystem integriert werden. „Der Arbeitsschutzausschuss will dazu die Themen auf

einer Sitzung in diesem Jahr genauer behandeln“, sagt Karsten Götz. Darin einfließen werden auch die Vorschläge aus dem Nudging-Workshop.

Offen ansprechen, wenn Schutzmaßnahmen missachtet werden

Tim Gawletta findet die Idee der kleinen Erinnerungen sinnvoll, auch wenn es in seinem Team bereits von selbst funktioniert: „Wir sprechen uns gegenseitig an, wenn Schutzkleidung fehlt oder jemand vergisst, sich einzucremen. Dann reden wir sehr direkt, gehen dabei aber immer kameradschaftlich miteinander um.“

Bei seiner Rohrnetzüberprüfung mit Frank Hensel hat er inzwischen das Betriebsgelände erreicht. Zeit für die Mittagspause. Diese verbringen sie möglichst immer im Schatten, vor allem im Sommer, wenn die Hitze kommt und der UV-Index zur Mittagszeit seine höchsten Tageswerte erreicht. „Da ist es von Vorteil, dass wir unsere Arbeitszeit zum Teil flexibel gestalten können. Im Sommer früher anfangen und eine längere Mittagspause einlegen“, sagt Hensel. In der Pause ist es auch an der Zeit, den Schweiß abzuwischen und nachzucremen. Danach geht es wieder hinaus – so gut wie möglich geschützt vor Sonnenstrahlung.



Machen Sie das Quiz zum Thema UV-Schutz:
aug.dguv.de/mitmachen > 7 Fragen zum UV-Schutz

„Ich mache mir Sorgen um dich als Kollege“

Wie können Betriebe und speziell Sicherheitsbeauftragte ihre Kolleginnen und Kollegen dazu bewegen, **UV-Schutzkleidung anzuziehen und Sonnenschutzmittel zu nutzen**? Arbeitspsychologin Dr. Christine Gericke weiß Rat.

INTERVIEW JÖRN KÄSEBIER

Frau Dr. Gericke, im Frühling ist die Sonne oft hinter einer Wolkendecke verschwunden. Ihre UV-Strahlung ist trotzdem da. Wie kann man gut auf die Gefahren und Schutzmaßnahmen aufmerksam machen?

Das Thema hat saisonalen Charakter. Ich muss mich im Frühjahr, wenn die Sonne wieder rauskommt, daran erinnern, mich zu schützen. Das kann mit einer betrieblichen Aktion klappen, die Sicherheitsbeauftragte vorschlagen können. Man könnte sich zum Beispiel gezielt an die Beschäftigten wenden, die im Freien arbeiten, also etwa die Außendienstler. Die haben häufig einen Spind im Betrieb und ein Dienstfahrzeug. Im Frühling dort eine kleine Tube Sonnencreme hinterlegen, gerne mit einem Spruch drauf: „Die Sonne kommt wieder raus – denk daran“ oder auch etwas Lustiges. Oder im Dienstwagen einen Sonnenbrillenhalter so anbringen, dass er gleich zu sehen ist. Dann wird die Sonnenbrille nicht vergessen.

Diese „Nudges“ oder Stupser sind also wirksame Mittel?

Ja, durchaus. Man könnte auch anbieten, Mitarbeitenden solche Stupser mit nach Hause zu geben. Die kleine Tube Sonnencreme, die sie sich dort am Badezimmerspiegel befestigen. Die Tube sehen sie gleich morgens beim Zähneputzen und werden daran erinnert, sich einzucremen. Das wird im besten Fall dann ein täglicher Automatismus.

Wie sollten Sicherheitsbeauftragte Kolleginnen und Kollegen ansprechen, die zum Beispiel die Sonnenschutzkleidung nicht anziehen?

Mit Vorschriften zu argumentieren, ist nicht der richtige Weg. Fragen zu stellen, warum die Kleidung nicht getragen wird, ist schon besser. Am besten ist eine persönli-



Dr. Christine Gericke ist Arbeitspsychologin bei der BG ETEM. Bei den Hautschutztageveranstaltungen veranstaltete sie einen Workshop.

che Herangehensweise. „Ich mache mir Sorgen um dich als Kollegen“ – in diese Richtung. Wenn Sicherheitsbeauftragte auch noch ein bisschen älter sind als die andere Person und sie ein paar mehr Erfahrungen mit Sonnenexposition gemacht haben, hat das erkennbar Wirkung. Sie können sagen: „Ja, früher, als ich noch jung war, da hatte ich auch keine Probleme mit der Sonne. Aber mittlerweile merke ich, dass ich am Ende eines Tages, wenn ich unter freiem Himmel unterwegs war und keinen Kopfschutz aufhatte, dann matschig in der Birne werde.“ Sie lernen also

aus ihren Fehlern. In diese Richtung zu argumentieren, kommt gut an. Oder man wird noch persönlicher.

Können Sie ein Beispiel geben?

Die Sorge um andere Menschen kann man mit einer persönlichen Geschichte belegen. Das können Erfahrungen mit erkrankten Kolleginnen oder Kollegen oder auch mit der eigenen Mutter sein, die gerade eine Krebsoperation hatte. Denn diese ganzen Folgen der Sonnenexposition, Hautkrebs etwa, treten langfristig auf, meist erst in späteren Jahren. Das Arbeitsleben ist dann oft schon vorbei.

Was können Sicherheitsbeauftragte noch tun?

Vorbild sein! Ein Beispiel: Viele Beschäftigte möchten keine Sonnenhüte aufsetzen, weil die angeblich nicht gut aussehen. Wenn dann ein Sicherheitsbeauftragter selbstbewusst den Hut aufsetzt, bleibt das nicht ohne Wirkung. Diese lässt sich sogar noch verstärken, wenn außen ein Spruch zu lesen ist: „Sieht scheiße aus, schützt aber“, so in die Richtung, passend zum im Betrieb herrschenden Ton. Mit gutem Beispiel voranzugehen funktioniert bei vielen Themen sehr gut – nicht nur beim Sonnenschutz.

Sicher halten und ausladen

Beschäftigte von Lieferdiensten verbringen ihre Arbeitszeit überwiegend im öffentlichen Straßenverkehr. Mit der richtigen Kleidung und aufmerksamem Verhalten lassen sich Unfälle wie Stolpern und Stürze vermeiden.

VON ISABELLE RONDINONE

Anhalten, aussteigen, Fahrzeug entladen, Paket zustellen und weiterfahren. Oft weit mehr als hundert Mal pro Schicht wiederholen Beschäftigte sogenannter KEP-Dienste diese Abfolge. Unter dem Begriff sind Kurier-, Express- und Postdienste zusammengefasst, also diejenigen Unternehmen, die Pakete, Lebensmittel und andere Güter an Privathaushalte ausliefern. Meistens sind Beschäftigte dafür mit Pkw oder Kleintransportern unterwegs. Und stehen oft unter Zeitdruck. Dass das nicht auf Kosten der Sicherheit geht, darauf können Unternehmen hinwirken.

