

profi

Sicherheit und Gesundheit für Beschäftigte



Abstürze verhindern. Christian Otter ist Industriekletterer und Geschäftsführer. Sein Unternehmen, das Kölner Seilkommando, bildet Industriekletterer und -kletterinnen aus. Im Gespräch mit Katrin Degenhardt spricht er über seinen Beruf und Sicherheitsaspekte beim Arbeiten an Fassaden und Dächern – oftmals in spektakulären Höhen.

 bgetem.de, Webcode: 26756334
und überall da, wo es Podcasts gibt.



Lärmschutz-Tipps für die Praxis und Freizeit

Wer einmal schwerhörig ist, bleibt es auch. Es ist deshalb wichtig, das Gehör rechtzeitig zu schützen. Eine Kurzbroschüre der BG ETEM informiert zu Lärmschutz am Arbeitsplatz, Gehörschutzmitteln und verantwortungsbewusstem Lärmverhalten in der Freizeit.

 medien.bgetem.de,
Webcode: M18199700

Adressfeld



Ein ganz normaler Arbeitstag – und dann bricht ein Mann zusammen. Herzstillstand. Drei Beschäftigte greifen ein, ohne zu zögern. Warum sie das tun, was in ihnen in diesem Moment vorgeht – und weshalb sie sagen: Jeder, der einen Erste-Hilfe-Kurs besucht hat, kann so handeln.

Sie haben um das Leben ihres Kollegen Matthias Reich (links) gekämpft: Carola Fiebig, Daniel Koch und Tom Christian Fickel (v. l.).

Es ist ein ganz normaler Vormittag bei Kontron eSystems in Leipzig. Gespräche, Maschinen, Routine. Dann kippt Matthias Reich einfach vom Stuhl. „Er ist zusammengesackt, nicht mehr ansprechbar.“ Sein Kollege Daniel Koch sieht ihn am Boden liegen und reagiert. Sofort. Kein Zögern. Kein Abwarten.

„ICH HABE GAR NICHT NACHGEDACHT“
Was dann passiert, beschreiben alle ähnlich. Nicht als Heldentat, sondern als Automatismus. „Man hat nicht nachgedacht, sondern einfach gemacht“, sagt Ersthelferin Carola Fiebig. Sie und ihr Kollege Tom Christian Fickel werden gerufen, laufen los, sehen die Situation – und sind mitten drin. Puls prüfen. Atmung kontrollieren.

Herzdruckmassage. „Das war alles irgendwie da“, sagt sie. „Diese Schulung bleibt einfach hängen. Auch wenn man denkt, man vergisst das.“ Der Körper übernimmt. „Ich wusste genau, wie ich drücken musste. Das hat sich angefühlt wie im Training.“

ANGST? DAFÜR WAR KEINE ZEIT
Natürlich ist da Adrenalin. „Ich stand komplett unter Strom“, erzählt Daniel Koch. Aber Angst? In diesem Moment zählt nur: handeln. „Wenn wir das jetzt nicht tun, dann stirbt er“, beschreibt Fiebig die Situation. Ein Satz, der alles erklärt. Dass sie helfen können, ist kein Zufall. Viele bei Kontron haben sich für die Erste-Hilfe-Ausbildung entschieden. „Keiner weiß ja, wann man es einmal braucht“, sagt Fiebig.

Das Wissen gibt Sicherheit. Und im Ernstfall macht es den Unterschied.

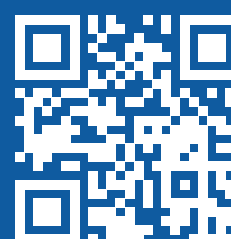
DANACH IST NICHTS MEHR WIE VORHER
Der entscheidende Augenblick: Der Defibrillator wird eingesetzt. Die Herzmassage läuft weiter. Und plötzlich: ein Zeichen. „Als wir gemerkt haben, dass Matthias' Herz wieder schlägt, war das ein unglaublicher Moment“, erzählt Fiebig. Erst als der Rettungsdienst übernimmt, fällt die Anspannung ab. „Wir waren einfach froh, dass wir ihm helfen konnten“, sagt sie. Matthias Reich hat überlebt. Inzwischen arbeitet er wieder bei Kontron eSystems. Übrigens: Die Kosten für Erste-Hilfe-Kurse übernimmt – unter den geltenden Voraussetzungen – die BG ETEM.



**Das könnte leicht
daneben gehen.**

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

Mehr spannende
Infos rund um **ARBEITS-
SICHERHEIT, GESUNDHEITS-
SCHUTZ** sowie spektakuläre
RISKBUSTER-VIDEOS
finden Sie auf dem Portal.



