

impuls

Ausgabe 06 / 2021



Sechs mal sicher unterwegs

Tipps für die Sicherheit auf dem Arbeitsweg – nicht nur im Winter
Seite 2



Bäh! Ekel-Alarm am Arbeitsplatz

Wo sich in der alltäglichen Arbeitswelt fiese Bakterien und Viren tummeln
Seite 4

... die Zeitung für alle Beschäftigten

Auf einen Klick



Mitte November startet Verkehrssicherheitswoche

Die BG ETEM ist auch über die sozialen Netzwerke zu erreichen. Auf Facebook, Instagram und Twitter besteht die Möglichkeit, sich mit anderen Betrieben über Sicherheitsthemen auszutauschen und Fragen zu stellen. Mitte November startet auf allen Kanälen eine Verkehrssicherheitswoche mit hilfreichen Infos. Diese läuft ebenfalls auf profi.bgetem.de.

[facebook.com/BGETEM](https://www.facebook.com/BGETEM)
[instagram.com/bg_etem](https://www.instagram.com/bg_etem)
twitter.com/bg_etem



Gar nichts zu tun geht gar nicht

Erste Hilfe kann Leben retten – selbst wenn man glaubt, nicht ganz fit in dem Thema zu sein

Der Mann vor ihm auf dem Bürgersteig hatte plötzlich einen komischen Gang und fiel urplötzlich einfach um. Pedro P. (28) war nach wenigen Schritten bei ihm und kniete sich zu dem Unbekannten hinab. Dessen Wange war blutig von dem Sturz, er reagierte nicht auf Ansprache. Hilfesuchend schaute Pedro sich um. Doch so früh am Morgen, auf dem Weg zur Arbeit, schienen sie die einzigen Passanten in der ruhigen Anliegerstraße zu sein. Er rief laut um Hilfe und sah, dass das Gesicht des Gestürzten bereits blau anlief. Dann tat Pedro das einzig Richtige: Er nahm sein Handy aus der Jackentasche, wählte die 112 und gab in wenigen Sekunden seinen Standort durch und was passiert war. Dann aktivierte er den Lautsprecher seines Telefons und legte es auf den Bürgersteig. Schnell platzierte Pedro im Anschluss den Bal-

len seiner rechten Hand auf die Brustmitte des Fremden, legte seine Linke darüber und begann sofort damit, kräftig und regelmäßig zu drücken. Dunkel erinnerte er sich an eine Faustregel aus seinem Erste-Hilfe-Kurs, den er für den Führerschein zu absolvieren hatte: Der Takt des Oldies „Stayin' Alive“ der Bee Gees sei ideal für eine Herzdruckmassage. Und so presste er, das Lied im Kopf, immer wieder auf die Brust des Mannes vor ihm: „Ah, ha, ha, ha, Stayin' Alive“.

Keine Angst vor Fehlern. Als der Krankenwagen mit dem stabilisierten Mann die Straße verließ, machte sich stolz in Pedro breit. Ganz intuitiv hatte er richtig gehandelt. Und das war auch gut so: Wäre er achlos an dem Herzpatienten vorbeigegangen, hätte er Probleme bekommen, denn unterlassene Hilfeleistung ist strafbar. Doch wer als Erst-

helfer die ihm bestmögliche Hilfe geleistet hat oder so handelte, wie er es in der Erste-Hilfe-Ausbildung gelernt hat und es für ihn nach bestem Wissen erforderlich schien, braucht keine haftungsrechtlichen Konsequenzen zu fürchten, wenn die Bemühungen nicht erfolgreich waren.

Anrufen kann jeder. Das Mindeste um anderen zu helfen, ist das Wählen des Notrufs. So gut wie jeder führt stets ein Handy mit sich, die 112 ist schnell gewählt. Dabei immer zuerst den Ort des Geschehens nennen, damit sich die Retter bereits auf den Weg machen können. Anschließend bleibt genügend Zeit zu erzählen, was passiert ist. Die Profis am anderen Ende leiten durch das Gespräch. Ganz wichtig: Für eventuelle Rückfragen in der Leitung bleiben und nie selbstständig auflegen. Immer war-

ten, bis die Leitstelle von sich aus das Gespräch beendet. Wir halten fest: Atmet ein Verunfallter nicht, läuft blau an oder hat keinen Puls: Herzdruckmassage ausführen. Ist die Person jedoch nur bewusstlos und atmet selbstständig, sollte sie in die stabile Seitenlage gebracht werden. So bleiben die Atemwege frei, Erbrochenes oder Blut können frei ablaufen. Mit diesen zwei Maßnahmen hat man bereits die grundlegendsten Erste-Hilfe-Regeln parat.

