# Keine Kopfschmerzen: brauchen Sie einen neuen Schutzhelm?

**Es gibt viele Arten von Schutzhelmen. Das ist auch gut so, denn wenn Sie bei Ihrer Arbeit häufig einen Helm tragen müssen, sollten Sie darauf achten, dass er gut sitzt, Sie schützt und auch bequem ist. Welche Art von Helm Sie benötigen, hängt von Ihrer Arbeit ab.**

***Standardschutzhelm:***
Für (Arbeits-)Situationen, bei denen Gegenstände auf den Kopf fallen können, Gegenstände umfallen oder weggeschossen werden können oder bei denen man sich den Kopf stoßen kann.

***Schutzhelm mit Ablaufrinne:***
Für Arbeiten mit Chemikalien beziehungsweise an Stellen, wo Chemikalien auf den Kopf gelangen können.

***Schutzhelm mit verlängerter Helmschale im Nacken:***
Für Arbeiten, bei denen Sie sich viel bücken müssen, sodass Ihr Nacken und Ihr Hinterkopf gut geschützt sind.

***Schutzhelm mit gekürzter Schirmlänge:***
Für Arbeiten, bei denen Sie viel nach oben schauen müssen und daher ein größeres Blickfeld nach oben benötigen.

***Schutzhelm kombiniert mit Gesichtsschutz:***
Für Arbeiten, bei denen nicht nur der Kopf, sondern auch das gesamte Gesicht geschützt werden muss.

***Schutzhelm in Kombination mit Gehörschutz::***
Für Arbeiten, bei denen neben dem Kopf auch das Gehör geschützt werden muss.

**Wie haltbar ist Ihr Helm?**
Denken Sie auch daran, dass Ihr Helm möglicherweise nicht immer hinreichend Schutz bietet. Die Haltbarkeit des Helms hängt vom Material und von der Verwendung ab. Besorgen Sie sich auf jeden Fall einen neuen Helm, wenn:

- das Verfallsdatum (die Datumsmarkierung befindet sich auf dem Innenrand des Helms) abgelaufen ist;
- er einen Sturz oder Aufprall abfangen musste (auch ohne sichtbare Schäden!)

Was können Sie selbst tun, um die Lebensdauer Ihres Helms zu verlängern?

- Lassen Sie den Helm nicht zu lange in der Sonne liegen
- Kleben Sie keine Aufkleber auf Ihren Helm und beschriften Sie ihn nicht mit einem Marker.

**Achtung: eine Anstoßkappe reicht oft nicht aus!**
Entgegen der landläufigen Meinung ist eine Anstoßkappe **keine geeignete Alternative** zu einem Schutzhelm! Wie der Name schon sagt, schützt eine Anstoßkappe nur vor Stößen. Ein Schutzhelm hingegen schützt vor vielen weiteren Gefahren am Arbeitsplatz.

# Magazin für bewusste Sicherheit am Arbeitsplatz


*Gefahren an der Quelle bekämpfen* — Seite 2
*Immer (sicher und) auf dem neuesten Stand* — Seite3
*Schneiden Sie sich nicht ins eigene Fleisch* — Seite 4
*Dramatische Missverständnisse* — Seite 5

*Sichere Hubvorgänge; jeder ist verantwortlich* — Seite 6
*Kollisionen vermeiden; im Kriechgang durch den Fahrplan* — Seite 7
*Keine Kopfschmerzen: benötigen Sie einen neuen Helm?* — Seite 8


**29 März**

**Nehmen Sie an dem Toolbox-Meeting**
## ‘Umgang mit Arbeitsdruck’
Am 29. März können Sie und Ihre Kollegen **kostenlos** an diesem interessanten Online-Toolbox-Meeting teilnehmen.