Mehrere Faktoren tragen dazu bei, dass es in der Branche zu Unfällen durch Stolpern, Rutschen und Stürzen (SRS-Unfälle) kommt. Zum einen sind Zustellerinnen und Zusteller oft auf unbekanntem und wenig beleuchteten Wegen unterwegs. Zum zweiten überwinden sie Bordsteine, Treppen und andere Bodenunebenheiten, steigen aus dem Laderaum und der Fahrkabine des Fahrzeugs – während sie gleichzeitig nach der richtigen Haustür suchen oder den Scanner bedienen. Solche Situationen befördern SRS-Unfälle. Die Nähe zum

Straßenverkehr macht es noch brenzlicher: Zustellerinnen und Zusteller können bei einem Sturz schnell vor ein Fahrzeug geraten.

„Um das zu vermeiden, ist festes Schuhwerk für Beschäftigte von Lieferdiensten unabdingbar“, betont Eberhard Brunck, Fachreferent für KEP-Dienste bei der Berufsgenossenschaft Verkehrswirtschaft Post-Logistik Telekommunikation (BG Verkehr). Denn feste Schuhe mit Profilsohle und knöchelhohem Schaft beugen Stürzen vor. Sicherheitsbeauftragte können darauf achten, dass ihre Kolleginnen und Kollegen sie tragen. Brunck rät: „Stellen sie fest, dass jemand mit ungeeigneten Schuhen arbeitet, sollten sie aktiv auf die Person zugehen und sie darauf aufmerksam machen, dass sie sich dadurch gefährdet.“

Innenseite der Türen rückwärtig beleuchten

Auch Warnwesten verbessern die Sicherheit von Zustellerinnen und Zustellern enorm. Warnwesten sind zwar nicht verpflichtend, jedoch empfehlenswert und glücklicherweise bei vielen Unternehmen bereits üblich. Bestmöglich vermeiden lassen sich

Die Gefährdungsbeurteilung kann ergeben, dass die Beschäftigten Warnwesten tragen müssen. Prinzipiell sind Warnwesten immer empfehlenswert. Beschäftigte werden von anderen dann besser gesehen.

FOTO: GETTY IMAGES/SDI PRODUCTIONS

Unfälle, indem die Beschäftigten sich stets konzentriert im Straßenverkehr bewegen. Vor allem in der Stadt gilt es, die vielen anderen Personen im Blick zu behalten, die auf E-Rollern, Fahrrädern, Kraftfahrzeugen und zu Fuß unterwegs sind. „Im innerstädtischen Bereich halten Zustellerinnen und Zusteller situationsbedingt oft in zweiter Reihe und befinden sich beim Aussteigen inmitten des Straßenverkehrs“, sagt Brunck. Der Experte mahnt: „Während sich die Beschäftigten rund um das Fahrzeug bewegen oder die Straße überqueren, sollten sie beispielsweise nicht gleichzeitig technische Geräte bedienen oder Zustellunterlagen sichten.“ Die Aufmerksamkeit sollte ganz dem Fußweg und Straßenverkehr gelten.

Zudem können Unternehmen bei ihren Fahrzeugen auf wichtige Beleuchtungseinrichtungen achten. „Einige Transporter haben



„Rücklichter“ an den Innenseiten der Heck-, Fahrer- und Beifahrertüren. Sie tragen dazu bei, dass das Fahrzeug beim Entladen gut sichtbar ist, auch bei trübem Wetter oder wenn es dämmt. Dadurch sind die Beschäftigten besser geschützt“, erklärt Brunck. Sicherheitsbeauftragte können dazu anregen, bei der Neuananschaffung von Fahrzeugen diese Ausstattung zu berücksichtigen.

Fahrzeug immer vor dem Wegrollen sichern

Ein weiteres Unfallrisiko, für das Zustellerinnen und Zusteller sensibilisiert werden sollten: das Wegrollen des Fahrzeuges. „Wenn sie kurz halten, kommt es immer wieder vor, dass die Beschäftigten versäumen, die Handbremse anzuziehen. Auf abschüssigem Gelände macht sich das Fahrzeug dann leicht selbstständig, was zu schweren Unfällen führen kann“, so Brunck. Diese Gefahr sei nicht zu unterschätzen:

Wer dann gerade hinter dem Fahrzeug steht, um etwas aus dem Laderaum zu holen, kann leicht überrollt werden. Niemals sollten Beschäftigte versuchen ein wegrollendes Fahrzeug mit eigener Kraft aufzuhalten. Auch dann können sie unter die Räder geraten. Deshalb bei jedem Stopp die Feststellbremse anziehen.

Noch besser ist es, zusätzlich einen Gang einzulegen und die Vorderäder einzuschlagen. Das sichere Abstellen eines Fahrzeuges sollten Führungskräfte in Unterweisungen demonstrieren und betonen, dass die wenigen Handgriffe auch in Eile durchzuführen sind. Empfehlenswert sind laut BG Verkehr Fahrzeuge mit automatisch aktivierbarer Feststellbremse. Die Gefahr des Wegrollens ist dadurch deutlich verringert.



Sendungen sicher zustellen:
publikationen.dguv.de
Webcode: p208035

WICHTIGE REGELN

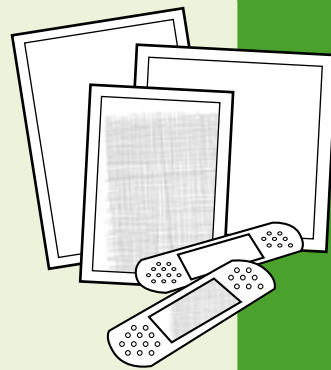
Das ist beim Parken und Aussteigen zu beachten:

- 1** Die Straßenverkehrsordnung definiert eine „Sorgfaltspflicht beim Ein- und Aussteigen“: Personen müssen dabei die Gefährdung anderer ausschließen.
- 2** Das Verkehrszeichen 286 „Eingeschränktes Halteverbot“ (rundes, blaues Schild mit rotem Rand und Balken) erlaubt Ein- und Aussteigen sowie zügiges Be- und Entladen.
- 3** Eine sich plötzlich öffnende Fahrzeugtür kann schwere Unfälle verursachen. Dagegen hilft: durch Schulterblick vergewissern, dass sich niemand nähert. Der „holländische Griff“ unterstützt dies. Dafür einfach die linke Fahrzeugtür mit der rechten Hand öffnen.