Unterm Strich

Mehr zur stabilen Seitenlage und vielen anderen Aspekten der Ersten Hilfe bietet diese Mediensammlung der BG ETEM:

medien.bgetem.de
Webcode: M19464705

Grippeschutz tut Not

Impfung gegen die jährliche Influenza ist wichtiger denn je

Die klassische Grippe ist eine ernste Erkrankung, die nicht mit einer Erkältung zu verwechseln ist. Daher ist eine Schutzimpfung vor dem Hintergrund der noch nicht überstandenen Coronapandemie besonders wichtig. Denn: Die Grippewelle 2020/21 ist weltweit ausgefallen – die Coronavirus-Schutzmaßnahmen haben auch die Influenzaviren erfolgreich eingedämmt. Dadurch könnte unser Immunsystem in diesem Winter jedoch weniger gut auf die dann zirkulierenden Influenzaviren vorbereitet sein. Menschen ab 60 Jahren, solche mit erhöhtem Gesundheitsrisiko, Schwangere und chronisch Kranke aller Altersgruppen sind daher

aufgerufen, sich im November oder in der ersten Dezemberhälfte gegen Grippe impfen lassen. Dies gilt zudem für medizinisches und pflegerisches Personal. Die Wirksamkeit einer Gripeschutzimpfung kann bei älteren Menschen geringer ausfallen. Um dieser Personengruppe einen besseren Schutz vor einer Grippeinfektion und möglichen Komplikationen zu bieten, wurde für sie ein Hochdosis-Grippeimpfstoff entwickelt. Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt diesen Impfstoff allen Menschen ab 60 Jahren. Wichtig zu wissen ist auch, dass eine zeitgleiche Impfung gegen Grippe und COVID-19 möglich ist.

★ Plakate des Monats



Plakat Nr. 8/2021
Bestellen unter www.bgetem.de / Stichwort: Plakate 2021



Plakat Nr. 12/2021

& Kurz und kompakt

Mit Online-Tool den Bremsweg berechnen



Um Unfälle zu vermeiden, können jeder Meter und jede Sekunde entscheidend sein. Es kommt auf den Bremsweg an. Die Aktion „Runter vom Gas“ des Deutschen Verkehrssicherheitsrats bietet auf ihrer Website einen Bremswegrechner, der unter Angabe der Geschwindigkeit und der Wetterverhältnisse in einer grafischen Simulation den annähernden Bremsweg eines Pkws berechnet.

runtervomgas.de

Sicher oben bleiben: Napo will hoch hinaus



Napo ist ein etwas unglücklicher Held: Sicheres Verhalten liegt ihm nicht gerade im Blut und die verwirrenden Anweisungen seines Chefs tun ein Übriges, ihn weiter zu verunsichern. In diesem Film will (oder muss) Napo hoch hinaus. Gezeigt wird eine Vielzahl von Situationen, bei denen in der Höhe gearbeitet wird. Und am Ende hat Napo gelernt, wie er sich verhalten muss, um unfallfrei zu bleiben.

dguv.de
Webcode: d1182678

Rentenansprüche nach Arbeitsunfällen einfach erklärt



Nach einem Arbeits- oder Wegeunfall oder als Folge einer Berufskrankheit hat die versicherte Person unter Umständen Anspruch auf eine Rente. Die Entscheidung darüber treffen Berufsgenossenschaften und Unfallkassen. Aber wie funktioniert das? Und welche Rechte haben Versicherte? Diese und weitere Fragen beantwortet leicht verständlich ein Erklärvideo der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV).

dguv.de
Webcode d1182568

Sudoku-Lösung von Seite 4

8	1	7	2	3	9	4	6	5
6	9	3	1	4	5	8	7	2
5	4	2	8	6	7	9	3	1
4	6	9	7	1	8	2	5	3
3	7	5	9	2	4	6	1	8
1	2	8	6	5	3	7	4	9
9	3	6	5	7	2	1	8	4
7	8	4	3	9	1	5	2	6
2	5	1	4	8	6	3	9	7



Schlechte Sicht
Bei einer Sicht unter 50 Metern (entspricht dem Abstand zwischen zwei Leitpfosten) maximal 50 km/h fahren.