**Scannen Sie den QR-Code,**
um weitere Informationen zu erhalten

# Gefahren an der Quelle bekämpfen

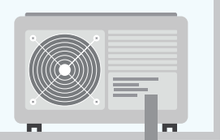
**In diesem Magazin für bewusste Sicherheit am Arbeitsplatz möchten wir das Bewusstsein für die Risiken und Gefahren schärfen, denen Sie bei der Arbeit begegnen können. Sie können jede Gefahr auf ihre eigene Weise angehen, aber es gibt auch einige allgemeine Regeln.**
**Wussten Sie, dass die Erstellung einer Risiko-Inventarisierung und -Evaluation (RI&E) für jedes Unternehmen und jeden Arbeitgeber (d. h. auch für Selbstständige, die z. B. Praktikanten oder Angestellte einstellen) obligatorisch ist?**

Eine RI&E beschreibt die potenziellen Sicherheitsrisiken auf einer Projektbaustelle. Zu einer RI&E gehört auch ein entsprechender Maßnahmenplan, in dem die Maßnahmen zur Vermeidung von Gefahrensituationen beschrieben werden. Kennen Sie Ihre RI&E noch nicht? Fragen Sie Ihren Vorgesetzten danach!

Alle Unternehmen sind verpflichtet, die Regeln der Arbeitshygiene zu beachten und einzuhalten. Das heißt also, die Reihenfolge, in der bestimmte Maßnahmen ergriffen werden sollten. Nur wenn der Schritt 1 nicht ausreichend Schutz bietet oder bieten kann, geht man zum Schritt 2 über.
Und so weiter.

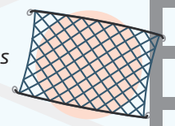
**1 Das Risikomanagement beginnt immer bei der Gefahrenquelle.**

*Führen Sie Wartungsarbeiten in großer Höhe durch? Prüfen Sie, ob Sie die Ausrüstung vorübergehend auf den Boden verlegen können, um sie dort zu warten.*



**2 Wenn es nicht möglich ist, die Gefahrenquelle zu eliminieren, müssen Sie Kollektivmaßnahmen ergreifen.**

*Müssen Sie überhaupt in großen Höhen arbeiten? In diesem Fall können ein temporäres Gerüst und/oder ein Kantenschutz eine geeignete Kollektivmaßnahme sein.*



**3 Kollektivmaßnahmen kommen nicht infrage? Nur dann ergreifen Sie individuelle Maßnahmen.**

*Wenn Kollektivmaßnahmen nicht möglich sind, verwenden Sie zumindest einen Auffanggurt mit zertifiziertem Anschlagpunkt.*

**4 Greifen Sie nicht vorschnell auf Personenschutzmittel (PSA) zurück, sondern erst, wenn alle vorherigen Schritte durchlaufen wurden.**

*Die Schutzausrüstung hängt von der Gefährdung ab, z. B. Helme, Schnittschutzhandschuhe, Gehörschutz.*

**29 März**

**Nehmen Sie an dem Toolbox-Meeting**

## ‘Arbeit mit Leitern und Treppen’

Am 29. März können Sie und Ihre Kollegen **kostenlos** an diesem interessanten Online-Toolbox-Meeting teilnehmen.

**Scannen Sie den QR-Code,** um weitere Informationen zu erhalten



## Kollisionen vermeiden:

# im Kriechgang durch den Fahrplan

**Diese Zahlen geben nur einen Überblick über alle Arbeitsunfälle, die durch eine Kollision verursacht werden. Glücklicherweise gibt es viele Möglichkeiten, den meisten dieser Unfälle entgegenzuwirken. Wie? Lesen Sie schnell weiter!**

**7%**
**der Befragten halten Kollisionen für die größte Gefahr bei der Arbeit**

**147**
**arbeitsbedingte Unfälle mit Fahrzeugen im Jahr 2021**

**1 von 5**
**Unfällen wird durch unsachgemäße Lenkung/ Kontrolle des Fahrzeugs verursacht**

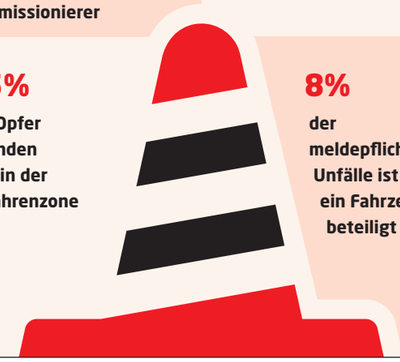
**46%**
**der Kollisionen sind auf das Rückwärtsfahren zurückzuführen**