Das gehört in den Verbandkasten

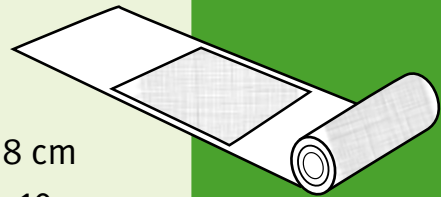
Pflaster

- 1 x Heftpflaster – 500 x 2,5 cm
- 12 x Wundschnellverband – 10 x 6 cm
- 6 x Fingerkuppenverband – 5 x 4 cm
- 6 x Fingerverband – 12 x 2 cm
- 6 x Pflasterstrip – 1,9 x 7,2 cm
- 12 x Pflasterstrip – 2,5 x 7,2 cm



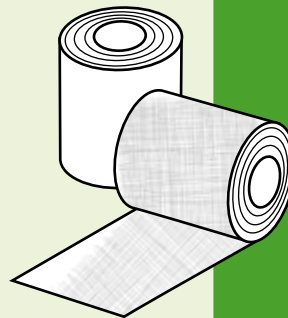
Verbandpäckchen/Verbandtuch

- 1 x DIN 13151 – K, 300 x 6 cm, mit Kompresse 6 x 8 cm
- 3 x DIN 13151 – M, 400 x 8 cm, mit Kompresse 8 x 10 cm
- 1 x DIN 13151 – G, 400 x 10 cm, mit Kompresse 10 x 12 cm
- 1 x Verbandtuch DIN 13152 – 60 x 80 cm



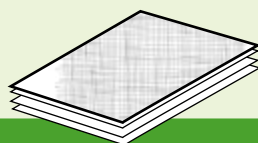
Binden

- 2 x Fixierbinde DIN 61634 – 400 x 6 cm
- 2 x Fixierbinde DIN 61634 – 400 x 8 cm



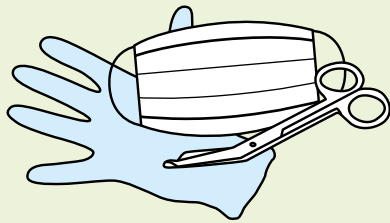
Kompressen

- 6 x Kompresse – 10 x 10 cm
- 2 x Augenkompresse – 5 x 7 cm
- 1 x Kälte-Sofortkompresse
mind. 200 cm²



Sonstiges

- 2 x Gesichtsmaske (mind. Typ 1 gemäß DIN EN 14683)
- 4 x Feuchttuch
- 1 x Rettungsdecke – mind. 210 x 160 cm
- 1 x Verbandkastenschere DIN 58279 – B 190
- 4 x Medizinische Einmalhandschuhe
- 2 x Folienbeutel
- 5 x Vliesstofftuch
- 2 x Dreiecktuch
DIN 13168 – D



Gedruckt

- Anleitung zur Ersten Hilfe
- Inhaltsverzeichnis



Kleiner Betriebs-Verbandkasten
DIN-Norm 13157

INHALT REGELMÄSSIG KONTROLLIEREN

- Verbrauchtes Material durch neues ersetzen
- Verfallsdatum bei sterilem Verbandmaterial beachten und abgelaufenes Material erneuern
- Unbrauchbares Material austauschen (zum Beispiel offenes)



Unternehmen können diese Aufgaben an Ersthelfende oder Sicherheitsbeauftragte übertragen



Erste-Hilfe-Leistungen
richtig dokumentieren:



dguv.de
Webcode: d97211



Bei der Metallverarbeitung entsteht oft feinsten Staub, der rasch entfernt werden sollte – denn in Verbindung mit Funken kann ein explosives Gemisch entstehen.

FOTO: GETTY IMAGES/ERGIN YALCIN

Wenn Staub und Funken fliegen

So klein ein Staubkorn ist, so verheerend können die Auswirkungen sein, wenn **aufgewirbelter Staub** durch Zündung explodiert. Beim Schleifen von Metallen etwa ist besondere Vorsicht geboten.

VON JULIA FRESE

In einer spanischen Aluminiumfabrik kommt es im Juni 2022 fast zu einer Katastrophe: Eine heftige Explosion setzt die gesamte Halle in Brand, in letzter Minute können sich zwei Mitarbeitende in Sicherheit bringen. Doch nicht immer gehen Staubexplosionen derart glimpflich aus, insbesondere im Metallsektor. „Gerade die Gefahr durch Metallstäube wird häufig unterschätzt“, betont Susanne Causemann, Leiterin des Bereichs Explosionsschutz am Institut für Arbeitsschutz der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (IFA). Sie kennt sich mit brennbaren Stäuben aus und schult zu diesem Thema regelmäßig Mitarbeitende betroffener Branchen.

Je feiner, desto explosiver der Staub

Was sie dabei immer wieder feststellt: Bei Mehl- oder Holzstäuben ist es vielen Beschäftigten bewusst, dass diese brennbar und explosionsfähig sein können. „Ein Blech hingegen brennt ja nun mal nicht – der beim Prozess freigesetzte Staub kann jedoch je nach Art des Metalls und Zusammensetzung brennbar und explosionsfähig sein, wenn der Staub fein genug ist und auf eine Zündquelle trifft“, so Causemann. Dies trifft besonders auf Leichtmetalle wie Aluminium und Magnesium zu, aber auch auf normalen Stahl. Das Risiko ist umso größer, je feinkörniger der Metallstaub ist: Je mehr Staubkörner, desto größer ist die brennbare Oberfläche und entsprechend heftiger verlaufen Verbrennungsreaktionen. Umgekehrt kann grobkörniger Staub nicht explosionsfähig sein, weil die

brennbare Oberfläche zu klein ist. Darüber hinaus gibt es noch viele weitere Faktoren, die die Brenn- und Explosions-eigenschaften von Stäuben beeinflussen. Deshalb ist es ratsam, die Eigenschaften der jeweiligen Staubart individuell zu ermitteln.

Instandhaltung nie vernachlässigen

Ein dramatisches Beispiel, das Susanne Causemann oft in ihren Schulungen erzählt, ereignete sich vor einigen Jahren in einer Aluminiumschleiferei. Dort wurde der beim Schleifvorgang entstandene Staub von einer Absauganlage entfernt. Diese war jedoch offenbar falsch konzipiert und nicht instand gehalten, sodass eine locker sitzende Abluftklappe während des Schleifens in den Ventilator fiel. Durch das Aufeinandertreffen von Klappe und Ventilator-Rotoren entstanden Funken, die den abgesaugten Aluminiumstaub zur Explosion brachten. In den Absaugleitungen befand sich zudem aufgrund des schlechten Zustandes der Anlage abgelagerter Aluminiumstaub. Dieser wurde aufgewirbelt und ebenfalls entzündet. Es kam zur Explosion, deren Druckwelle und Feuerball sich in wenigen Millisekunden durch die gesamte Anlage ausbreiteten und alle acht im Schleifraum tätigen Personen erfasste. Sechs von ihnen starben noch am Unfallort, zwei erlagen in den folgenden Tagen ihren schweren Brandverletzungen. Alle Anlagen im Schleifraum wurden zerstört.