Das wird teuer
Wer das Bilden einer Rettungsgasse missachtet, muss zwischen 200 und 320 Euro Strafe zahlen.

Sechs Mal sicher unterwegs

Wer arbeiten geht, muss auf die Straße. Selbst als Fußgänger nimmt man am Verkehr teil. Hier sind sechs Tipps zum Thema, die Sie nicht nur im Winter im Hinterkopf haben sollten.

1 Schlechte Witterung wittern
Aufs Auto zu verzichten, ist häufig keine Option. Personen, die beruflich pendeln müssen, sind in der Regel auf ihr Fahrzeug angewiesen. Auch bei Dienstreisen ist es oft erste Wahl. Wer sich an ein paar Regeln hält, kann das Unfallrisiko deutlich minimieren. Unerlässlich sind in jedem Fall Winter- oder Ganzjahresreifen mit ausreichender Profiltiefe. Sie sind bei winterlichen Straßenverhältnissen ohnehin gesetzlich vorgeschrieben. Bei Glätte hilft es zudem, niedertourig zu fahren, also in hohen Gängen mit möglichst geringer Motordrehzahl. Das gilt auch fürs Anfahren: Im zweiten Gang behutsam Gas zu geben, lässt Reifen seltener durchdrehen. Generell sollten sowohl das Gas- als auch das Bremspedal in der kalten Jahreszeit stets mit Bedacht betätigt werden. In Deutschland ist bei einer Sichtweite von weniger als 50 Metern eine Maximalgeschwindigkeit von 50 Stundenkilometern vorgeschrieben – etwa bei Nebel. Auch für viele andere Situationen sollte man ein Gespür dafür entwickeln, sein Fahrverhalten den Straßen- und Sichtverhältnissen anzupassen. Zum Beispiel auf nassen oder laubbedeckten Straßen.

Am 21. Dezember beginnt der Winter. Doch bereits vorher und noch nachher können winterliche Verhältnisse auf den Straßen herrschen. Höchste Zeit also, sein Auto für den täglichen Pendlerweg zur Arbeit fit zu machen. Der Zeitaufwand dafür ist gering, das Plus an Sicherheit dagegen riesengroß.

Ohne Strom nix los. Wenn die Batterie schwächelt, tut sie das fast immer morgens, während man dringend los muss. Stress ist dann vorprogrammiert. Dabei gibt der Akku meist vorab dezente Hinweise, dass er über die Jahre etwas „müde“ geworden ist. Wenn Sie schon bei leichter Kälte um den Gefrierpunkt merken, dass der Anlasser kurz „stockt“ beziehungsweise für ein, zwei Sekunden etwas unwillig dreht, sollte die Batterie schnellstens überprüft oder gar ausgetauscht werden. Eine moderne Autobatterie hält zwischen fünf und sieben Jahren. Sollte Ihr Auto also dieses Alter erreicht haben, ist das ein weiteres Indiz. Allerdings muss sie nicht gleich defekt sein. Häufige Kurzstrecken im Winter, auf denen außerdem viele Verbraucher wie Sitzheizung, Gebläse, Radio und so weiter laufen, können den Akku schlicht leeren. Dann hilft ein Aufladen in der



Bild: petair/stock.adobe.com

oder Reifglätte“ (StVO) mit Sommerreifen erwisch wird, zahlt 60 Euro und kassiert einen Punkt in Flensburg.

Lichte Momente. Die meisten Pendlerfahrten im Winter finden in der Dunkelheit statt. Aber wann haben Sie zuletzt alle Lichter am Auto überprüft? Und selbst wenn alle noch leuchten, könnten die Scheinwerfer verstellt sein. Viele Werkstätten und technische Prüforganisationen wie Dekra, TÜV oder GTÜ bieten in diesen Wochen kostenlose Lichttests an.

