



Landesverband Metall  
Niedersachsen/Bremen



**BASIKNET**  
ARBEITSSCHUTZ

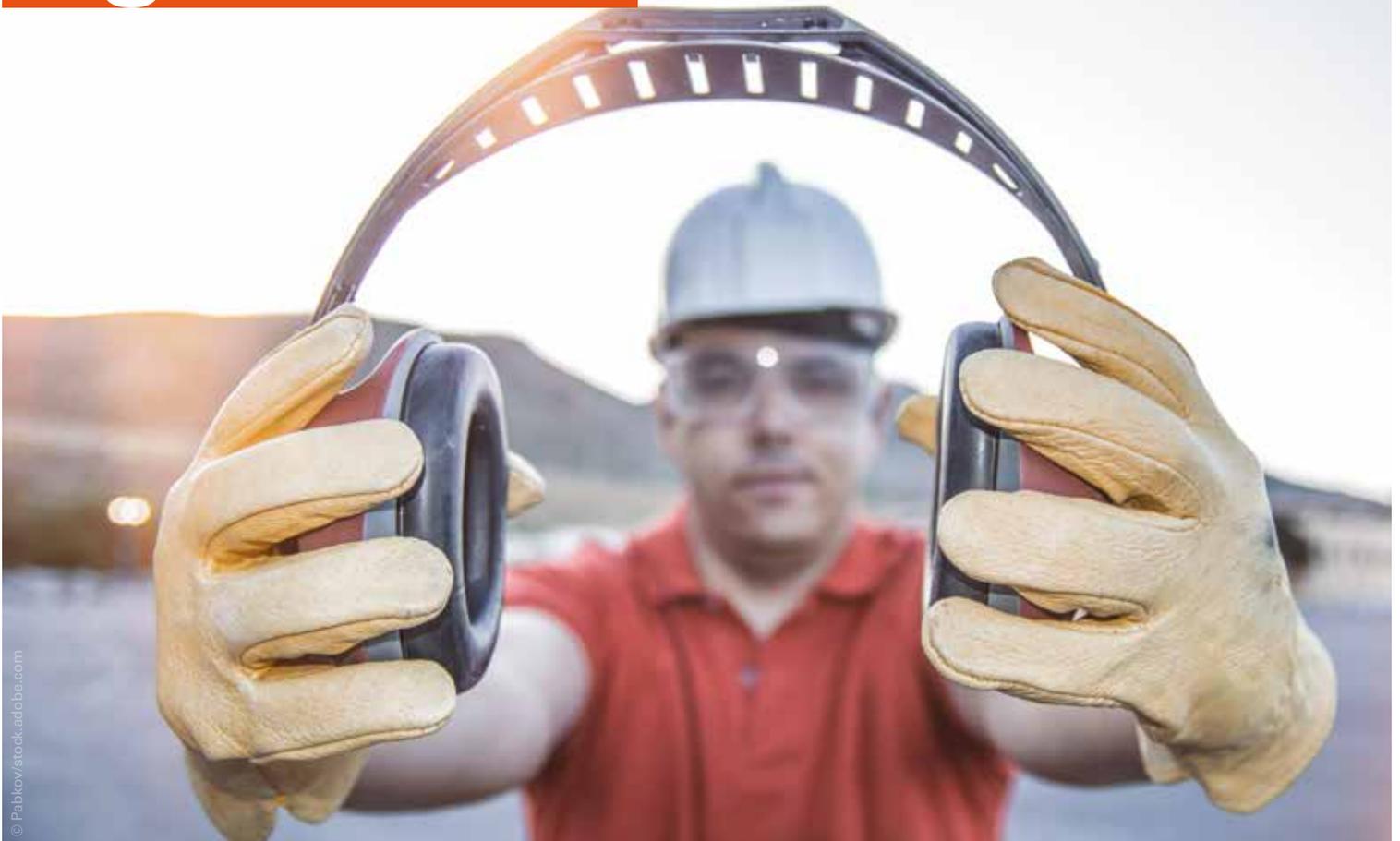
Fachkräfte  
sichern

weiter bilden und Gleichstellung fördern

# METALL

Sonderausgabe 1 | 2020

gesund



© Pabkov/stock.adobe.com

Landesverband Metall Niedersachsen | Bremen

## Erkennen

**Gefährdungsbeurteilungen**  
Das A und O des  
Arbeitsschutzes

## Vermindern

**Schweißbrauche**  
Für richtige Entlüftung  
sorgen

## Vermeiden

**Lärmbelastung**  
Gehörschutz  
verwenden



# INHALT

## **03 Bleiben Sie gesund!**

Editorial

## **04 Zwischenbilanz**

„Metall gesund“ – Betriebliches Gesundheitsmanagement für das Metallhandwerk

## **05 Machen Sie mit**

„Metall gesund“

## **06 Im Fokus: Gesundheitsschutz**

Tellen Maschinenbau nimmt am Projekt „Metall gesund“ teil

## **08 Wenn doch mal etwas passiert ...**

Ein Arbeitsunfall und die Konsequenzen

## **09 Coronavirus und andere Infektionen**

„Wichtig sind Gefährdungsbeurteilungen und betriebliche Pandemie-Pläne“

## **10 Gefährdungsbeurteilungen**

Das A und O des Arbeitsschutzes!

## **11 Arbeitsmedizinische Vorsorge**

Pflichtvorsorge - Angebotsvorsorge - Wunschvorsorge

## **12 Krach macht krank**

Belastung durch Lärm

## **13 Voll auf die Knochen**

Berufsbedingte Muskel-Skelett-Erkrankungen

## **14 Die dicke Luft muss weg!**

Beim Schweißen für die richtige Entlüftung sorgen

## **16 Gesunde Führung – gesunde Unternehmen**

Gutes Betriebsklima zahlt sich aus

## **18 Schutz für das größte Organ**

Belastungen der Haut im Metallhandwerk

## **18 Achtung: Super Sommerwetter!**

Belastung durch Sonnenstrahlung

## **19 Sicher durch die Winterzeit**

Maßnahmen gegen Kälte und Nässe verringern den Krankenstand

## **20 Best Practice**

Gesund arbeiten

### HERAUSGEBER

Landesverband Metall Niedersachsen/Bremen  
Baumschulenallee 12  
30625 Hannover  
Mail: [info@lvm.metallhandwerk.de](mailto:info@lvm.metallhandwerk.de)

Redaktion: Heike Krüger  
Texte: Ines Goetsch,  
