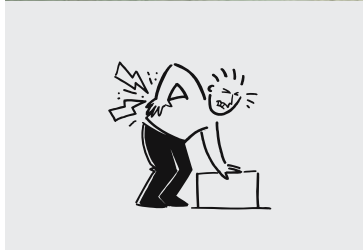


Gefahr im Griff

Das Wichtigste
für Ihre Sicherheit



«Mir wird schon nichts passieren.»

Viele Unfälle passieren bei einfachen Tätigkeiten: beim Gehen, Treppensteigen oder Lastentragen. Dabei wird das Risiko gerne unterschätzt. Wir denken: «Mir wird schon nichts passieren.»

Die Unfallstatistik zeigt aber, dass jährlich jede/r elfte Suva-Versicherte einen Arbeitsunfall erleidet. Diese Unfälle sind nicht einfach «Schicksal». Vielmehr können Sie aktiv etwas für Ihre Sicherheit und den Schutz Ihrer Gesundheit tun. Wichtige Tipps dazu finden Sie in dieser Broschüre, die sich an Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer in Industrie und Gewerbe richtet.

Testen Sie als Erstes Ihr Wissen über Arbeitssicherheit im folgenden Quiz.



- 1 ▶ Ein Drittel der Unfälle sind...?
- 2 ▶ Wie entfernt man am besten verschüttetes Öl?
- 3 ▶ Wie stellt man den Bildschirm optimal auf?
- 4 ▶ Bei wie viel Prozent der Arbeitsunfälle spielt Alkohol eine Rolle?
- 5 ▶ Was ist zum Staplerfahren notwendig?
- 6 ▶ Darf Ihr Chef Sie von Gesetzes wegen dazu verpflichten, persönliche Schutzausrüstungen (Helm, Handschuhe, Schutzschuhe usw.) zu tragen?

- ☐ Unfälle mit Chemikalien
- ☐ Unfälle mit elektrischem Strom
- ☐ Sturzunfälle
- ☐ mit Ölbindemittel
- ☐ gar nicht, das macht die Putzequipe
- ☐ mit Wasser
- ☐ vor dem Fenster
- ☐ gegenüber dem Fenster
- ☐ seitlich, so dass die Schulter zum Fenster schaut
- ☐ bei unter 5 %
- ☐ bei 10 – 20 %
- ☐ bei über 40 %
- ☐ Fahrausweis für Personenwagen
- ☐ Instruktion
- ☐ spezielle Staplerfahrer-Ausbildung
- ☐ ja
- ☐ ja, aber nur während der Arbeitszeit
- ☐ nein, das schränkt meine persönliche Freiheit ein

Auswertung auf Seite 33

[illegible]



Unfälle sind keine Zufälle.

- ▶ Überprüfen Sie bei Arbeitsbeginn die Sicherheit von Werkzeugen, Materialien, Wegen und Lagerorten.
- ▶ Gehen Sie keine Risiken ein und beseitigen Sie Gefahren sofort. Wenn dies nicht geht: dem Chef melden, damit er für die Behebung der Gefahr sorgt.



Lueg uf e Wäg.



Rund ein Drittel aller Unfälle sind Sturzunfälle. Was können Sie tun?

- 1** Gefahrenstellen markieren oder abschränken.
- 2** Rutschige Stellen sofort mit geeignetem Mittel reinigen, z. B. mit Reinigungs- oder Ölbindemittel*.
- ▶** Stolperfallen vermeiden bzw. wegräumen (Ordnung).

* Ölbindemittel nach Gebrauch in verschliessbaren Blechbehälter füllen (wegen Brandgefahr) und umweltgerecht entsorgen.





So schützen Sie sich vor Stürzen:

- 1 Auf Treppen immer den Handlauf benützen.
- 2 Fest am Fuss sitzende Schuhe mit rutschfesten Sohlen tragen.
- 3 Für gute Sicht sorgen (Licht anzünden).



Wenn's pressiert passiert's.