Schutz vor Frost. Wenn die Salzkruste auf der Windschutzscheibe die Sicht versperrt, fällt meistens auf: Das Wischwasser hat noch keinen Frostschutz spendiert bekommen. Sorgen Sie vor, bevor Sie auf dem Arbeitsweg plötzlich „blind“ werden und anhalten müssen. Genauso wichtig ist es, die Wischerblätter zu überprüfen. Sind diese beschädigt oder gar ausgefranst, hilft selbst das beste Wischwasser nicht mehr. Und noch ein Profitipp: Fahren Sie im Winter immer eine Decke im Kofferraum spazieren. Sollten Sie durch einen technischen Defekt oder einen Stau einmal im Auto „gefangen“ sein, werden Sie sich sehr darüber freuen.

Beim Pendeln kalt erwischt

Nur ein paar Dinge überprüfen und schon können Autofahrer dem Winter gelassen entgegnen

Werkstatt und kurzfristig vor Ort ein Starthilfekabel. Doch Vorsicht: Beim Überbrücken immer erst das rote Kabel an beide Pluspole setzen und dann erst mit dem schwarzen Kabel beide Minuspole verbinden.

Elastische Reifen. Winter- und Ganzjahresreifen sind bei niedrigen Temperaturen elastischer und geben mehr Haftung. Vier Millimeter Profil sollten das Mindeste sein. Und wer bei „Glätteis, Schneeglätte, Schneematsch, Eis-



Echte Leuchten leuchten

Als Fußgänger oder Zweiradfahrer in der Dunkelheit Warnwesten und/oder Reflektoren an der Kleidung tragen.

2 Diese Taten sind jetzt teuer

Der Bußgeldkatalog wurde vor wenigen Wochen überarbeitet und hält einige Neuregelungen für Verkehrssünder bereit. Ein „allgemeiner Halt- und Parkverstoß“ – oder umgangssprachlich ein „normales Knöllchen“ – kostet nun 55 statt 15 Euro. Wer hingegen besonders gefährlich parkt, etwa auf einem Radweg, muss gleich 110 Euro befragen. Mal eben mit dem eigenen Benziner oder Diesel auf einem Parkplatz für Carsharing- oder E-Autos parken? Das sollte man besser lassen, denn dann werden 55 Euro Strafe fällig. Und wer mit seinem Auto einen Radweg nutzt, darf satte 100 statt 25 Euro Bußgeld aus der Tasche ziehen. An der Ampel heißt es jetzt aufatmen für Radler oder andere Zweiradfahrer, denn: LKW-Fahrer müssen nun beim Rechtsabbiegen innerorts Schrittgeschwindigkeit fahren, ansonsten kostet das 70 Euro Strafe. Richtig teuer wird es in der Rettungsgasse: Wer sich nicht an der Bildung einer solchen beteiligt oder sogar ganz dreist selbst hindurchfährt (das gilt auch für Motorräder), muss nun zwischen 200 und 320 Euro bezahlen. Zudem drohen ein Monat Fahrverbot plus zwei Punkte in Flensburg.

3 Aber bitte mit Abstand

Obwohl bereits seit anderthalb Jahren in Kraft, haben viele Verkehrsteilnehmer die neuen Abstandsregelungen noch nicht verinnerlicht. Oder sie halten sich schlicht kaum daran. Dabei ist die neue Regel klar: Kraftfahrer, die Radler, Fußgänger oder E-Scooter-Fahrer überholen, müssen dabei einen Mindestabstand von 1,50 Metern (innerorts) beziehungsweise zwei Metern (außerorts) einhalten. Wird dies nicht eingehalten, drohen – je nachdem, ob jemand geschädigt wurde – Bußgelder von 30 Euro bis 100 Euro plus ein Punkt.

4 Sicher mit dem Scooter

Selbst wenn viele die Nase darüber rümpfen: E-Scooter sind als schnelles Transportmittel für Kurzstrecken sehr beliebt. Allein: Viele Nutzer kennen sich nicht wirklich damit aus. Vor allem dann, wenn sie nur ab und an einen Scooter leihen. Davon abgesehen, dass sie immer nur mit Helm genutzt werden sollten, bieten die E-Flitzer gerade bei Bremsvorgängen ein hohes Verletzungsrisiko für Ungeübte. Solange keine Notsituation eintritt, kommt man mit der Hinterradbremse gut zurecht.

Viele nutzen auch nur diese, da sie bei starkem Betätigen der Vorderradbremse befürchten, dass der Scooter hinten abhebt. Darum gilt: Übung macht den Meister. Auf ebener und nicht rutschiger Fläche können Bremsmanöver trainiert werden. Dabei die Vorderbremse Schritt für Schritt immer kräftiger betätigen und sich so an den maximalen Bremspunkt herantasten. Profis arbeiten dabei mit Straßenkreide oder anderen Markierungen, um den Bremsweg abzumessen.