[www.igtextservice.de](http://www.igtextservice.de)  
Gestaltung: kwh-design  
Druck: Bartels Druck GmbH

Mitglieder erhalten Metall gesund im Rahmen ihrer Mitgliedschaft kostenlos.  
Aktuelle Auflage: 5.000  
Ausgabe: 1/2020



# Bleiben Sie gesund!

Ein erfolgreiches Unternehmen im Metallhandwerk benötigt Fachwissen, Erfahrung und kaufmännisches Know-how. Herzstück eines jeden Betriebes sind aber immer die Beschäftigten. Ihre Motivation und ihr Einsatz für das Unternehmen schlagen sich wirtschaftlich deutlich nieder. Gesunde Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sind leistungsstärker und haben geringere Fehlzeiten, motivierte Beschäftigte wechseln weniger oft den Arbeitgeber.

Damit Beschäftigte langfristig leistungsstark bleiben, müssen Sie gesund sein und es bleiben. Dazu gehört in der körperlich herausfordernden Metallhandwerksbranche vor allem das Muskel-Skelett-System. Aber auch das Gehör ist in der lauten Arbeitsumgebung gefährdet und chronische Hauterkrankungen gehören ebenfalls zu den „klassischen“ Gesundheitsgefährdungen im Metallhandwerk. Nicht zuletzt gilt es auch, psychische Überlastungen durch die Arbeit zu verhindern.

Wie man seine Beschäftigten (und sich selber!) am effektivsten vor den Belastungen des Arbeitsalltags schützt, ist in vielfältigen Gesetzen, Verordnungen und Regelungen festgelegt. Es erfordert spezielle Kenntnisse und einigen zeitlichen Einsatz, um den eigenen Betrieb rechtssicher beim Arbeits- und Gesundheitsschutz aufzustellen. Genau dabei wollen wir Sie unterstützen. Unsere Erfahrungen aus dem ersten Jahr unseres Projektes „Metall gesund“ ermutigen uns. Die Betriebe, die unser Projektteam bisher besucht und bei der Verbesserung ihres Arbeitsschutzes unterstützt hat, äußern sich zufrieden bis begeistert. Ihre Grundaussage: „Jetzt fühlen wir uns rechtssicher aufgestellt!“ Nutzen Sie die Chance und melden Sie sich noch für eine Projektteilnahme an. Einige Plätze dieses kostenlosen Angebotes sind noch zu vergeben.