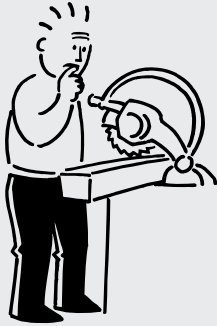
**Zeitdruck und Bequemlichkeit
verführen zum Improvisieren.
Dabei bleibt oft die Sicherheit
auf der Strecke.**

- ▶ Benutzen Sie zum Beispiel keine behelfsmässigen Aufstiege.
- ▶ Stellen Sie sich vor, Sie fallen wegen eines Unfalls aus. Wie viel mehr Zeit geht dann verloren, als wenn Sie sich die nötige Zeit genommen hätten.



Fragen ist keine Schande.

9



- ▶ Verlangen Sie eine Instruktion und fragen Sie, wenn Sie unsicher sind.
- ▶ Arbeiten Sie nur mit Werkzeugen und Maschinen, die Sie sicher bedienen können.



Leitern haben ihre Tücken.



Jährlich verunfallen rund 6'000 Berufsleute mit Leitern. Achten Sie vor allem auf folgende Punkte.

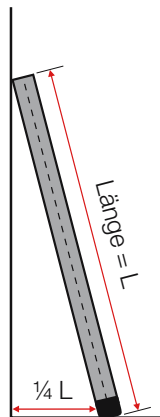
- ▶ Leiter vor Gebrauch prüfen. Verwenden Sie keine defekten Leitern.
- ▶ **1** Beim Auf- und Absteigen Hände frei haben zum Festhalten an den Sprossen.
- ▶ **2** Fest am Fuss sitzende Schuhe tragen.
- ▶ **3** Das obere Ende gegen Wegrutschen sichern. Es muss 1 m über die Austrittsstelle hinausragen.
- ▶ Nie auf die drei obersten Sprossen stehen.





Für Anstelleitern gilt ausserdem:

- ▶ Auf den richtigen Anstellwinkel achten (Ellenbogenprobe).
- ▶ Die Holmenden rutschsicher platzieren.





Bockleitern kippen leicht seitlich um. Sie sollten nur eingesetzt werden, wenn die Leiter frei im Raum stehen muss.

- ▶ Benutzen Sie eine Anstelleiter oder einen Dreitritt, wenn Horizontalkräfte wirken (z. B. bei Bohrarbeiten).
- ▶ Verwenden Sie für schwere und längere Arbeiten keine Leiter, sondern ein Rollgerüst.
- ▶ Nie auf den drei obersten Sprossen stehen.





Sorgen Sie dafür, dass Sie nicht hängen bleiben, insbesondere beim Arbeiten an Maschinen mit rotierenden Teilen.

- 1 Eng anliegende Ärmel.
- 2 Keine offenen Haare.
- Keine weiten Pullover, flatternden Kittel oder Schals.
- Kein Schmuck.
- Keine Handschuhe in der Nähe von drehenden Teilen, z. B. Fräsern, Bohren oder Walzen.

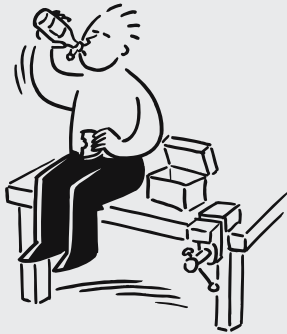


Profis schützen sich.



- ▶ Ihr Chef stellt Ihnen die erforderliche persönliche Schutzausrüstung zur Verfügung.
- ▶ Und Sie sind Profi genug, diese zu tragen.
- ▶ Wichtig: Defekte Schutzausrüstungen ersetzen.





- ▶ Nehmen Sie Mahlzeiten nur in den dafür vorgesehenen Räumen ein. Sonst finden Sie plötzlich Spuren des Arbeitsplatzes in Ihrem Sandwich.
- ▶ Bei 10 bis 20 Prozent der Arbeitsunfälle ist Alkohol im Spiel. Verzichten Sie vor und während der Arbeit auf Alkohol und andere Suchtmittel.