<https://profi.bgetem.de>

Wenn andere zur Gefahr werden

Dos & Don'ts bei Gewalt am Arbeitsplatz

Kaum eine Erfahrung macht uns so sprachlos wie Gewalt. Es ist jedoch möglich, sie zu entschärfen und sich zu schützen. Die folgenden Dos & Don'ts helfen Ihnen dabei.

DO!

Gute Vorbereitung ist das A & O

Im Kundenkontakt kann es schnell zu Konflikten oder Frustration kommen. Manche Kunden reagieren dann aggressiv und setzen auf Beleidigungen, Bedrohungen oder körperliche Gewalt. Um auf solche Situationen besser vorbereitet zu sein, lohnt sich vorab ein Risiko-Check:

- Könnte es in dem Termin zu einem Konflikt kommen und wie sehr könnte es eskalieren?
- Was kann ich tun, um den Konflikt oder die Eskalation zu vermeiden?
- Wie kann ich mein Risiko für eine Verletzung reduzieren (z.B. alle Gegenstände entfernen, die als Waffe benutzt werden könnten)?
- Welche Fluchtwege gibt es für den Notfall bzw. wo kann ich mich in Sicherheit bringen (wo sind Hindernisse im Weg, z.B. Möbel)?
- Wer kann mich im Ernstfall schnell unterstützen und was kann mir Schutz bieten?

DO!

Aufmerksam bleiben

Wenn Menschen unterschiedliche Ziele oder Bedürfnisse haben, kommt es oft zu Reibungen. Es hilft, aufmerksam zu bleiben und ein Gefühl dafür zu entwickeln, ob hier gleich etwas eskalieren könnte – eine Art Gefahrenradar:

- Wird die andere Person immer ungeduldiger oder unfreundlicher?
- Wird das Gespräch langsam unsachlich?
- Gibt es Hinweise darauf, dass die andere Person aggressiv wird (z.B. angespannte Muskeln, körperliche Unruhe, feindselige Blicke, kurz angebundene Sprache)?
- Haben Sie das Gefühl, dass es langsam gefährlich wird?
- Könnte jemand eine Waffe verbergen oder sich Verstärkung holen?

DO!

DO!

Wissen, wann und wie Deeskalation funktioniert

Solange es noch nicht zu körperlicher Gewalt oder verbaler Bedrohung gekommen ist, lassen sich Situationen oft noch deeskalieren. Sprechen Sie ruhig und respektvoll. Teilen Sie die eigene Wahrnehmung und eigene Gefühle mit. Versuchen Sie, die Situation der anderen Person zu verstehen und potenzielle Lösungen aufzuzeigen, aber auch eigene Grenzen zu wahren (beispielsweise „Sie kommen mir gerade zu nah“).

Achten Sie auch auf die eigene (Körper-)Sprache – zum Beispiel „Wirke ich jetzt gerade auf den anderen ängstlich, aggressiv oder herablassend?“.

DO!

Situation entschärfen

Ist keine Flucht möglich und sind auch keine Profis (z. B. Security, Polizei) zur Stelle, kann dennoch eine Entschärfung gelingen. Bewahren Sie Ruhe. Versuchen Sie, die gewalttätige Person nicht zu provozieren, sondern beruhigend auf diese einzuwirken. Es kann helfen, der gewalttätigen Person genau zu beschreiben, was man tut, und die Hände dabei sichtbar zu halten. Befolgen Sie gegebenenfalls die Anweisungen (z.B. bei einem Überfall Geld/Wertgegenstände herausgeben). Wichtig: Behalten Sie die Person im Blick und drehen Sie ihr nicht den Rücken zu.



DON'T!

Keine Alleingänge!

Wenn jemand Sie explizit bedroht oder bereits handgreiflich wird: Versuchen Sie nicht, die Situation allein zu lösen, sondern holen Sie Hilfe. Schon wenn Sie „nur“ beleidigt werden, sollten Sie Ihre Führungskraft einbinden. Sobald es darüber hinaus geht, müssen Profis – Sicherheitskräfte, Polizei – die Situation übernehmen.

DON'T!

Keine Zeit für Heldentum!

Wenn es zu körperlicher Gewalt kommt – oder diese angedroht wird – aber allerspätestens, wenn Waffen gezogen werden (Messer, Schusswaffen, zur Waffe umfunktionierte Alltagsgegenstände), geht der Eigenschutz vor. Bringen Sie sich selbst durch Distanz und Hindernisse in Sicherheit, schlagen Sie Alarm und flüchten Sie.

DON'T!

Gewalttätige Personen filmen oder nicht?