Am meisten in Unfälle verwickelt: **(Container-) Gabelstapler, Schubmaststapler, Hubwagen, Stapler und Kommissionierer**

**2,1%**
**aller Unfälle sind auf technisches Versagen zurückzuführen**

**75%**
**der Opfer befinden sich in der Gefahrenzone**

**8%**
**der meldepflichtigen Unfälle ist ein Fahrzeug beteiligt**



**Vorbeugen ist besser als heilen**
Wir verwenden die Strategie der Arbeitshygiene auch zur Vermeidung der Kollisionsgefahren. Auf dieser Grundlage wurde der Fahrplan zur „Verringerung von Kollisionsgefahren“ erstellt.
**Gehen Sie nur dann zum nächsten Schritt über, wenn der vorherige Schritt nicht funktioniert hat**

**! Bestimmen Sie das Risiko**
Besteht am Projektstandort eine Kollisionsgefahr?

Ja?

**1 Beseitigen Sie die Quelle**
Können Sie die Gefahrenquelle eliminieren, sodass die Fahrzeuge oder Maschinen nicht in die Nähe von Personen gelangen können?

Nein?

**2 Schirmen Sie die Gefahrenquelle ab**
Können Sie die Gefahrenquelle abschirmen, z. B. durch eine physische Barriere oder einen separaten Fahrweg?

Nein?

**3 Ergreifen Sie organisatorische Maßnahmen**
Können Sie das Risiko unter anderem durch klare Absprachen, die Einrichtung von Einbahnstraßen oder eine ordentliche Beleuchtung verringern?

Nein?

**4 Ergreifen Sie technische Maßnahmen**
Können Sie das Risiko verringern, z. B. durch Warnvorrichtungen für umstehende Personen oder indem Sie sicherstellen, dass der Fahrer eine 360°-Sicht hat?

Nein?

**5 Ergreifen Sie persönliche Maßnahmen**
Können Sie das Risiko verringern, indem Sie z. B. Warnkleidung tragen?

**Nein?** Brechen Sie die Arbeit ab, melden Sie es und prüfen Sie andere sichere Möglichkeiten!

**29 März**

**Nehmen Sie an dem Toolbox-Meeting**

## ‘Sichere elektrische Arbeitsmittel auf der Arbeit’

Am 29. März können Sie und Ihre Kollegen **kostenlos** an diesem interessanten Online-Toolbox-Meeting teilnehmen.

**Scannen Sie den QR-Code,** um weitere Informationen zu erhalten

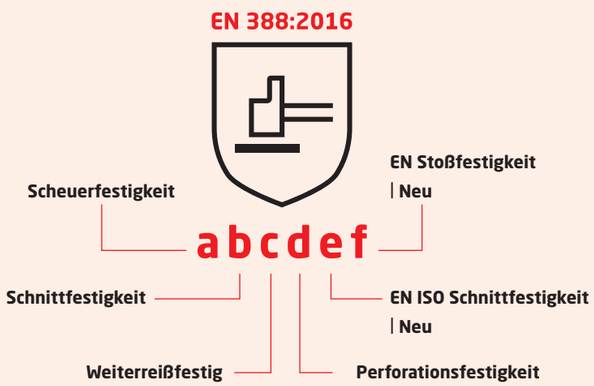
# Schneiden Sie sich nicht ins eigene Fleisch

**Messer, Papier, Pappe, Glas, Fliesen, Sägen, scharfe Eisengegenstände - wenn man einmal darüber nachdenkt, wird einem klar, wie viele Gegenstände einen verletzen können. In der Praxis sind vor allem Finger, Hände, Arme und Beine der Schnittverletzungsgefahr ausgesetzt. In jedem Fall gilt: Vorbeugen ist besser als heilen. Brauchen Sie Tipps? Hier finden Sie sie!**

**Tipps!**

- Sorgen Sie für ausreichende Beleuchtung;
- Decken Sie scharfe/spitze Teile nach Möglichkeit ab.
- Lassen Sie sich nicht ablenken.
- Arbeiten Sie mit zugelassenen Werkzeugen.
- Tragen Sie langärmelige Kleidung und lange Hosen.
- Tragen Sie schnittfeste Handschuhe.