In diesem Heft stellen wir die wichtigsten Themen des Arbeits- und Gesundheitsschutzes im Metallhandwerk vor. Wir geben Unternehmerinnen und Unternehmern Hinweise dazu, welche Maßnahmen und Sicherheitsvorkehrungen sie in ihrem Betrieb vornehmen können. Beschäftigte erhalten konkrete Tipps zum persönlichen Gesundheitsschutz.

Karl Lehne

Landesverband Metall Niedersachsen/Bremen



**Heike Krüger**  
Landesverband Metall  
Niedersachsen/Bremen



**Dr. Michael Meetz**  
BASIKNET Gesellschaft für  
Arbeitsschutz mbH

# Zwischenbilanz

## „Metall gesund“ – Betriebliches Gesundheitsmanagement für das Metallhandwerk

2018 startete der Landesverband Metall Niedersachsen/Bremen ein Projekt zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement. Kleinere und mittlere Unternehmen werden dabei unterstützt, gesundheitliche Prävention und Arbeitsschutz in ihre Betriebe zu integrieren.

Dr. Michael Meetz (Beratungsunternehmen BASIKNET) und Heike Krüger (LVM Niedersachsen/Bremen) berichten über den bisherigen Projektverlauf und ziehen eine positive Zwischenbilanz.

■ *Welche Erfahrungen haben Sie als Projektleitung beim Start und bei Ihren Besuchen in den Betrieben gemacht?*

**Heike Krüger:** Nachdem wir das Projekt bei einer Obermeister-Tagung in Hameln im Oktober 2018 vorgestellt haben, gab es eine großartige Resonanz und viele Unternehmen haben sich in der Folge zur Teilnahme angemeldet. Das erste Jahr lief richtig gut und wir hatten eine Menge zu tun. Alle, bei denen wir bisher im Betrieb waren, um den Zustand des Arbeitsschutzes und die Maßnahmen für sichere und gesunde Arbeit unter die Lupe zu nehmen, haben uns bisher ein positives Feedback gegeben.

**Dr. Michael Meetz:** Sehr gut angekommen ist unsere Arbeitsweise. Wir kommen insgesamt dreimal zu Inhouse-Workshops in den Betrieb: Beim ersten Mal machen wir eine Bestandsaufnahme zu den Themen Arbeitsschutz und Arbeitssicherheit. Wir führen dazu auch eine Mitarbeiterbefragung durch. Denn unsere Erfahrung ist, dass es nichts bringt, nur den Chef beziehungsweise die Chefin zu überzeugen. Die Mitarbeiter müssen genauso wissen, was sie langfristig gesund erhält und welchen Gefahren sie im Arbeitsalltag begegnen. Und sie müssen vor allem motiviert sein, sich sicher und gesund zu verhalten.

■ *Wie sind die Metallbaufirmen hinsichtlich des Arbeitsschutzes und der Gesundheitsvorsorge aufgestellt?*

**Dr. Michael Meetz:** Da gibt es natürlich Unterschiede. Grundsätzlich kann man feststellen: Gerade bei den kleinen Unternehmen, wo jeder jeden gut kennt, gibt ein gutes Bewusstsein dafür, wie wichtig gesunde Beschäftigte für den laufenden Betrieb sind. Hier hapert es oft eher an der Systematik und an formalisierten Abläufen.

Das ist aber auch wichtig – besonders wenn es um Rechtssicherheit beim Thema Arbeitsschutz geht. Größeren Firmen fällt es leichter, sich an die vielen rechtlichen Vorgaben und Dokumentationspflichten zu halten.

■ *Welche weiteren Themen sind in diesem Zusammenhang wichtig?*

**Heike Krüger:** Das lässt sich ganz gut an den Ergebnissen unserer Befragungen verdeutlichen. Zu unserem Programm gehört, dass die Beschäftigten in einer anonymen schriftlichen Befragung die Belastungen im Arbeitsalltag einschätzen. Eine der wichtigsten Erkenntnisse ist: Viele Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter fühlen sich zu wenig wertgeschätzt und zu wenig in Angelegenheiten des Betriebes einbezogen. Das führt zu mangelnder Motivation und kann zu Resignation und vermehrter Krankheitsanfälligkeit führen. Wir bleiben aber nicht bei der Bestandsaufnahme stehen. Wir entwickeln mit den Beschäftigten konkrete Vorschläge, was sich ändern müsste. Die Inhaber und Geschäftsführer sind dann oft erstaunt, wie konstruktiv und im Sinne der Firma ihre Angestellten mitdenken. Außerdem werden wir Trainings für Führungskräfte, also auch für Meister, zum Thema „Sicher und gesund führen“ anbieten. Das werden ganz konkrete und auf das Metallhandwerk ausgerichtete Angebote, denn unsere bisherigen Erfahrungen aus dem Projekt werden einfließen.