Manchmal wird empfohlen, gewalttätige Personen zur Abschreckung mit dem Handy zu filmen. Allerdings kann das nach hinten losgehen: Die gewalttätige Person könnte es als Provokation sehen oder sich von der Aufmerksamkeit noch mehr angestachelt fühlen. Abgesehen davon kann das Filmen einen Rechtsverstoß darstellen.

Deswegen: lieber flüchten oder entschärfen als filmen.



DON'T!

DON'T!

Nicht in Scheinsicherheit wiegen!

Manche Menschen fühlen sich durch das Erlernen von Selbstverteidigungstechniken oder das Mitführen von Pfefferspray oder Messern selbstsicherer. Allerdings können die meisten Menschen in der akuten Stresssituation weder komplizierte Grifftechniken durchführen noch Waffen korrekt anwenden. Im schlimmsten Fall werden Sie von der gewalttätigen Person überwältigt oder vom eigenen Pfefferspray besprüht. Auf diese Scheinsicherheit sollte man sich nicht verlassen!



Der Aha-Effekt

Die Aktionsmedien der BG ETEM machen Risiken im Berufsleben greifbar. Das Motto: Was Beschäftigte selbst ausprobieren, bleibt besonders gut im Kopf.

Übungsleiter Lutz Pfennig (re.) erläutert, was bei der Ladungssicherung zählt.

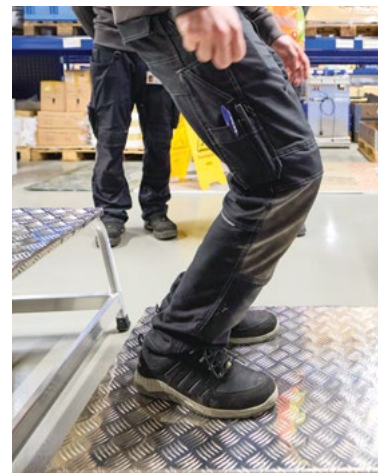
Die Ladefläche ist befüllt, der Spanngurt sitzt. Dann ein Ruck – und die Kiste kippt nach vorn. In der Realität hätte unzureichende Ladungssicherung wie hier schlimm enden können. Glücklicherweise befinden wir uns bei einer Übung im Rahmen einer Safety Week. Ausrichter ist die BD Rowa, ein Hersteller von Kommissionierungsautomaten. Beschäftigte stehen am Kelberger Standort in der Eifel an der Station, prüfen die Ladefläche, ziehen nach, sichern neu. Im gemeinsamen

Austausch mit Übungsleiter Lutz Pfennig wird besprochen, worauf es beim Be- und Entladen ankommt. „Uns war wichtig, dass die Inhalte nicht nur vermittelt, sondern erlebt werden. Genau das bleibt im Gedächtnis“, sagt Hermann Sicken von der BD Rowa. Er ist am Standort für Arbeits- und Gesundheitsschutz zuständig.

Unkompliziert ausleihen

Für die Safety Week hat er zahlreiche Aktionsmedien von der BG ETEM ausgeliehen. Ein Stolperparcours zeigt beispielsweise Situati-

onen auf, die im betrieblichen Alltag zu Stolper-, Rutsch- und Sturzunfällen führen können. Ein Handlauf-Simulator verdeutlicht, was bei der Benutzung von Treppen zu beachten ist. Bei Ihnen steht demnächst ebenfalls eine Präventionsveranstaltung an? Die BG ETEM stellt Ihnen gerne Aktionsmedien zur Verfügung. Denn: Wer Sicherheit erlebbar macht, verankert sie nachhaltiger im Arbeitsalltag.



Das Aktionsmedium „Sprungwaage“ misst, wie stark das Muskel-Skelett-System – z.B. bei einem Laderampen-Sprung – belastet wird.

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

WETTBEWERB

Azubis gesucht



Der Wettbewerb „Clever starten!“ richtet sich an Auszubildende am Ende des ersten oder am Anfang des zweiten Lehrjahres.

Anmeldung vormerken. Sie haben engagierte Azubis, die ihr Wissen zu Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz demonstrieren möchten? Dann ist der Wettbewerb „Clever starten!“ der BG ETEM perfekt geeignet. Vom 18.–20. August 2027 warten im Brandenburger Linowsee praxisbezogene Aufgaben zu Themen wie Brandschutz, elektrischen Gefährdungen und Gefahrstoffen. Teilnehmen können insgesamt zwölf Teams, die jeweils aus fünf Azubis und einer Betreuungsperson bestehen. Einer der Teilnahmeplätze ist für kleinere Unternehmen gedacht, die sich zusammenschließen und gemeinsam ein Team mit fünf Azubis anmelden. Die verbindliche Anmeldung ist vom 15.09.–30.11.2026 möglich.