STOP – Hirne bim Lüpfe.



- ▶ 1 Verwenden Sie für den Transport von Lasten wenn immer möglich geeignete Hilfsmittel.
- ▶ Mit einer Last gerät man leicht ins Stolpern. Achten Sie auf gute Sicht und freie Transportwege.
- ▶ Einklemmgefahr für Hände und Füße: Bereiten Sie einen sicheren Abstellplatz vor.



1



- 1 ▶ Aus sicherem Stand.
- 2 ▶ Aus der Hocke (aber nur so tief gehen wie nötig).
- 3 ▶ Rücken gerade.
- ▶ Last nahe am Körper.
- ▶ Nie ruckartig.
- ▶ Nie Oberkörper verdrehen.



Stapler mit Fahrersitz



- 1 ▶ Stapler mit Fahrersitz dürfen nur von ausgebildeten Staplerfahrern bedient werden.

- ▶ Immer Schutzschuhe tragen.



- 2 ▶ Benützen Sie immer den Sitzgurt – auch bei Kurzeinsätzen.

- ▶ Nur Stapler mit Rückhalteeinrichtungen verwenden (Sitzgurt, Kabine oder Bügeltüren).



- ▶ Das Hochheben von Personen mit dem Stapler ist nur in Ausnahmefällen und mit einer Bewilligung der Suva sowie einem sicherheitskonformen Arbeitskorb erlaubt.

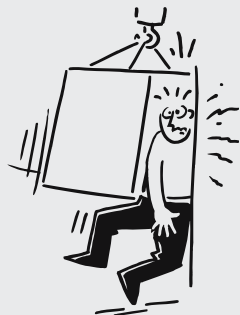
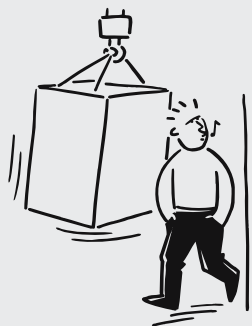




- 1 Seitlich versetzt vor dem Gerät gehen.
- 2 Immer Schutzschuhe tragen.
- 3 Das Transportieren und Hochheben von Personen mit Deichselstaplern ist verboten.

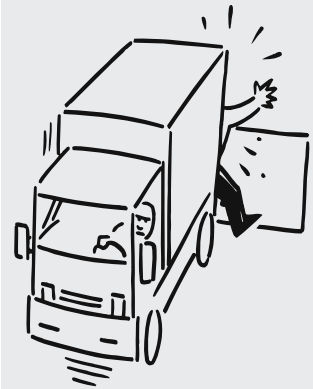


Gefahr durch hängende Lasten.



- ▶ Nie unter einer hängenden Last stehen oder durchgehen! Dies gilt für Kranführer und Anbinder ebenso wie für Drittpersonen.
- ▶ Halten Sie immer genügend seitlichen Abstand! Damit verringern Sie die Gefahr, eingeklemmt oder von der pendelnden Last getroffen zu werden.
- ▶ Wichtig: Keine defekten Anbindemittel (Gurten) benutzen.





Immer wieder werden Einweiser von rückwärts fahrenden Lastwagen angefahren und erdrückt. Beachten Sie als Einweiser folgende Regeln:

- 1 Mit dem Chauffeur durch das offene Fenster Sicht- und Sprechkontakt halten.
- 2 Dafür sorgen, dass sich hinter dem Lastwagen keine Person befindet.
- 2 Zum Erteilen des Signals «Rückwärtsfahren» seitlich versetzt vom Fahrzeug stehen.
- 2 Nie im Fahrbereich des Lastwagens stehen.