**Woran erkennt man schnittfeste Handschuhe?**
Schutzhandschuhe gibt es in allen Formen und Größen. Suchen Sie Handschuhe, die Schutz vor Schnittverletzungen bieten? Achten Sie auf die Norm EN 388:2016. Dies ist ein vierstelliger Code mit zwei Buchstaben, der für den Schutz vor diversen Risiken steht. Achten Sie bei der Schnittfestigkeit auf die **zweite Ziffer** (1 schützt am wenigsten; 5 schützt am besten) und den **ersten Buchstaben** (A schützt am wenigsten; F schützt am besten)!






# Dramatische Missverständnisse

**Der sorgfältige Umgang mit Strom und elektrischen Anlagen scheint so selbstverständlich zu sein. Und doch geht es nur allzu oft schief. Die Ursache kann in einem defekten elektrischen Gerät liegen. Die meisten Unfälle sind jedoch auf unzureichende Ausbildung, Nachlässigkeit oder mangelnde Aufsicht zurückzuführen**

**Wer ist verantwortlich?**
Wissen Sie, wer auf Ihrer Baustelle für alle elektrischen Anlagen und Geräte beziehungsweise deren Sicherheit verantwortlich ist? Geht Ihnen noch kein Licht auf? Nach dem Gesetz muss ein Unternehmen zu diesem Zweck einen oder mehrere Montageleiter benennen. Leider fehlt es in diesem Bereich nur allzu oft.

## missverständnisse

**"Alle Kabel und Schaltkästen auf der Baustelle sind wahrscheinlich sicher."**

Nein! Das ist nicht unbedingt der Fall. Seien Sie daher immer wachsam! Klären Sie dies im Zweifelsfall mit Ihrem Vorgesetzten auf der Baustelle.

**"Im Gegensatz zu kleinen elektrischen Geräten muss ein Baukran nicht regelmäßig geprüft werden."**

Doch, muss er! Die regelmäßige Überprüfung von Großgeräten wie Baukränen wird in der Praxis oft vergessen, obwohl diese ein erhebliches Risiko darstellen.

**"Alle elektrischen Arbeitsmittel in den Werkstätten können auf jeder Baustelle sicher verwendet werden."**

Nein! Einige elektrische Arbeitsmittel können in anderen Situationen (zu Hause) sicher sein, aber auf Ihrer Baustelle dennoch eine Gefahr darstellen, wie z. B. eine Haushaltskabelhaspel mit Vinylkabel.

**"Ein temporäres Metallgerüst muss nicht geerdet werden."**

Doch, muss es! Alle externen leitfähigen Komponenten am Arbeitsplatz - einschließlich der Stahlgerüste - müssen geerdet sein. Im Zweifelsfall wenden Sie sich bitte an Ihren Vorgesetzten.