**Dr. Michael Meetz:** Weitere Topthemen sind eigentlich überall Belastungen durch Lärm, Schmutz und Staub und hohe körperliche Anforderungen. Dass der hohe Lärm im Metallbau krank machen kann, belegen auch die Statistiken der Berufsgenossenschaften: Schwerhörigkeit ist der Spitzenreiter bei den anerkannten Berufskrankheiten im Metallhandwerk. Hier erarbeiten wir mit den Betrieben praktische Lösungen.

■ *Es sind noch ein paar Plätze frei für neue Interessierte. Welchen konkreten Nutzen haben die Betriebe?*

**Heike Krüger:** Wir helfen den Unternehmen dabei, sich hinsichtlich des komplexen Themas Arbeitsschutz rechtssicher aufzustellen und unterstützen sie dabei, ein Betriebliches Gesundheitsmanagement aufzubauen, das allen zugutekommt!

# Machen Sie mit!

„Metall gesund“ ist ein Projekt zum Betrieblichen Gesundheitsmanagement (BGM) im Metallhandwerk, das noch bis zum September 2021 läuft. Veranstalter ist der Landesverband Metall Niedersachsen/Bremen in Zusammenarbeit mit der BASIKNET Gesellschaft für Arbeitsschutz mbH. Die Teilnahme am Projekt und alle Weiterbildungsmaßnahmen sind kostenlos.

## Darum geht es

Wir unterstützen Unternehmen bei der Einführung und Anpassung ihres Betrieblichen Gesundheitsmanagements (BGM), das aus drei Säulen besteht:

- Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz
- Betriebliches Eingliederungsmanagement
- Betriebliche Gesundheitsförderung

## Unsere Leistungen

- Wir analysieren Ihre betriebliche Arbeitsschutzorganisation.
- Wir schulen Sie und erarbeiten mit Ihnen einen konkreten Handlungsplan für Ihr Unternehmen.
- Wir unterstützen Sie dabei, ein Betriebliches Gesundheitsmanagement gut und dauerhaft einzurichten.
- Unser Ziel ist Ihre Rechtssicherheit!

## Ihr Nutzen

- Sie lernen, Ihren betrieblichen Arbeitsschutz zu organisieren und Verantwortlichkeiten festzulegen.
- Sie werden darin geschult, Gefährdungsbeurteilungen und ein betriebliches Gefahrstoffverzeichnis zu erstellen.
- Sie werden dabei unterstützt, Prüftermine von Arbeitsmitteln sowie Mitarbeiterunterweisungen zu planen und zu dokumentieren.
- Sie lernen, einen auf das eigene Unternehmen zugeschnittenen Maßnahmenkatalog für die Betriebliche Gesundheitsförderung zusammenzustellen.

## Ihr Gewinn

- Sie verbessern das Betriebsklima und reduzieren Ausfallzeiten.
- Sie profilieren sich als attraktiver Arbeitgeber.
- Sie gewinnen an Image bei Ihren Kunden.
- Sie steigern Ihre Rechtssicherheit und sorgen für sichere und gesunde Arbeitsplätze!

Nutzen Sie die Chance und melden Sie Ihr Unternehmen an!  
Ihre Ansprechpartnerin:

Heike Krüger  
Tel.: 0177 615 09 61  
heike.krueger@lvm.metallhandwerk.de



Franz-Josef Wilke



Lukas Wilke

## WILKE METALLBAU

„Das Projekt kam bei unseren Mitarbeitern sehr positiv an. Wir haben unter anderem einen besseren Gehörschutz angeschafft. Und die Zeit, die wir in die Workshops und Schulung investiert haben, hat sich spürbar ausgezahlt: Unser Betriebsklima ist besser und unser Krankenstand hat sich verringert. Das Thema Gesundheit ist jetzt bei allen Entscheidungen mit im Hinterkopf.“



Hanna und Eric Ostermeyer

## DÖRHAGE STAHL- UND METALLBAU

„Durch die aktive Einbeziehung unserer Beschäftigten haben diese jetzt ein größeres Verständnis für das Thema Gesundheitsschutz und sind motivierter. Sie machen sich jetzt zum Beispiel gegenseitig darauf aufmerksam, wenn Gefahren drohen. Und wir haben durch die Projektarbeit Rechtssicherheit gewonnen.“