5 Mit dem Fahrrad durch den Frost

Viele Pendler möchten auch im Winter ihren Arbeitsweg mit dem Rad zurücklegen. Dagegen ist nichts einzuwenden, solange einige wichtige Dinge beachtet werden. Punkt eins – das dürfte klar sein – ist die angepasste Geschwindigkeit. Gerade bei Frost lauern auch ohne Schnee, etwa auf Schmutz oder Blättern, starke Rutschgefahren. Daher sollte auch die Bremsanlage bestens aufgestellt sein und nochmals überprüft werden. Außerdem dreht sich für Radler im Winter alles ums „Sehen und gesehen werden“, womit freilich kein Schaulaufen gemeint ist. Alles was sichtbar macht, hilft

Unfälle zu vermeiden. Sind alle vorgeschriebenen Reflektoren an ihrem Platz und sauber? Sind die Scheinwerfer in Ordnung? Sind Warnwesten und reflektierende Bänder für die Beine im Einsatz? Und besitzt der Fahrradhelm eine Beleuchtung oder reflektierende Eigenschaften?

6 Die Folgen im Film verfolgen

BG ETEM RiskBuster Holger Schumacher hat schon zahlreiche Experimente zum Thema Verkehrssicherheit gemacht und damit gezeigt, wie schnell es zu einem Unfall kommen kann. Oft wurde darin allerdings „nur“ gezeigt, wie etwas passieren kann, aber nicht die Folgen. In einem neuen Video schaut Schumacher sich an, welche konkreten Auswirkungen solche Unfälle haben können. Wer das sieht, fährt künftig automatisch vorsichtiger.

Unterm Strich

Das RiskBuster-Video „Welchen Impact haben Verkehrsunfälle tatsächlich?“ findet sich unter:

[profi.bgetem.de](https://www.profi.bgetem.de)

Neue Jugendaktion für Rücksicht auf der Straße

„Rücksicht – Ich bin dabei“ heißt die neue Jugendaktion des Deutschen Verkehrssicherheitsrats (DVR) gemeinsam mit den Unfallkassen und Berufsgenossenschaften. Sie richtet sich an Schülerinnen und Schüler ab der siebten Klasse. Verschiedene digitale Medien für den Schulunterricht sollen sie über Gefährdungen auf Schulwegen aufklären und für ein umsichtiges und rücksichtsvolles Verhalten im Straßenverkehr sensibilisieren.

Preise für Vlogs. Alle Medien der Jugendaktion sind erstmalig ausschließlich digital verfügbar und können kostenlos heruntergeladen werden. Neben Tipps und Ideen für die Einbindung des Themas Rücksichtnahme in den Schulunterricht, stehen Fotostories und Hintergrundinfos zur Verfügung. Zudem können sich Schulklassen wieder an einem Wettbewerb beteiligen. Die Instagram- und Facebook-Kanäle @jugendaktionen begleiten die Aktion

ein ganzes Jahr lang. Schulklassen und Projektgruppen, die sich intensiv mit dem Aktionsthema auseinandersetzen, können zudem an einem Wettbewerb teilnehmen. Aufgabe ist es, einen Video-Blog (Vlog) zum Thema zu erstellen. Dabei gibt es die Chance 200 bis 500 Euro zu gewinnen.

[ruecksicht-ichbindabei.de](https://www.ruecksicht-ichbindabei.de)



Lasten bewegen: Wie viel können Sie vertragen?

Jeder sechste Unfall passiert beim Transport von Lasten. Durch eine falsche Haltung, hastige Bewegungen und den Verzicht auf Hilfsmittel wird Gesundheit verspielt. Das Wissen, wie man richtig hebt und trägt, wird oft als selbstverständlich vorausgesetzt. Nicht nur Berufsanfänger fehlt das Rüstzeug, sich vor Verletzungen zu schützen. Selbst erfahrene Beschäftigte sind häufig in folgenschwere Unfälle oder Erkrankungen verwickelt. Dabei helfen Tipps zum richtigen Heben und Tragen: Die kurz gefassten, praktischen Hinweise gehen auf unterschiedliche Transportsituationen im Betrieb ein und informieren über die richtige Körperhaltung und den Umgang mit Hilfsmitteln. Die gesamte Broschüre kann hier heruntergeladen oder in der gedruckten Variante bestellt werden:

[medien.bgetem.de](https://www.medien.bgetem.de)
Webcode M18466295

Leser schlagen Alarm



Man möchte weder wissen, wie der Kollege auf das schmale Gesims hinauf gekommen ist, noch wie er auf das schmale Brett kam, es ohne PSA zu tun. Ein falscher Schritt und der Arbeitstag endet auf dem Dach einer Luxuslimousine – mit anschließender Fahrt ins Hospital.

Sie haben ähnlich gefährliche Situationen beobachtet? Senden Sie uns Ihr Foto per Mail an impuls@bgetem.de



Bäh! Ekel-Alarm am Arbeitsplatz

Vorsicht: An diesen Stellen lauern Bakterien und Viren am häufigsten

Man könnte meinen, dass die Coronapandemie fast alle zu hygienischen Menschen gemacht hat. Bis man dann wieder regelmäßig an den Arbeitsplatz zurückkehrt und bemerkt, dass sich nicht wirklich etwas am Reinlichkeitsverhalten der Kollegen geändert hat. Egal ob Corona, die Grippe oder einfach nur eine heftige Magen-Darm-Infektion: Es gibt jede Menge Krankheitserreger, die an verschiedenen Stellen am Arbeitsplatz lauern. Mit dem folgenden Tipps können Sie diese künftig vermeiden – oder gezielt entfernen.

Tastaturen und Mäuse. Wenig überraschend: Die Eingabegeräte der Computer sind eine wahre Brutstätte für Keime. Erst recht, wenn sie gemeinsam genutzt werden. Speisereste, Hautschuppen und Schweiß werden täglich zu dem Biofilm hinzugefügt. Regelmäßiges Säubern ist absolut angebracht, dazu bei einer Tastatur zunächst den groben Dreck herausklopfen und anschließend mit einem Hygienereiniger vorsichtig abwischen. Letzteres gilt ebenso für Mäuse.

Die Mikrowelle. Mahlzeit! Nanu, hat sich die Kollegin schon wieder Lasagne aufgewärmt? Oder hängen da etwa noch die Tomatensoße-Reste der letzten Wo-

che in den Ecken der Mikrowelle? Wahrscheinlich ist letzteres der Fall. Von den über Monate und Jahre angefassten Bedienungsknöpfen und Griffen ganz zu schweigen. Tun Sie sich und den Kollegen etwas Gutes, und wischen Sie die Innenseiten sowie Griffe und Tasten regelmäßig mit Essigreiniger ab.

Der Drucker. Oft stehen sie in größeren Büros: Wahre Monsterdrucker, die jeder nutzt. Und genauso tippt jeder auf deren Touchpads herum oder stützt sich auf die schön warme Oberfläche des Papierspenders. Sie bekommen eine Ahnung: viele Hände, Keime, Wärme ... Mit speziellen Reinigungstüchern für IT-Geräte oder einem Haushaltsreiniger, der die Plastikoberfläche nicht angreift, ist schnell wieder für eine saubere Bedienung des Druckes gesorgt.

Die Toilette. Natürlich decken Sie den Toilettensitz vor Ihrem Geschäft ab oder wischen mit einem Reinigungstuch darüber – dabei ist die „Brille“ gar nicht der schmutzigste Ort im stillen Örtchen. Viel übler sind Wasserhähne oder Türklinken. Das haben leider auch nicht immer alle Reinigungskräfte auf dem Schirm. Wer sich also die Hände wäscht und danach den Wasserhahn abdreht sowie die Tür öffnet, kann

sich eigentlich sofort wieder die Hände waschen. Die Lösung: Mit dem Einmal-Papiertuch nach dem Abtrocknen der Hände den Hahn zudrehen und die Tür öffnen.

Die Kaffeemaschine. Das wohl meistfrequentierte technische Gerät in jedem Büro. Und Sie ahnen es bereits: Griffe und Tasten. Doch das ist nicht alles. Laut Studien befindet sich in jeder zweiten Kaffeemaschine Schimmel. Wen wundert es, denn Hand aufs Herz: Haben Sie jemals die Kaffeemaschine im Büro entkalkt und gereinigt? Das sollte nun schleunigst passieren. Am Besten mit Essigreiniger. Eine Wasserladung mit dem Reiniger durchlaufen lassen und die Maschine von außen damit abwaschen.