## Benötigen Sie Inspiration oder Werbemittel?

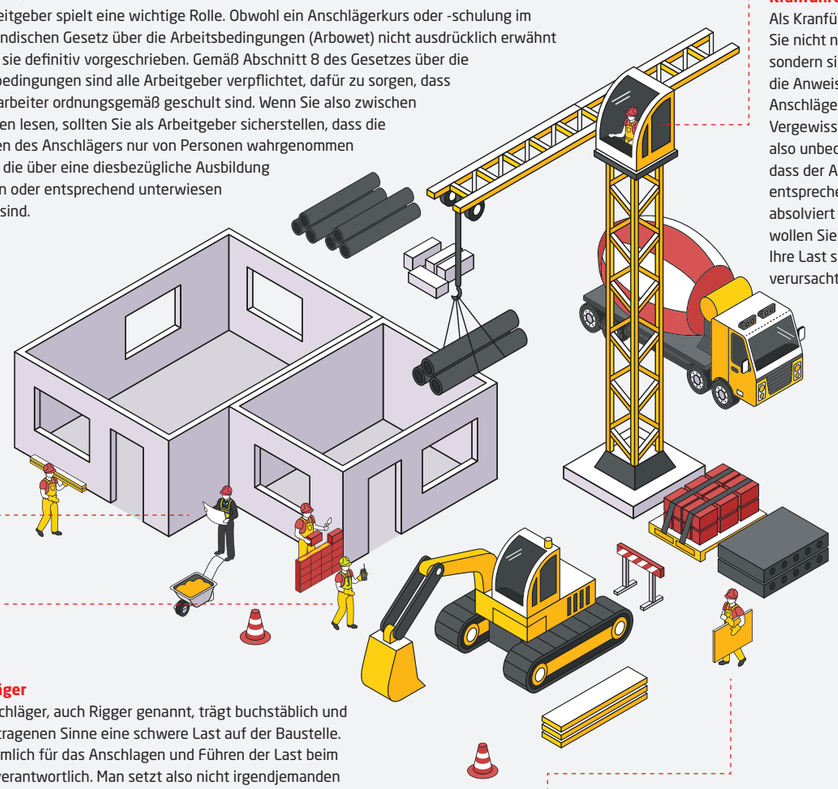
**Schauen Sie unter www.bewustveilig.com/webshop oder besuchen Sie www.bewustveilig.com/inspiratie.**

# Sichere Hubvorgänge: jeder ist verantwortlich

**Die Sicherheit am Arbeitsplatz ist ein Gemeinschaftsprojekt. Das gilt auch für das Heben von Lasten. Der Anschläger ist ein wichtiger, jedoch oft unterschätzter Einflussfaktor bei der Unfallverhütung. Aber auch der Kranführer, der Kunde und die weiteren Arbeiter tragen wesentlich dazu bei. Schließlich arbeiten Sie zusammen, aber Sie wollen auch, dass alle sicher und gesund nach Hause kommen.**

**Arbeitgeber**
Der Arbeitgeber spielt eine wichtige Rolle. Obwohl ein Anschlägerkurs oder -schulung im niederländischen Gesetz über die Arbeitsbedingungen (Arbowet) nicht ausdrücklich erwähnt wird, ist sie definitiv vorgeschrieben. Gemäß Abschnitt 8 des Gesetzes über die Arbeitsbedingungen sind alle Arbeitgeber verpflichtet, dafür zu sorgen, dass ihre Mitarbeiter ordnungsgemäß geschult sind. Wenn Sie also zwischen den Zeilen lesen, sollten Sie als Arbeitgeber sicherstellen, dass die Aufgaben des Anschlägers nur von Personen wahrgenommen werden, die über eine diesbezügliche Ausbildung verfügen oder entsprechend unterwiesen worden sind.

**Kranführer**
Als Kranführer bewegen Sie nicht nur die Last, sondern sind auch auf die Anweisungen Ihres Anschlägers angewiesen. Vergewissern Sie sich also unbedingt davon, dass der Anschläger eine entsprechende Ausbildung absolviert hat. Schließlich wollen Sie vermeiden, dass Ihre Last schwere Unfälle verursacht.



**Anschläger**
Der Anschläger, auch Rigger genannt, trägt buchstäblich und im übertragenen Sinne eine schwere Last auf der Baustelle. Er ist nämlich für das Anschlagen und Führen der Last beim Heben verantwortlich. Man setzt also nicht irgendjemanden dort ein, sondern jemanden, der dafür ausgebildet wurde oder Kurse besucht hat; jemanden, der weiß, was zu tun ist.

**Andere Mitarbeiter auf der Baustelle**
Wenn Sie mit Ihrer Arbeit beschäftigt sind, vergessen Sie manchmal Ihre Umgebung und Ihre Kollegen. Aber auch die anderen Mitarbeiter tragen Verantwortung für die Vermeidung von Unfällen. Achten Sie also darauf, dass sich alle Personen unter allen Umständen von pendelnden Lasten fernhalten.

**Lasten**
Wussten Sie, dass mehr Unfälle mit kleinen Lasten vorkommen als mit großen Lasten? Dafür gibt es mehrere Gründe.