Der geschilderte Fall zeigt, welche enormen Folgen es haben kann, wenn Brenn- und Explosionsgefahren nicht in der Gefährdungsbeurteilung eines Arbeitsplatzes berücksichtigt werden. Das IFA bietet mit der GESTIS-STAU-EX-Datenbank Betrieben eine erste

CHECKLISTE

Gefahren durch Metallstäube vermeiden

Mögliche Schutzmaßnahmen nach dem **STOP-Prinzip**

SUBSTITUTION

- ⇨ Zum Beispiel brennbare durch nicht brennbare Materialien und feine Stäube durch grobkörnigeres Granulat ersetzen
- ⇨ Wenn möglich, das Bearbeitungsverfahren grundsätzlich auf staubärmere Metalle umstellen

TECHNISCH

- ⇨ Zum Beispiel geeignete Absauganlagen, um Stäube an der Entstehungsstelle zu erfassen
- ⇨ Auf technisch dichte Anlagen achten und diese regelmäßig prüfen lassen (Prüffristen beachten)
- ⇨ Gründliche Raumlüftung, ergänzend zur Absauganlage, schützt vor schädlichen Staubpartikeln

ORGANISATORISCH

- ⇨ Zum Beispiel Arbeitsräume regelmäßig und gründlich reinigen, um Staubablagerungen sofort zu entfernen
- ⇨ Rauch- und Essverbot in allen Arbeitsbereichen
- ⇨ Regelmäßige Unterweisung der Beschäftigten

PERSONENBEZOGEN

- ⇨ Zum Beispiel bei staubintensiven Tätigkeiten Atemschutzmaske tragen



Text in Leichter Sprache:
aug.dguv.de/leichte-sprache

GUT ZU WISSEN

So entsteht eine Staubexplosion

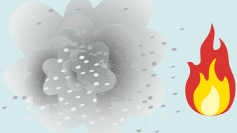


1 Feiner Metall-, Holz- oder Getreidestaub

lagert sich ab, eine Staubschicht entsteht*



2 Luftzufuhr wirbelt den Staub auf



3 Eine wirksame Zündquelle entzündet die Staubwolke, (zum Beispiel Flammen, Funken oder heiße Oberflächen)



4 Es kommt zur Staubexplosion

*Voraussetzung für eine Explosion ist, dass sich die Konzentration brennbaren Staubes innerhalb der Explosionsgrenzen bewegt; diese Grenzen sind stoffbezogen. Die untere Explosionsgrenze kann experimentell ermittelt werden.

GRAFIK: RAUFELD

› Informationsquelle. Hier sind zu verschiedenen Stoffen und Prozessen die im IFA-Labor ermittelten Brenn- und Explosionskenngrößen hinterlegt. Verantwortliche können anhand der Datenbank herausfinden, ob die bei ihnen vorkommenden Stäube typischerweise explosionsfähig sind. Vermerkt sind in der Tabelle Kenngrößen wie die Mindestzündenergie, die ausreicht, um den untersuchten Staub als Staubwolke zu entzünden. Oder auch die Mindestzündtemperatur – also wie warm eine Oberfläche werden darf, ohne dass sich der Staub in der Anlage entzündet. „Wohlgemerkt sind das keine festen Grenzwerte, nach denen sich ein Betrieb richten kann“, betont Causemann. Handelt es sich um besonders gefährliche Stäube, müssen Fachleute im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung ein Explosionsschutzkonzept erarbeiten. Für eine genauere Untersuchung der entstehenden Stäube können sich Betriebe an ihre jeweilige Berufsgenossenschaft wenden. Die Aufsichtsperson kann dann erste Hinweise geben, worauf zu achten ist.

Individuelles Schutzkonzept erstellen

„Wenn es um brennbare Stäube geht, sollte ein Betrieb immer fachliche Expertise einholen“, sagt Causemann. Hierfür bietet die Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie (BG RCI) eine Liste an Explosionsschutzfachleuten. Gemeinsam mit dem Betrieb erarbeiten die Fachleute dann ein passendes Konzept. Dazu gehöre die Auswahl der richtigen Absauganlagen und Filtersysteme. Die Expertin empfiehlt Unternehmen zudem, in den Dialog mit den Anlagenherstellern zu treten, weil sowohl die Eigenschaften des Staubes (Betreiberwissen) als auch die Eigenschaften der Anlage (Herstellerwissen) mögliche Explosionsgefährdungen beeinflussen. Etwa wie wahrscheinlich es ist, dass eine explosionsfähige Atmosphäre auftritt, und wie lange diese vorliegt.

Im geschilderten Fall der Aluminiumschleiferei etwa wären regelmäßige Prüfungen und die Instandhaltung der

Arbeitsmittel essenziell gewesen. Außerdem hätten die Rohrleitungen der Absauganlage mit genau abgestimmten Entkopplungssystemen und die Anlage mit einer Druckentlastung ausgestattet sein müssen. „Der Druck hätte dann entweichen und die Explosion nicht in den Arbeitsraum vordringen können“, erklärt Causemann.

Grundsätzlich sollten Verantwortliche bei der Gestaltung von Arbeitsabläufen und Arbeitsplätzen darauf achten, nach dem STOP-Prinzip (→ siehe Checkliste S. 19) mögliche Gefahren durch brennbare Stäube zu vermeiden. Die Schutzmaßnahmen ergeben sich ebenfalls aus der Gefährdungsbeurteilung. Bei der Umsetzung müssen Führungskräfte dabei Substitution und technische Maßnahmen gegenüber organisatorischen Maßnahmen bevorzugen. Personenbezogene Schutzmaßnahmen sind dann umzusetzen, wenn alle anderen Maßnahmen nicht genügend greifen.

Das können Sicherheitsbeauftragte tun

Sicherheitsbeauftragte können Führungskräfte bei der Gefährdungsbeurteilung unterstützen, die festgelegten Schutzmaßnahmen im Blick behalten und Risiken direkt an die Beschäftigten kommunizieren. Rauchverbote etwa müssen streng eingehalten werden. Darüber hinaus sei ein rigoroser einzuhalten Reinigungsplan unabdingbar, sagt Causemann: „Staubablagerungen müssen sofort beseitigt werden, sodass eine explosionsfähige Menge gar nicht erst zusammenkommt. Beschäftigte brauchen geeignete Reinigungsgeräte, wie etwa explosionsgeschützte Staubsauger.“ Auf keinen Fall sollte trocken gekehrt oder gar Druckluft eingesetzt werden, weil sonst brennbarer Staub aufgewirbelt wird. Unabhängig von ihrer Position im Betrieb gilt: Alle Beschäftigten sollten die Risiken von brennbaren Stäuben kennen.



Explosionsfähige Atmosphäre bei der Aluminiumbearbeitung:
publikationen.dguv.de
Webcode: p109001



MISSION SIBE

Kostenlose digitale Lern-Tools nutzen

Sich weiterzubilden lohnt immer, gerade in einer Arbeitswelt, die sich durch die Digitalisierung und Herausforderungen wie Corona ständig wandelt. Ideal für eine flotte Lerneinheit sind etwa die kostenlosen E-Learning-Angebote der DGUV und der Träger der gesetzlichen Unfallversicherung – vom Online-Modul bis zum knackigen Kurzfilm. Hier eine Auswahl für Sicherheitsbeauftragte (Sibe).