Dr.-Ing. Jens Kuhlmann



Timm Dobo

## EILHAUER MASCHINENBAU GMBH

„Durch das Projekt sind wir definitiv stärker für das gesundheitsbezogene Arbeiten im Betrieb sensibilisiert worden. Wir werden jetzt unsere Gefährdungsbeurteilungen neu gestalten. Sehr gefreut hat uns das klare Feedback unserer Beschäftigten durch die Befragung. Sie wünschen sich unter anderem Betriebssportangebote.“

# Im Fokus: Gesundheitsschutz

## Tellen Maschinenbau nimmt am Projekt „Metall gesund“ teil

Die Tellen Maschinenbau GmbH in Alfhausen (Landkreis Osnabrück) war eines der ersten Unternehmen, das sich am Projekt „Metall gesund“ des Landesverbandes Metall beteiligte. Der mittelständische Familienbetrieb fertigt Sondermaschinen und hochautomatisierte Fertigungslinien. 1982 als Ein-Mann-Betrieb gegründet, arbeiten dort heute 85 Beschäftigte. Kunden sind unter anderem Hersteller von Waschmaschinen und Wäschetrocknern, Metalltüren und -toren sowie die folienverarbeitende Industrie.

„Mein Mann hatte an der Innungsversammlung im Frühjahr 2019 teilgenommen. Dort wurde das Projekt vorgestellt. Das hat ihn überzeugt“, berichtet Hildegard Tellen, die im Unternehmen für Personal und Buchführung zuständig ist. Geschäftsführer sind ihr Ehemann Bernhard Tellen und Tochter Lisa Kenning, beide Diplom-Ingenieure. „Uns war klar, dass wir die Themen Arbeits- und Gesundheitsschutz strukturierter und systematischer angehen wollen“, so Hildegard Tellen, „außerdem wollten wir durch die Mitarbeiterbefragung im Projekt mehr über die Interessen und

Wünsche unserer Beschäftigten erfahren, um den Arbeits- und Gesundheitsschutz zu optimieren.“ Von einer Befragung durch betriebsfremde Personen habe man sich dazu bessere Ergebnisse versprochen.

Heike Krüger (Landesverband Metall Niedersachsen/Bremen) und Projektpartner Michael Meetz (BASIKNET) besuchten das Unternehmen zum ersten Mal im Mai 2019. „Am ersten Projekttag findet immer eine ausführliche Betriebsbegehung mit der Geschäftsleitung statt“, erklärt Heike Krüger. Die Projektleiterin hat den Besuch in Alfhausen gut in Erinnerung: „Uns hat die konzentrierte und freundliche Arbeitsatmosphäre dort gut gefallen – und die ganz besondere Architektur“, schildert sie ihre ersten Eindrücke.

■ *Hell und freundlich ist es selbst in der Werkstatt: Alle Gebäude von Tellen Maschinenbau haben große Fensterflächen und viele Holzelemente.*





■ *Frisch gekocht und geliefert: Tellen Maschinenbau bietet seinen Beschäftigten täglich ein warmes Mittagsmenü an sowie einen frisch vor Ort zubereiteten Salat. Das Unternehmen gibt einen Zuschuss.*

Die Werkhallen der Tellen Maschinenbau GmbH entsprechen schon durch ihre Bauweise nicht den üblichen Standards. Sie sind in süddeutscher Architektur in Holzständerbauweise erbaut – mit großen Fensterflächen und vielen Holzelementen in Werkstatt und Verwaltung. „Wir haben uns bei unserer Gründung vor über 30 Jahren ganz bewusst dafür entschieden“, erklärt Hildegard Tellen, „wir sagten uns damals: Hier werden wir den Großteil unseres Tages verbringen, da wollen wir uns auch wohlfühlen!“ Heike Krüger bestätigt: „Auch bei den Beschäftigten kommt das Arbeiten in den lichtdurchfluteten und sehr gepflegt wirkenden Räumen offensichtlich gut an.“

Im Anschluss an die Betriebsbegehung findet die schriftliche anonyme Mitarbeiterbefragung statt. Dazu kommen die Beschäftigten mit den Projektleitern für eine halbe Stunde im Pausenraum zusammen, einem gesonderten Gebäude in Gartenhaus-Optik. Auch Verständnisfragen zu den Themen der Befragung seien dort geklärt worden. „Es ist wichtig, dass die Beschäftigten mit uns als neutralen Gesprächspartnern reden können“, sagt Heike Krüger.