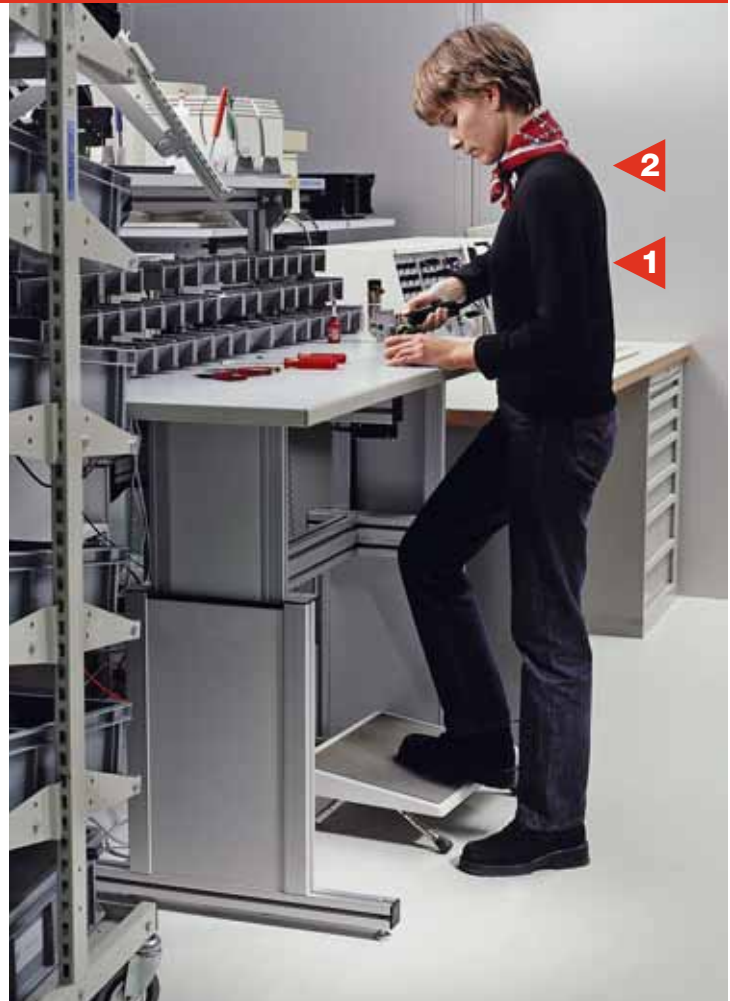


Arbeitsplatz körpergerecht einrichten.



**Jeder Mensch ist anders.
Richten Sie Ihren Arbeitsplatz
so ein, dass er Ihnen entspricht.
Achten Sie darauf, dass Sie**

- 1** mit geradem Rücken arbeiten können
- 2** nicht mit hochgezogenen Schultern, gedrehtem Kopf oder verdrehtem Oberkörper arbeiten müssen
- ▶** beim Sitzen genügend Platz für die Beine haben.





- ▶ Vermeiden Sie störende Lichtreflexionen und Blendungen, indem Sie den Bildschirm richtig aufstellen (in der Regel Blickrichtung zum Bildschirm parallel zur Fensterfront).
- ▶ Achten Sie auf die richtige Höhe von Sitz, Arbeitsfläche und Bildschirm (siehe Bild).
- ▶ Distanz zwischen Augen und Bildschirm: 60 bis 80 cm (bei CAD-Bildschirmarbeiten etwas mehr).





Ein Fünftel aller tödlichen Arbeitsunfälle ereignet sich bei Instandhaltungsarbeiten und beim Beheben von Störungen.

5 Grundregeln sorgen für Ihre Sicherheit:

▶ **1. Planen:** Anleitungen für die Instandhaltung studieren, sich mit der Produktion absprechen, koordinieren.

▶ **2. Sichern,** d. h. ungewolltes Ingangsetzen der Anlage/ Maschine verhindern. Dritte und sich selber schützen.