Gefahren erkennen und vorbeugen

DGUV TUBE UND ARBEITSSCHUTZFILM

Unterhaltsame und einprägsame „Infosnacks“ bieten die Plattform DGUV Tube sowie die Online-Mediathek Arbeitsschutzfilm. Hier finden sich animierte Clips, Kurzfilme und Podcasts zu Themen wie „Richtig lüften“, „Stäube am Arbeitsplatz“ oder „5-Stufen-Modell“.

Formate: Podcasts und Clips, Dauer: 1–5 Min.

tube.dguv.de/
arbeitsschutzfilm.de/mediathek

DIGITALES LERNEN DER BG RCI

Auf dieser Webseite dreht sich alles um Prävention. Für manche Lernmodule ist eine Anmeldung nötig, andere sind frei zugänglich, etwa „Gefahr gut“ oder „Hautschutz“. Ebenfalls nützlich: die Videothek.

Formate: Lernmodule und Videos, Dauer: verschieden

bgrci.de, Suche: **digitales Lernen** > **Lernportale**
bgrci.de, Suche: **Videothek** > **Videos**

BG ETEM interAKTIV

Bei der BG ETEM vermitteln sprachgesteuerte Module anschaulich Themen wie „Heben und Tragen“ oder „Betrieblicher Strahlenschutz“. Wer es actionreicher mag, ist bei den „RiskBuster“-Videos von Stuntman Holger Schumacher richtig.

Formate: interaktive Online-Module und Videoclips

Dauer: ca. 20 Min./ca. 5 Min.

bgetem.de/medien-service



GRAFIK: RAUFELD

Gesunder Arbeitsplatz

DGUV PUBLIC/ILIAS

Neben Sifa-Themen gibt es auf dieser Website einen kompakten E-Learning-Kurs zu „Über- und Unterforderung am Arbeitsplatz“ – für Sibe und andere Beschäftigte gleichermaßen spannend.

Format: Online-Kurs, Dauer: ca. 60 Min.

public-e-learning.dguv.de > **Weitere Lernangebote**

Prävention und Kommunikation

LERNPORTAL DER BGHM

Wie klappt Kommunikation? Wie reagiere ich auf Fehlverhalten von Beschäftigten? Der Bereich „Präventionskultur und Verhalten“ des BGHM-Lernportals liefert Antworten. Außerdem gibt es E-Learning-Kurse sowie „Quick & Safe“-Infos.

Formate: Informationen, Clips etc., Dauer: verschieden

lernportal.bghm.de, Suche: **Präventionskultur**

JUGEND WILL SICH-ER-LEBEN

Das Präventionsprogramm JWSL widmet sich jährlich einem Schwerpunkt und produziert dazu Lernfilme. Diese sind oft auch für Sibe interessant, etwa die Themen Fehlerkultur und Kommunikation.

Format: (animierte) Lernfilme, Dauer: 2–3 Min.

jwsl.de/mehr-jwsl-themen

Recherche-Tipp

Um sich nicht in der Themenvielfalt zu verlieren, vorab überlegen: Was ist für meine Arbeit als Sibe relevant, welche Frage habe ich? Wer gezielt Stichworte ins Suchfeld tippt, wird schneller fündig.



Aus Fehlern lernen

Manche Mängel lassen sich erst nach vielen Versuchen beheben.

FOTO: GETTY IMAGES/WACHIWIT

Bei der Arbeit läuft auch mal etwas schief. Betriebe sollten eine **Fehlerkultur etablieren**, um richtige Schlüsse aus Fehlschlägen zu ziehen. Dazu können Sicherheitsbeauftragte entscheidend beitragen.

VON JÖRN KÄSEBIER

Fehler ist nicht gleich Fehler. „Grob gesagt gibt es Fehler, die verhindert werden müssen, weil sie Leib und Leben gefährden. Und es gibt kleinere Fehler, die passieren, aus denen sich aber lernen lässt“, fasst Martin Prüße, Leiter des DGUV Sachgebiets „Veränderung der Arbeitskulturen“ zusammen. Fehler der ersten Kategorie zu verhindern, ist die Pflicht von Betrieben. Der Umgang mit der zweiten ist die Kür. An solchen Mängeln und Versehen zu arbeiten gelingt mit einer positiven Fehlerkultur.

ÜBER FEHLER REDEN

FEE-Methode – Fakten von Emotionen und Erwartungen trennen

- 1 Fakten festhalten:**
Zum Beispiel: Die persönliche Schutzausrüstung (PSA) wird nicht getragen
- 2 Emotionen:**
Wie geht es mir damit, dass andere die PSA nicht tragen?
- 3 Erwartungen:**
Was erwarte ich von anderen Personen?

Zu dieser gehört, Fehler nicht bestrafen zu wollen, sondern zu nutzen, um Lerneffekte zu erzielen. Um das zu erreichen, sollte allen im Betrieb klar sein: „Auf Versäumnisse und Missstände hinzuweisen ist nicht anschwärzen“, betont Prüße. Vielmehr sollten Fehler klar benannt werden, am besten im Rahmen eines festen Formats: „Das können Runden zur Fehlerbesprechung sein, zu denen nicht nur Führungskräfte einladen, sondern zum Beispiel auch Sicherheitsbeauftragte, schließlich

haben sie einen guten Überblick“, meint Prüße.

Schulduzuweisungen sollten in diesen Runden dann vermieden werden. „Bei einer Regelabweichung braucht es die richtigen Fragen“, sagt Prüße. Er empfiehlt, nach der sogenannten FEE-Methode vorzugehen (siehe *Info-Kasten*). Personen, die etwa ihren Gehörschutz nicht tragen, sollten Sicherheitsbeauftragte zunächst nach dem Grund fragen. „Aber ohne schnelle Bewertung, sonst ist ein offenes Gespräch nicht mehr möglich.“ Danach werden jene, die ihren Hörschutz aufhaben, befragt, um herauszufinden, warum es bei ihnen funktioniert.

Suche nach Lösungen steht am Ende des Prozesses

Daraus ergibt sich ein Gesamtbild: Liegt ein Fehlverhalten einer einzelnen Person vor? War es lediglich ein Versäumnis? Oder besteht ein grundsätzliches Problem, zum Beispiel, weil der Hörschutz unbequem ist oder Einzelne nicht verstanden haben, wie wichtig es ist, ihn zu tragen. Anschließend kann begonnen werden, nach Lösungen zu suchen. Um im Beispiel zu bleiben: Ist der Tragekomfort das Problem, könnten andere Modelle angeschafft werden.

Doch es gibt auch größere Fehler, die sich nicht ganz so leicht beheben lassen. Dazu gehören etwa Maschinen, bei denen Sicherheitsfunktionen außer Kraft gesetzt werden. Die Ursachen dafür sind vielfältig, liegen aber zumeist im Produktionsprozess. Ohne die Unterstützung von Führungskräften ist dieser aber kaum zu ändern. „Dieses Thema anzusprechen ist für Sicherheitsbeauftragte oft nicht so leicht. Hier brauchen sie Mut, Rückgrat und Hartnäckigkeit, damit Vorgesetzte das Problem nicht ignorieren“, meint Prüße. Er rät Betrieben, einen Prozess für den Umgang mit solchen Fehlermeldungen zu schaffen. Der Arbeitsschutzausschuss kann für diese beispielsweise klare Zuständigkeiten festlegen und benennen, wer verantwortlich ist. „Das sendet auch ein deutliches Signal an die Belegschaft: Bei uns werden Hinweise ernst genommen.“

Damit sich eine positive Fehlerkultur etablieren kann, muss sich dann aber auch sichtbar etwas verändern. Sonst sinkt die Bereitschaft rasch wieder, aus Fehlern zu lernen.