Unternehmen, die ein komplettes Team stellen, können sich auf der Anmeldeseite über den Login-Code Azubi27 anmelden. Für das Kooperationsteam aus mehreren Kleinunternehmen gilt der Code Kooperation.

Anmeldung unter: [bgetem-veranstaltungen.de](https://www.bgetem-veranstaltungen.de)

BG ETEM AUF INSTAGRAM

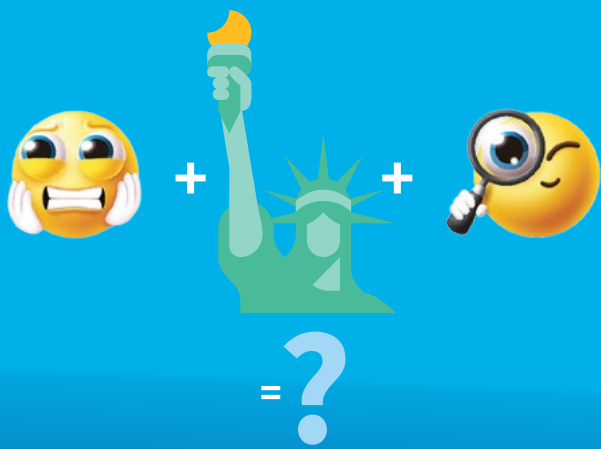


Jetzt miträtseln!

Welche der 5 Sicherheitsregeln steckt hinter diesem Bilderrätsel? Auf dem Instagram-Kanal der BG ETEM erwarten Sie neben Rätseln praxisnahe Tipps und unterhaltsame Einblicke rund um einen sicheren und gesunden Arbeitsalltag. Kurz: Arbeitsschutz aus der Praxis – anschaulich und nah am Berufsleben.

www.instagram.com/bg_etem

Welche der 5 Sicherheitsregeln ist gesucht?



3. Sicherheitsregel: Spannungsfreiheit feststellen.

AKTUELLE PLAKATSERIE



Risiken stoppen

Plakatserie. Bevor Gefahrenstellen gesichert werden, sollte zuerst geprüft werden, ob sie sich beseitigen lassen. Die Präventionsplakate der BG ETEM bringen zentrale Arbeitsschutzbotschaften auf den Punkt. Mitgliedsbetriebe können dieses und weitere Plakate kostenlos bestellen.

[medien.bgetem.de](https://www.medien.bgetem.de), Webcode: M26331209

ARBEIT MIT DIISOCYANATEN

Nur mit Schulung



Beim Kleben oder Gießen von Schuhleisten werden diisocyanathaltige Produkte genutzt.

Gesundes Arbeiten. Im Schuhmacherhandwerk und in der Orthopädieschuhtechnik bestehen Berührungspunkte mit gesundheitsgefährdenden Diisocyanaten – unter anderem in Härtern und als B-Komponente von PUR-Schaum (Leistenschaum). Seit August 2023 gelten neue Beschränkungen für Produkte mit einer Diisocyanatkonzentration ab 0,1 Prozent. Zu beachten ist:

1. Schulungen sind verpflichtend und müssen alle fünf Jahre wiederholt werden (auch als E-Learning möglich).
2. Geeignete Schutzhandschuhe tragen (Herstellerangaben im Sicherheitsdatenblatt beachten).
3. Mit Absaugung arbeiten, um Einatmen zu verhindern.

[bgetem.de](https://www.bgetem.de), Webcode: e24469805

IMPRESSUM

Herausgeber und Redaktion: Berufsgenossenschaft Energie Textil Elektro Medienerzeugnisse, Postfach 51 05 80, 50941 Köln, Telefon: 0221 3778-0 **Internet:** www.bgetem.de **E-Mail:** profi@bgetem.de **Verantwortlich für den Inhalt:** Jörg Botti, Hauptgeschäftsführer **Redaktionsleitung:** Corinna Kowald **Konzept/Redaktion/Gestaltung:** TERRITORY GmbH **Druck:** Wolanski GmbH, Bonn-Buschdorf **Erscheinungsweise:** sechsmal jährlich **Copyright Grafik und Fotos:** S. 1: BG ETEM; Max Niemann/Territory GmbH; BG ETEM; privat; S. 2–3: Territory GmbH; S. 4: Dirk Hansen/Territory GmbH; Getty Images/photosynthesis/ZeinousGDS; BG ETEM



Leserservice

Adress- oder Stückzahl-
änderungen an:
leserservice@bgetem.de