- ▶ **3. Geeignete Arbeitsmittel** verwenden (inklusive persönliche Schutzausrüstung!).
- ▶ **4. Arbeiten wie geplant ausführen** – nicht improvisieren!
- ▶ **5. Schlusskontrolle** (inklusive Funktionsprüfung der Schutzeinrichtungen, Dokumentation der Arbeiten). Anlage/Maschine in sicherem und betriebsbereitem Zustand der Produktion übergeben.

Grundsatz:

Instandhaltungsarbeiten sind von Fachpersonen vorzunehmen.



Kennen Sie die Gefahren der Produkte?



1 Kennzeichnung, Hinweise auf der Etikette und Sicherheitsdatenblätter beachten.

2 Chemische Produkte in Originalverpackung aufbewahren – nie in Getränkeflaschen umfüllen.

Arbeitsbereiche ausreichend lüften.

Sich zweckmässig schützen (Schutzbrille, Handschuhe, Atemschutz).



1

2



Hautkrankheiten wie allergische Ekzeme sind für die Betroffenen äusserst unangenehm. Oft wird sogar ein Berufswechsel notwendig. Wichtig sind drei Dinge:

- ▶ **1. Schützen:** Direkten Hautkontakt mit schädlichen Produkten vermeiden. Geeignete Handschuhe, Arbeitskleider, Hautschutzcremen verwenden.
- ▶ **2. Reinigen:** Bei jedem Arbeitsunterbruch und bei Arbeitschluss. Für das Reinigen keine Lösemittel und möglichst keine scheuernden Produkte verwenden.
- ▶ **3. Pflegen:** Hände nach der Arbeit eincremen.



Handwerkzeuge



- ▶ Kontrollieren Sie den Zustand der Handwerkzeuge regelmässig (Schärfe der Schneidwerkzeuge, Zustand von Stielen, Griffen usw.).
- ▶ Verwenden Sie immer das geeignete Handwerkzeug: Schraubenschlüssel sind keine Schlagwerkzeuge.
- ▶ Spitze und scharfe Werkzeuge müssen geschützt sein, wenn man sie herumträgt.





Häufige Ursache für Elektro-
unfälle ist der sorglose Umgang
mit Strom. Hier die wichtigsten
Tipps:

- ▶ FI-Schalter verwenden, insbe-
sondere in feuchten Räumen,
auf Baustellen, im Freien.
- ▶ Stecker, Kabel und Elektro-
handwerkzeuge vor Gebrauch
auf mögliche Schäden kon-
trollieren.
- ▶ Defekte Geräte nur von Fach-
person reparieren lassen.



Achtung, Explosionsgefahr!



Lösemittel wie Aceton, Benzin und Verdünner bilden mit der Luft explosionsfähige Gemische.
Sicherheitsmassnahmen:

- 1** ▶ Arbeitsumfeld künstlich entlüften (z. B. Absaugen an der Entstehungsstelle).
- ▶** Zündquellen vermeiden, z. B. keine offenen Flammen.
- 2** ▶ Explosionsgeschützte elektrische Geräte verwenden.
- ▶** Beim Umfüllen von leichtbrennbaren Flüssigkeiten alle leitfähigen Teile miteinander verbinden und erden.





- ▶ Halten Sie die Fluchtwege frei.
Im Brandfall können auch kleine Hindernisse wegen der Rauchentwicklung zu tödlichen Fallen werden.
- ▶ Blockieren Sie niemals Notausgänge.



Alarmierung und Erste Hilfe.



- 1 Wissen Sie, an wen Sie sich im Notfall wenden müssen? Hängen Sie die Notfallnummern gut sichtbar auf oder halten Sie diese griffbereit.

- ▶ Verunglückte nicht bewegen oder transportieren, ausser wenn akute Gefahr besteht.

- ▶ Bei Unfällen mit ätzenden Flüssigkeiten: Augen, Haut sofort mit viel Wasser während 10–15 Minuten spülen. Anschliessend Arzt aufsuchen.