ILLUSTRATION: MICHAEL HÜTER



Kulturdialoge: Prävention
dguv.de
Webcode: d1183720



Akute Hilfe für die Psyche

Nach einem tragischen Ereignis brauchen Beschäftigte schnell professionelle Hilfe. Unternehmen können dazu **betriebliche psychologische Erstbetreuerinnen und Erstbetreuer** ausbilden lassen.

VON KATRIN SCHREITER



Text in Leichter Sprache:
aug.dguv.de/leichte-sprache

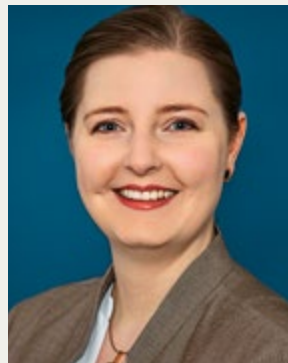
Beschäftigte einer Notaufnahme werden von alkoholisierten Patienten beschimpft und bedroht. Eine Schlosserin muss mit ansehen, wie ein Kollege von einer falsch eingestellten Maschine erfasst und schwer verletzt wird. Dies sind Beispiele möglicher Ereignisse am Arbeitsplatz, die an Beschäftigten nicht spurlos vorbeigehen. Schwere Arbeitsunfälle sowie die Erfahrung von Gewalt können Betroffene wie Umstehende stark belasten und sogar traumatisieren.

Nach einschneidenden Erlebnissen am Arbeitsplatz müssen Unternehmen sofort handeln. „Schnelle Hilfe ist dann wichtig. Denn unmittelbar nach einem traumatischen Ereignis befinden sich viele in einer Schockphase und sind desorientiert“, erklärt Hannah Huxholl, Referentin

„Das Risiko von Gewalttaten ist mit der Gefährdungsbeurteilung zu erfassen“

Im besten Fall müssen Beschäftigte niemals traumatisierende Ereignisse erleben. Unternehmen sollten deshalb unter anderem **Gewalterfahrungen in der Belegschaft vorbeugen**. So ermitteln sie die richtigen Maßnahmen zum Schutz der Beschäftigten.

FOTO: DGUV



Hannah Huxholl
Referat Arbeitsbedingte
Gesundheitsgefahren,
DGUV

Unternehmen sollten Beschäftigte nach einem Arbeitsunfall oder einer Gewalterfahrung nicht allein lassen.

FOTO: GETTY IMAGES/TEMMUZCAN

für arbeitsbedingte Gesundheitsgefahren der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). Das äußere sich unter anderem in Weinen, Wutausbrüchen oder Teilnahmslosigkeit.

Schock erfüllt wichtige Schutzfunktion

Die Schockphase ist eine von drei Phasen, die Personen üblicherweise nach einem Extremereignis durchlaufen. Der Schock erfüllt eine psychologische Schutzfunktion und gilt als gesunde, normale Reaktion. Danach folgen die Phasen der Einwirkung und Erholung. In allen Phasen kann soziale Unterstützung dabei helfen, chronischen Folgen vorzubeugen. „Wenn das traumatische Ereignis nicht gut verarbeitet wird, kann eine Traumafolgestörung entstehen, zum Beispiel eine >

In der Straßenbahn wird eine Kontrolleurin verletzt. Ein Kassierer wird mit vorgehaltener Waffe bedroht: Solche Ereignisse können Beschäftigte traumatisieren. Wie beugen Unternehmen Gewalt am Arbeitsplatz vor?

Wichtig ist vor allem, dass es eine vollständige Gefährdungsbeurteilung gibt. Dafür muss ein Betrieb erfassen, welche möglichen Gefahren für den jeweiligen Arbeitsplatz bestehen. Auch das Risiko von Gewalttaten ist mit der Gefährdungsbeurteilung zu erfassen.

Was folgt dann?

Für alle erfassten Gefährdungen müssen passende Maßnahmen abgeleitet werden. Dabei sollten Unternehmen nach dem TOP-Prinzip vorgehen: technische vor organisatorischen Maßnahmen und diese vor personenbezogenen Maßnahmen.

Was heißt das konkret, zum Beispiel für Beschäftigte an Kassenarbeitsplätzen?

Um hier die Risikofaktoren für einen Überfall zu reduzieren, müssen Unternehmen zunächst technische Maßnahmen ergreifen. Sie können zum Beispiel eine gute Beleuchtung, sichtbare Kameras und Alarmierungsmöglichkeiten installieren.

Organisatorisch sollte sichergestellt werden, dass Beschäftigte stets mindestens zu zweit arbeiten und dass das Bargeld regelmäßig abgeschöpft wird. Darüber hinaus können Betriebe Beschäftigte in Themen wie Überfallprävention oder auch Deeskalation schulen. Dies wären dann personenbezogene Maßnahmen.



Tipps, um Überfällen vorzubeugen:

aug.dguv.de > Suche: Anreize für Überfälle

IMPULSE

So können sich Sicherheitsbeauftragte einbringen:

- 1 Auf eine **Aktualisierung der Gefährdungsbeurteilung** hinwirken: Mit welchen Maßnahmen können solche Ereignisse künftig vermieden werden?
- 2 Bei Führungskräften anregen, Beschäftigte für die **psychologische Erstbetreuung** ausbilden zu lassen
- 3 **Kontaktdaten** von psychologischen Ersthelferinnen und Ersthelfern **bekannt machen**, zum Beispiel öffentlich aushängen
- 4 Über das **Psychotherapeutenverfahren informieren**, etwa Materialien dazu auslegen
- 5 Aufmerksam bleiben und **Warnsignale** ernst nehmen



KLICKTIPPS

Ausbildung von psychologischen Ersthelferinnen und Ersthelfern:

dguv.de/iag

Webcode: d1183971

Informationen zum Psychotherapeutenverfahren:

dguv.de

Webcode: d139696

Die Betriebliche Soziale Arbeit hilft Beschäftigten:

aug.dguv.de > **Suche: Betriebliche Soziale Arbeit**



Beschäftigten mit Kundenkontakt oder an Kassenarbeitsplätzen drohen Gewalterfahrungen. Unternehmen müssen sie davor schützen und ihnen helfen, wenn sie Gewalt erleben.