Dann trifft sich das Projektteam, das sich aus der Projektleitung von „Metall gesund“, Geschäftsführung und Beschäftigten aus dem Unternehmen zusammensetzt. Gemeinsam machen sie eine Bestandsaufnahme des betrieblichen Gesundheitsmanagements. „Die Arbeitssicherheit mit ihrem Kerninstrument, den Gefährdungsbeurteilungen, zu denen jedes Unternehmen verpflichtet ist, ist dabei natürlich ein wichtiges Thema“, erklärt Meetz. Dabei wird die Geschäftsführung nicht nur informiert, sondern auch unterstützt. „Wir haben erfahren, dass die anonymen Mitarbeiterbefragungen auch als Hauptteil bei den Gefährdungsbeurteilungen zur psychischen Gesundheit verwendet werden können“ berichtet Hildegard Tellen.

Beim zweiten Workshop im August präsentieren die „Metall gesund“-Projektleiter die Ergebnisse aus der Bestandsaufnahme und der Befragung vor allen Mitarbeitern und der Geschäftsführung. „Wir haben erfahren, dass vieles bei uns diesbezüglich schon

richtig gut läuft“, berichtet Hildegard Tellen. Verbesserungswünsche der Beschäftigten gab es beispielsweise beim Thema Gehör- und Transparenz im Unternehmen. „Wir hatten bisher schon regelmäßige Treffen von Geschäftsführung und Abteilungsleitungen. Durch die Befragung stellte sich heraus, dass sich auch unsere Beschäftigten mehr Informationen über die Planungen im Unternehmen wünschen. Deshalb haben wir da nachgebessert. Jetzt legen wir zum Beispiel regelmäßig Informationen zu neuen Aufträgen aus und halten häufiger Betriebsversammlungen ab“, so Hildegard Tellen.

Nicht alle Wünsche könne man sofort umsetzen, räumt die Personalchefin ein. Manche Verbesserungsideen seien auch aus wirtschaftlichen Gesichtspunkten nicht unmittelbar umsetzbar. Beim dritten Projekttag wird man mit Heike Krüger und Michael Meetz eine Wirkungsanalyse der bisher eingeleiteten Maßnahmen machen und das weitere Vorgehen und Konsequenzen besprechen.

„Aber wir sind jetzt dran am Thema“, sagt Hildegard Tellen, „wir haben dazu ein Team aus Geschäftsführung und Beschäftigten verschiedener Abteilungen zum Thema Arbeits- und Gesundheitsschutz gebildet.“ Themen sind der weitere Umgang mit den Ergebnissen der Mitarbeiterbefragung und der Bestandsaufnahme des ersten Workshops. Das Team wird sich auch nach Projektende regelmäßig weiter treffen.

Mit einer besonderen Aktion hat die Geschäftsführung das Thema Gesundheitsschutz auch ganz praktisch angepackt. An zwei Tagen war ein Physiotherapeut im Betrieb. Er hat sich bei jedem Mitarbeiter, der es wollte, den Arbeitsplatz angesehen und individuelle Tipps zur Verbesserung der Haltung gegeben. Das sei besonders bei den Mitarbeitern, die überwiegend am Schreibtisch arbeiten, gut angekommen, berichtet die Personalleiterin. „Wir haben durch das Projekt gelernt, dass sicheres und gesundes Arbeiten eine kontinuierliche Aufgabe ist, die Führungskräfte und Beschäftigte am besten gemeinsam wahrnehmen sollten“, meint Hildegard Tellen.

■ *Die Unternehmer-Familie (v.l.): Aron Tellen, Johannes Tellen, Hildegard Tellen, Bernhard Tellen, Lisa Kenning*





# Wenn doch mal etwas passiert ...

## Ein Arbeitsunfall und die Konsequenzen

Es ist herrliches Wetter an diesem Freitagnachmittag im Spätsommer. Karl F. und Erwin Z., Beschäftigte des Metallbauunternehmens M.\*, sind für Montagearbeiten auf dem Dach eines Gebäudes im Gewerbegebiet einer niedersächsischen Kleinstadt. Der Feierabend naht, das Wochenende kann bald für die beiden beginnen.

Geschäftsführer Friedrich M. berichtet: „Einer meiner beiden Gesellen, Erwin Z., begann schon mal, die Werkzeuge einzusammeln und aufzuräumen und verließ deswegen für kurze Zeit das Dach.“ Als Erwin Z. zurückkehrt, ist das Dach leer. Er ruft seinen Kollegen und bekommt keine Antwort. Schließlich findet er ihn bewusstlos in einem Nebengebäude. Karl F. ist etwa sieben Meter durch das Dach in die Halle heruntergestürzt und liegt dort mit schweren Verletzungen.