1

Notrufe	
Polizei-Notruf	117
Feuerwehr-Notruf	118
Feuerwehr-Dreispeitz	061 331 20 96
Sanitätsnotruf	144
Kantonsspital Basel	061 265 25 25
Bruderholzspital	061 421 21 21
Vergiftungen	145



Richtige Antworten

- 1 ▶ Sturzunfälle.
- 2 ▶ Ölflecken sofort mit Ölbindemittel aufnehmen.
- 3 ▶ Bildschirm seitlich zum Fenster aufstellen, so dass die Schulter zum Fenster schaut. So gibt es weniger störende Spiegelungen auf dem Bildschirm.
- 4 ▶ Bei 10 bis 20 Prozent der Arbeitsunfälle ist Alkohol im Spiel.
- 5 ▶ Spezielle Staplerfahrer-Ausbildung.
- 6 ▶ Ja, Ihr Chef darf Sie dazu verpflichten, während der Arbeitszeit die erforderliche persönliche Schutzausrüstung zu tragen.

Auswertung

0 – 2 Fragen richtig:

Sie leben gefährlich. Wir empfehlen Ihnen dringend, die Tipps in dieser Broschüre zu studieren.

3 – 4 Fragen richtig:

Sie sind auf dem richtigen Weg. Die Broschüre hilft Ihnen, vorhandene Informationslücken zu schliessen.

5 – 6 Fragen richtig:

Bravo! Sie sind Spitze. Studieren Sie die Broschüre trotzdem. Vielleicht können selbst Sie noch etwas für Ihre Sicherheit lernen.

Kennen Sie Ihre Rechte?

Gemäss Unfallversicherungsgesetz (UVG) und der dazugehörigen Verordnung über die Verhütung von Unfällen und Berufskrankheiten (VUV) muss Ihr Arbeitgeber

- ▶ Sie über die auftretenden Gefahren informieren und bezüglich der Sicherheitsmassnahmen anleiten (dies gilt auch für Temporärarbeitende, die der Arbeitgeber von einem andern Betrieb ausleiht)
- ▶ Ihnen wenn nötig eine zumutbare persönliche Schutzausrüstung zur Verfügung stellen (Schutzbrille, Gehörschutz, Schutzkleidung usw.)
- ▶ in seinem Unternehmen die zur Verhütung von Unfällen und Gesundheitsschäden notwendigen Massnahmen treffen
- ▶ den Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern oder deren Vertretung in allen Fragen der Arbeitssicherheit ein Mitspracherecht gewähren.

Sie müssen

- ▶ die Weisungen des Arbeitgebers in Bezug auf die Arbeitssicherheit befolgen
- ▶ die allgemein anerkannten und die betrieblichen Sicherheitsregeln berücksichtigen
- ▶ die Sicherheitseinrichtungen richtig gebrauchen
- ▶ die persönliche Schutzausrüstung benützen
- ▶ einen Mangel, der die Arbeitssicherheit beeinträchtigt, sogleich beseitigen oder – wenn dies nicht möglich ist – dem Arbeitgeber melden.

Es ist Ihnen untersagt,

- ▶ die Wirksamkeit der Sicherheitseinrichtungen zu beeinträchtigen
- ▶ sich in einen Zustand zu versetzen, in dem Sie sich selbst oder andere gefährden (Alkohol, Drogen usw.).

Suva

Gesundheitsschutz
Postfach, 6002 Luzern

Auskünfte

Tel. 041 419 58 51

Bestellungen

www.suva.ch/waswo
Fax 041 419 59 17
Tel. 041 419 58 51

Gefahr im Griff
Das Wichtigste für Ihre Sicherheit

Redaktion

Robert Hartmann, Suva

Gestaltung

Kunz und Partner, Basel

Abdruck – ausser für kommerzielle Nutzung – mit Quellenangabe gestattet.

1. Auflage – Juni 2002

Letzte Überarbeitung – Januar 2006

13. Auflage – Dezember 2011 – 346 000 bis 376 000 Exemplare

Bestellnummer

88154.d