FOTO: DGUV/WOLFGANG BELLWINKEL

› posttraumatische Belastungsstörung“, sagt Huxholl. Dass ein Extremereignis schlecht verarbeitet wurde, kann auch im Betrieb auffallen: wenn Betroffene beispielsweise ihre Kolleginnen und Kollegen meiden, Schwierigkeiten haben, ihre Arbeit wieder aufzunehmen oder bestimmte Tätigkeiten auszuführen. „Selbst wenn sie äußerlich gefasst wirken, sollte Hilfe angeboten werden. Wenn länger anhaltende Symptome und Beschwerden ignoriert werden, kann das zu erheblichen Konsequenzen führen: von langen Ausfallzeiten bis zur Berufsunfähigkeit.“

Hilfe für unter Schock stehende Beschäftigte

Die betriebliche psychologische Erstbetreuung kann Beschäftigte nach traumatischen Ereignissen unterstützen. Die Ersthelferinnen und Ersthelfer leisten vor Ort emotionalen Beistand und sorgen für psychische Stabilisierung. Sie begleiten die Betroffenen zum Beispiel von der Unfallstelle weg und halten sie von neugierigen Personen fern. Außerdem unterstützen die psychologischen Ersthelferinnen und Ersthelfer bei Formalitäten der ermittelnden Behörden, informieren Angehörige und vermitteln, falls nötig, (betriebs-)ärztliche oder psychotherapeutische Hilfe. Unternehmen können ihren Beschäftigten psychologische Erstbetreuung

entweder durch einen Dienstleister anbieten oder eigene Beschäftigte dazu ausbilden lassen. Die Weiterbildung erfolgt durch Fachleute der Notfallpsychologie und Psychotraumatologie und ist für Unternehmen freiwillig. Sicherheitsbeauftragte können dafür werben.

Gesetzliche Unfallversicherung vermittelt kurzfristig Therapie

Wenn Beschäftigte nach einem traumatischen Ereignis bei der Arbeit psychologische Hilfe benötigen – etwa in Form einer Therapie –, dann greift das sogenannte Psychotherapeutenverfahren der gesetzlichen Unfallversicherung. Betroffene sollten sich schnellstmöglich an einen Durchgangsarzt oder eine Durchgangsärztin wenden, um die notwendige Unterstützung zu erhalten. Die ärztliche Fachkraft leitet dann über den zuständigen Unfallversicherungsträger das Psychotherapeutenverfahren ein. Die Beschäftigten erhalten sehr kurzfristig eine Psychotherapie.

Dieses Angebot der gesetzlichen Unfallversicherung ist im deutschen Gesundheitswesen einzigartig. Damit die Versorgung weiterhin so gut bleibt, wird das Netzwerk sukzessive ausgebaut. In der Pandemie erprobte Instrumente wie die Videotherapie werden dabei fest etabliert. So sind auch Beschäftigte im ländlichen Raum gut versorgt.

GUT FÜR MICH

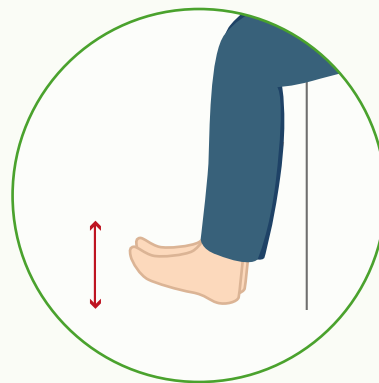
Auf starken Füßen

Das Sprunggelenk ist besonders anfällig für Verletzungen. Die Bänder können schnell überdehnen oder reißen – zum Beispiel, wenn Beschäftigte umknicken oder stolpern. Einfache Übungen machen das **Sprunggelenk widerstandsfähiger**.

VON JULIA FRESE

Ob Beschäftigte im Handwerk, Baugewerbe oder Handel: Wer im Arbeitsalltag viel auf den Beinen ist, braucht widerstandsfähige Fußgelenke. Diese sind nämlich eine Schwachstelle des Körpers. Eine falsche Bewegung und schon sind die Bänder des Gelenks überdehnt oder gar gerissen. Grund dafür ist die Anatomie des Gelenks. Fachleute unterscheiden das obere und untere Sprunggelenk. Das obere ermöglicht, dass wir den Fuß beugen und strecken können, das untere lässt uns den Fußinnenrand eindrehen und heben. Der Fuß ist dadurch sehr beweglich. Allerdings lässt er sich deutlich besser nach innen als nach außen drehen – und neigt deshalb zum Umknicken.

Die gute Nachricht: Mit gezieltem Training lässt sich das Verletzungsrisiko erheblich mindern. Elastische und gut durchblutete Bänder sind weniger anfällig. Deshalb sollten sie regelmäßig bewegt und gedehnt werden. Zum Beispiel mit diesen vier Übungen.



1 BEWEGLICHKEIT – SCHAUKELN Aufrechte Sitzposition einnehmen. Die Sprunggelenke befinden sich unter den Knien. Nun mit den Füßen wippen, sodass abwechselnd Fersen und Zehenspitzen zehnmal den Boden berühren.

GRAFIK: RAUFELD

2 BEWEGLICHKEIT – FUSSKREISEN Sitzposition beibehalten und die Füße leicht anheben, sodass sie knapp über dem Boden schweben. Nun die Füße langsam kreisen lassen. Nach zehn Umdrehungen die Richtung wechseln.



3 KRÄFTIGUNG – ZEHENSTAND In den Stand wechseln. Die Füße stehen hüftbreit auseinander. Nun langsam die Fersen in die Luft stemmen, bis Sie auf den Zehen stehen. Die Position fünf Sekunden halten. Dann die Fersen ebenso langsam wieder absenken. Fünfmal wiederholen.



4 STABILITÄT – EINBEINSTAND Aufrecht und locker stehen. Die Knie sind leicht gebeugt. Ein Bein leicht anheben und eine halbe Minute lang halten. Dann auf das andere Bein wechseln. Sollte Ihnen die Übung schwerfallen, halten Sie sich an einer Stuhllehne fest.

Für noch mehr Bewegung:
aug.dguv.de/mitmachen >
**Übungen für den aktiven
 Ausgleich**



Text in Leichter Sprache:
aug.dguv.de/leichte-sprache

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.



Weil in unserem Unternehmen fünf Menschen mit Schwerbehinderung arbeiten, wurde eine Schwerbehindertenvertretung gewählt. Nun verlässt einer der Beschäftigten den Betrieb. Endet damit auch die Amtszeit der Schwerbehindertenvertretung automatisch?

Dem ist nicht so. Zwar wird eine Schwerbehindertenvertretung (SBV) nur dann gewählt, wenn mindestens fünf Personen mit Schwerbehinderung im Betrieb beschäftigt sind. Die vierjährige Amtszeit bleibt bei Änderungen diesbezüglich aber unangetastet. Zur Erklärung: Die SBV setzt sich für Inklusion und Teilhabe ein und vertritt die Interessen der Beschäftigten mit Schwerbehinderung. Auch ist sie bei Stellenbesetzungsverfahren beteiligt und berät und unterstützt in vielfältiger Weise. Vor diesem Hintergrund erklärt es sich, dass die SBV während der gewählten Amtszeit weiterhin tätig bleibt, auch wenn die Zahl der Mitarbeitenden mit Schwerbehinderung unter fünf sinkt. Das Bundesarbeitsgericht stärkt die Arbeit der SBV durch sein Urteil (BAG 19.10.2022 – 7 ABR 27/21 – BAG Pressemitteilung).