In wenigen Minuten ist der Rettungshubschrauber da und bringt Karl F. ins Krankenhaus. Der damals 25-Jährige hat schwere Kopfverletzungen und Hirnswellungen erlitten, wird monatelang im Krankenhaus und anschließend in einer Reha-Klinik behandelt. „Wir wissen bis heute nicht, warum Karl seinen eigentlichen Arbeitsplatz auf dem Dach verlassen hat und auf den anderen Dachabschnitt gewechselt ist“, berichtet Friedrich M.

### „Wo sind ihre Gefährdungsbeurteilungen?“

Zur Sorge um den jungen Mitarbeiter hat Geschäftsführer Friedrich M. noch weitere Probleme: „Gleich nach dem Rettungsdienst kam die Polizei, später folgten Gewerbeaufsicht und Staatsanwaltschaft – das volle Programm“, erinnert er sich, „und die stellten viele Fragen!“ Er habe damals gedacht, sein Unternehmen sei in Sachen Arbeitsschutz auf „der sicheren Seite“. Der Metallbaubetrieb hatte einen externen Dienstleister als Fachkraft für Arbeitssicherheit bestellt, der die Beschäftigten auch in den verschiedenen Gefährdungsbereichen unterwiesen hatte. „Staatsanwaltschaft

und Gewerbeaufsicht wollten aber nicht unsere dokumentierten Unterweisungen sehen. Die entscheidende Frage lautete: 'Wo sind Ihre Gefährdungsbeurteilungen?', berichtet Friedrich M.

### Arbeitsschutz ist Chefsache - Hilfe durch die Berufsgenossenschaft

„Da wurde mir klar, dass wir das Thema selbst anpacken müssen!“, meint der Geschäftsführer, und macht das Thema Arbeitsschutz zur Chefsache. Er lässt sich von der Berufsgenossenschaft Holz und Metall (BGHM) gründlich beraten und nimmt an Fortbildungen zum Arbeitsschutz teil – im Rahmen des so genannten „Unternehmermodells“. Friedrich M.: „Damit können kleine Unternehmen mit bis zu 50 Beschäftigten ihren Arbeitsschutz selbst organisieren.“ Er lobt die BGHM: „Man denkt ja sonst eher ‚Hilfe, die BG kommt ...‘, meint Friedrich M. Er habe in Folge des schweren Unfalls aber erfahren, wieviel kompetente Unterstützung diese geben könne.

Der Metallbauer hat Glück gehabt. Karl F. konnte ein Jahr nach dem Unfall und einer Umschulung wieder arbeiten. Heute ist er in einem anderen Unternehmen im kaufmännischen Bereich tätig. „Er ist vollständig genesen und hat keine bleibenden Schäden zurückbehalten“, sagt Friedrich F., „darüber sind wir sehr erleichtert.“

Seine Konsequenz aus dem Arbeitsunfall ist gleichzeitig sein Tipp an andere Betriebe: „Nehmen Sie das Thema Arbeitsschutz ernst! Machen Sie sich schlau, damit Sie selber beurteilen können, ob ihr Betrieb rechtssicher aufgestellt ist.“

\*1 alle Namen geändert

\*2 Das „Unternehmermodell“ ist in der DGUV Vorschrift 2, Anlage 3 beschrieben und heißt dort offiziell „Alternative bedarfsorientierte betriebsärztliche und sicherheitstechnische Betreuung“.

# Coronavirus und andere Infektionen

„Wichtig sind Gefährdungsbeurteilungen und betriebliche Pandemie-Pläne“

**Dr. med. Ilias Vrezas, Facharzt für Arbeitsmedizin, ArbMedicus, Berlin, erläutert, was Unternehmen tun müssen, um ihre Beschäftigten im Betrieb vor Infektionswellen zu schützen und um ihre Betriebsabläufe aufrecht zu erhalten.**

*„Während wir dieses Gespräch führen, erleben wir gerade die weltweite Ausbreitung des gefährlichen Corona-Virus. Aber auch dann, wenn diese Pandemie überstanden ist, wird es weiterhin Infektionskrankheiten geben. Was können Betriebe zum Schutz ihrer Beschäftigten und zur Aufrechterhaltung der Betriebsabläufe vorbeugend tun?“*

**Dr. Ilias Vrezas:** Die aktuelle Pandemie durch das neue Coronavirus (SARS-CoV-2) hat alle für das Thema stärker sensibilisiert. Das ist aus meiner Sicht als Arbeitsmediziner eine positive Begleiterscheinung dieser Krise. Wir empfehlen den Unternehmen immer die Erstellung eines Pandemieplans. Die Betriebe haben zwar mitunter solche Pläne, häufig sind sie aber völlig veraltet, weil sie zum Beispiel vor zehn Jahren zur Zeit der sogenannten Schweinegrippe erstellt und nie aktualisiert wurden. Selbst wenn das Virus nicht so gefährlich ist, kann es ja zu großen Krankenständen in einem Betrieb kommen, etwa während der jährlichen Grippe-Saison.