- Die Arbeitnehmer sind sich der Gefahren im Zusammenhang mit kleinen Lasten weniger bewusst und daher auch weniger vorsichtig
- Der Wind beeinflusst kleine, leichte Lasten stärker als große.

Bleiben Sie daher stets wachsam.



# Immer (sicher und) auf dem neuesten Stand

**Bei Arbeiten in der Höhe lauern nur allzu schnell Absturzgefahren. Leider sind Stürze immer noch eine der häufigsten Ursachen für Arbeitsunfälle. Das kann nicht nur auf der Baustelle passieren, sondern auch an anderen Arbeitsstätten. Die Installation von Sonnenkollektoren in Privathäusern ist ein gutes Beispiel dafür. Sind Sie sich aller Risiken bewusst?**

## Nicht nur Absturzgefahre

Der erste Schritt zur Vermeidung von Unfällen besteht darin, sich vor Augen zu halten, was dabei schiefgehen kann. Wenn Sie in großen Höhen arbeiten müssen, besteht die Gefahr, dass Sie von etwas herunterfallen oder durch etwas hindurchfallen. Denken Sie aber auch an die Gefahr, die von herabfallenden Gegenständen ausgeht. Und wenn auf der Baustelle etwas anderes schief geht - zum Beispiel ein Feuer ausbricht - muss man bei Arbeiten in größerer Höhe einen möglicherweise längeren Fluchtweg einkalkulieren.

## Unterschätzte Gefahr

Eine weitere Gefahr, die leider immer noch oft unterschätzt wird, sind Lichtkuppeln und Oberlichter. In der Praxis ist es üblich, dass sich die Arbeitnehmer an ihnen anlehnen, auf ihnen sitzen oder sogar auf ihnen gehen. Jedoch ist dieses Glas definitiv nicht dafür gemacht, das Gewicht eines Erwachsenen zu tragen. Um Sturzgefahren zu vermeiden, sollte man sich Lichtkuppeln und Oberlichtern auf die gleiche Weise nähern, wie man sich z. B. Öffnungen nähert.

## Arbeiten auf einer Leiter oder Treppe? Besser nicht!

Leitern und Treppen sind definitiv nicht als Arbeitsplatz gedacht. Nur wenn es wirklich keine sichereren Möglichkeiten gibt, arbeitet man auf ihnen, aber nicht zu lange und nur unter strengen Voraussetzungen.

Wenn Sie die Leiter als Zugangsmittel (und nicht als Arbeitsplatz) verwenden, dürfen Sie damit mehr als 7,5 Meter überbrücken (also z. B. 10 Meter Höhe). Halten Sie sich unter allen Umständen an den nachstehenden Plan.

| Risikoaspekt | Leiter erlaubt | | nach Rücksprache mit dem Arbeitgeber | Leiter nicht erlaubt | |
|---|---|---|---|---|---|
| **Stehhöhe über dem Boden** | weniger als 5 Meter | ✔ | Zwischen 5 und 7,5 Metern | 7,5 Meter oder mehr | ✘ |
| | *oder* | | | | |
| **effektive Stehzeit** (insgesamt pro Projekt) | unter 2 Stunden | ✔ | zwischen 2 und 4 Stunden | 4 Stunden oder mehr | ✘ |
| | *oder* | | | | |
| **Kraftanwendung** (Ziehen oder Schieben von der Leiter aus) | unter 50 N | ✔ | zwischen 50 und 100 N | 100 N oder mehr | ✘ |
| | *oder* | | | | |
| **Reichweite** (über die Leiter hinaus) | maximal 1 Armlänge | ✔ | nicht zutreffend | mehr als 1 Armlänge | ✘ |

***Quelle:*** *Risikoaspekte bei der Arbeit auf einer Leiter (Verband der niederländischen Industrie und Arbeitgeber).*
***Beachten Sie,*** dass mit der Stehzeit die effektive Stehzeit gemeint ist. Dies ist die Gesamtzeit pro Projekt, die auf der Leiter stehend verbracht wird.