Alexandra Rothenbücher

Gesamtschwerbehindertenvertretung der DGUV

Ist es richtig, dass Personen bei der Reanimation nicht länger beatmet werden sollen? Eine Herzdruckmassage soll ausreichen, hörte ich.

Nein. Sind bei einer Person, etwa nach einem Unfall, Bewusstsein, Atmung und Kreislauf ausgefallen, ist nach den aktuell gültigen GRC-Guidelines auch weiterhin die Herz-Lungen-Wiederbelebung vorgesehen. Dazu sind jeweils 30 Herzdruckmassagen im Wechsel mit je zwei Atemspenden durchzuführen. Es liegt im Ermessen der Ersthelfenden, unter Umständen zu ihrem Eigenschutz auf die Beatmung zu verzichten – etwa weil sie keine Corona-Infektion riskieren wollen. Grundsätzlich ist bei Kindern, die wiederbelebt werden müssen, die Atemspende noch wichtiger als beim Erwachsenen. Ausführlichere Informationen sind in der DGUV Information 204-007 „Handbuch zur Ersten Hilfe“ dargestellt.

Dr. Isabella Marx

Leiterin des Fachbereiches Erste Hilfe der DGUV

In unserem metallverarbeitenden Betrieb gibt es einen Mitarbeiter, der oft keine Sicherheitsschuhe trägt. Was kann ich als Sibe machen?

Sie sollten das Gespräch mit dem Mitarbeiter suchen und ihn fragen, warum er keine Sicherheitsschuhe trägt. So können Sie erläutern, weshalb diese an bestimmten Arbeitsplätzen getragen werden müssen. Wenn der Mitarbeiter schlüssige Argumente gegen die Schuhe hat – etwa dass sie nicht richtig passen oder die Füße nach vier Stunden schmerzen –, sollten Sie die Person kontaktieren, die die Schuhe beschafft. Vielleicht gibt es bequemere Alternativen. Falls der Mitarbeiter einfach nur keine Sicherheitsschuhe tragen möchte und auf Ihre kollegialen Sicherheitshinweise nicht reagiert, können Sie seinen Vorgesetzten oder seine Vorgesetzte bitten, das Problem zu lösen. Vorab sollten Sie den Mitarbeiter über dieses Vorhaben informieren. Falls regelmäßig mehrere Mitarbeitende die vorgegebenen Sicherheitsschuhe nicht tragen, wäre eine anlassbezogene Unterweisung empfehlenswert. Diesen Vorschlag können Sibe mit den zuständigen Vorgesetzten und/oder der Fachkraft für Arbeitssicherheit besprechen.

Gerhard Kuntzemann

BGHM, Leiter Sachgebiet Sicherheitsbeauftragte der DGUV

☞ Sie haben selbst eine Frage?

Dann schicken Sie uns diese gerne an: redaktion-aug@dguv.de

So gesehen – Plakatkampagne 2023



Bestell-Nr. P001_2023



Bestell-Nr. P002_2023



Bestell-Nr. P003_2023



Bestell-Nr. P004_2023



Bestell-Nr. P005_2023



Bestell-Nr. P006_2023



Bestell-Nr. P007_2023



Bestell-Nr. P008_2023



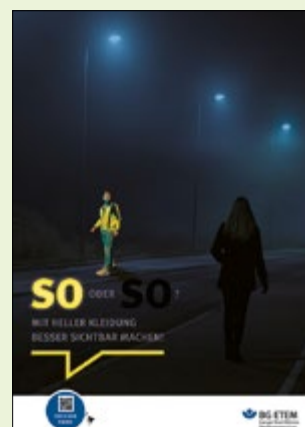
Bestell-Nr. P009_2023



Bestell-Nr. P010_2023



Bestell-Nr. P011_2023



Bestell-Nr. P012_2023



Jetzt bestellen! Die neuen Plakate können Mitgliedsbetriebe kostenlos anfordern:

bgetem.de, Webcode: M22450289



QUIZ

Fakten rund um *diese Ausgabe*

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



1 Was verursacht UV-Strahlung auf der Haut keinesfalls?

- a › tiefe Falten
- b › dunkle Leberflecken
- c › hellen Hautkrebs
- d › straffes Gesäß

3 Welches Format ermöglicht es, sich im Internet weiterzubilden?

- a › E-Searching
- b › E-Knowing
- c › E-Learning
- d › E-Doing

5 Wodurch wird ein offenes Gespräch über Fehler ver- oder behindert?

- a › sachliche Fragen
- b › schnelle Bewertung
- c › ruhige Atmosphäre
- d › gutes Zuhören

2 Womit schützen sich Beschäftigte wohl kaum vor Schimmelpilzen?

- a › Weihrauch und Knoblauch
- b › Schutzmaske
- c › Handschuhe
- d › Schutzbrille

4 Was gehört nicht in einen kleinen Verbandkasten für Unternehmen?

- a › Blutkonserve
- b › Augenkompressen
- c › Feuchttücher
- d › Fingerverband

6 Warum ist es wichtig, sein Fußgelenk regelmäßig zu dehnen?

- a › steigert das Sehvermögen
- b › verhindert Fußpilz
- c › fördert das Wachstum
- d › beugt Verletzungen vor

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. Bitte geben Sie im Betreff „Quiz Arbeit & Gesundheit 2/2023“ an. Nach der Gewinnermittlung werden die Gewinnerinnen und Gewinner per E-Mail gebeten, ihren Namen und ihre Anschrift mitzuteilen.

TEILNAHMESCHLUSS: 28. APRIL 2023

Lösung aus Heft Nr. 1/23: 1b, 2a, 3d, 4c, 5b, 6b



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; unseren Datenschutzbeauftragten erreichen Sie über datenschutzbeauftragter@dguv.de. Alle weiteren Datenschutzhinweise finden Sie unter aug.dguv.de/datenschutz.

Finde den Fehler!

FOTO: GETTY IMAGES/GOLERO



In einer Produktionshalle sollten Beschäftigte regelmäßig im sicheren Umgang mit ihren Arbeitsmitteln unterwiesen werden. Welches Thema sollte in diesem Betrieb besprochen werden?

Im Suchbild der vorherigen Ausgabe blickte ein E-Scooter-Fahrer auf sein Smartphone statt auf die Fahrbahn. Solche Unachtsamkeit führt im Straßenverkehr schnell zu Unfällen.

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



DAMIT DEIN JOB KEIN TRAUM BLEIBT:

**WIR UNTERSTÜTZEN
DICH NACH EINEM
ARBEITSUNFALL.**

SPORT IN DER REHA HILFT.



DEIN START. UNSER ZIEL.



Dein Start:
dguv.de/deinstart-unserziel