Der Kühlschrank. Halb geleerte Joghurts, vergessene Tupperwaren mit Essensresten, die offene, halbleere Flasche Sekt vom letzten Geburtstag: Kühlschränke am Arbeitsplatz bergen aus mikrobiologischer Sicht ganze Universen an Lebewesen. Achten Sie darauf, regelmäßig ihre Hinterlassenschaften darin aufzuräumen und entwerfen Sie lieber gleich gemeinsam mit Kollegen einen Reinigungsplan, sodass jeder den Putzlappen schwingt.

Gut zu wissen

Wenn Lärm das Hören zerstört

Gehörschäden vorbeugen: Ein BG ETEM Tipp informiert kurz und knapp zu den Themen Lärmschwerhörigkeit sowie Lärm am Arbeitsplatz und in der Frei-



Bild: Alexander Kuffner

zeit. Aber auch über Gehörschutzmittel und ihre Anwendung, verschiedene Geräuschquellen sowie Lärmpegel wird umfassend informiert. Lärmschwerhörigkeit ist kein Schicksal, das in Kauf genommen werden muss. Richtig angewendete PSA schützt das Gehör zuverlässig.

medien.bgetem.de
Webcode: M18199700

Impressum

Herausgeber und Redaktion:
Berufsgenossenschaft Energie Textil
Elektro Medienerzeugnisse
50941 Köln, Postfach 51 05 80
Telefon: 0221 3778-0
Internet: www.bgetem.de
E-Mail: impuls@bgetem.de
Verantwortlich für den Inhalt:
Johannes Tichi,
Vorsitzender der Geschäftsführung
Redaktion: Corinna Kowald
Konzept/Layout:
Creative DuMont Rheinland GmbH
Druck: Grafischer Betrieb
HENKE GmbH, Brühl
Erscheinungsweise sechsmal jährlich

Leserservice
Adress- oder Stückzahländerungen an:
leserservice@bgetem.de

Hätten Sie es gewusst?

Wie gut sind Ihre Kenntnisse der Ersten Hilfe? Testen Sie sich! Die Lösungen stehen unten rechts.



1. Wie lautet die europaweit gültige Notruf-Nummer?
- 0112
 - 911
 - 112
 - 999



4. Was ist die richtige Maßnahme bei einem Schock?
- Die Person warmhalten.
 - Die Person mit leicht erhöhten Beinen lagern.
 - Der Person viel Wasser zu trinken geben.



2. Bewusstlose Personen, die selbstständig atmen können, müssen in die stabile Seitenlage gebracht werden, weil ...
- ... sie es so bequemer haben.
 - ... so eventuelles Blut oder Erbrochenes abfließen können und die Person nicht daran erstickt.
 - ... diese Position perfekt für die Herzdruckmassage ist.



5. Wie helfe ich, Nasenbluten zu stoppen?
- Kopf in den Nacken legen, ruhig durch den Mund atmen.
 - Den Kopf leicht vornüber beugen, Nasenflügel kurzzeitig zusammendrücken, kalter Umschlag in den Nacken.
 - Nasenspülung mit warmem Salzwasser



3. Welches Musikstück soll man in Gedanken bei einer Herzdruckmassage mitsingen und in dessen Takt auf die Brust der Person drücken?
- „Für Elise“ von Beethoven
 - „My Heart Will Go On“ von Celine Dion
 - „Stayin' Alive“ von den Bee Gees



6. Was sind die typischen Symptome einer Gehirnerschütterung?
- Schwindel, Übelkeit, Kopfschmerzen und Erinnerungslücken.
 - Extremer Durst und Zittern
 - Starkes Schwitzen und Hitzeempfinden

Auflösung: 1c) / 2b) / 3c) / 4b) / 5b) / 6a)

Sudoku

Es ist kalt draußen, lassen Sie daher drinnen den Kopf rauchen – das hält warm. Viel Spaß mit unserem schweren Sudoku! (Auflösung S. 2)

		7			4		
6							2
5			8	6	7		1
	6		7		8		5
				2			
	2		6		3		4
9			5	7	2		4
7							6
		1				3	

Bild: Rätselredaktion Susen