## ■ Was beinhaltet ein Pandemie-Plan für Unternehmen?

**Dr. Ilias Vrezas:** Ein Ziel ist, zu verhindern, dass die betrieblichen Abläufe nicht völlig zusammenbrechen. Zu einem Pandemieplan gehört zum Beispiel im organisatorischen Bereich festzulegen, wer im Betrieb im Falle einer Pandemie externer und interner Ansprechpartner ist, wer Entscheidungen trifft, welche Betriebsabläufe vorrangig aufrechterhalten werden müssen sowie durchgängige Vertretungsregeln. Außerdem sollten Vorkehrungen getroffen werden, um ausreichendes Schutzmaterial für verstärkte Hygienemaßnahmen bereitstellen zu können. In einen Pandemiplan gehören außerdem Regelungen, wie Betriebsabläufe unter Einhaltung des Mindestabstandes (sowohl zwischen den Beschäftigten und Kunden als auch zwischen den Beschäftigten untereinander) weiterhin eingehalten werden können.

## ■ Was ist gesetzlich geregelt?

**Dr. Ilias Vrezas:** Grundsätze des Gesundheitsschutzes in Unternehmen sind im Arbeitsschutzgesetz, in der Arbeitsstättenverordnung und in den Technischen Regeln für Arbeitsstätten festgelegt. Das Arbeitsschutzgesetz schreibt vor, dass jedes Unternehmen die Gesundheitsgefährdungen ermitteln und beurteilen muss, die am jeweiligen Arbeitsplatz entstehen können (Gefährdungsbeurteilungen). Dazu gehören auch biologische Gefährdungen durch Viren und Bakterien. In der Arbeitsstättenverordnung steht Grundsätzliches zur Hygiene im Unternehmen. Die Technischen Regeln enthalten konkrete Hygieneregeln, zum Beispiel für Pausen- und Sanitärräume sowie Fußböden.

## ■ Was können Betriebe außerdem tun, um die Verbreitung von Infektionen im Betrieb zu verhindern?

**Dr. Ilias Vrezas:** Hygienemaßnahmen konsequent umsetzen und die Beschäftigten regelmäßig darin unterweisen. Damit die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auch motiviert sind, die Hygieneregeln zu beachten, sollten die Waschgelegenheiten und Sanitärräume entsprechend ausgestattet sein. Ich höre als Arbeitsmediziner bei meinen Besuchen in Betrieben immer mal wieder von den Beschäftigten, dass sie die Sanitärräume ungerne benutzen. Die Mindestanforderungen werden meist eingehalten, aber mitunter wirken sie trotzdem ungepflegt, zum Beispiel aufgrund veralteter Sanitärtechnik oder weil die Reinigung als unzureichend empfunden wird. Zusätzlich ist es ratsam, kostenlose Impfaktionen anzubieten, zum Beispiel Impfungen gegen die saisonale Grippe.

## ■ Was können Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter zu ihrem eigenen Schutz tun?

Nicht nur das neue Coronavirus verbreitet sich vor allem über die Luft, sondern auch andere Viren, wie etwa die Grippe-Viren. Zum eigenen Schutz gilt eigentlich immer: Regelmäßig die Hände waschen, Abstand zu anderen halten und in die Armbeuge niesen oder husten, wenn kein Taschentuch zur Hand ist.

### Weitere Informationen:

- Arbeitsschutzgesetz
- Arbeitsstättenverordnung
- Technische Regeln für Arbeitsstätten
- 10 Tipps zur betrieblichen Pandemieplanung (DGUV)



*Dr. med. Ilias Vrezas, Facharzt für Arbeitsmedizin, ArbMedicus, Berlin*

# Gefährdungsbeurteilungen

## „Das A und O des Arbeitsschutzes!“

Welche große Bedeutung die Gefährdungsbeurteilungen (GBU) beim betrieblichen Gesundheitsschutz haben, erläutern Dr. Michael Meetz (Beratungsunternehmen BASIKNET) und Heike Krüger (LVM Niedersachsen/Bremen) im Gespräch.

### ■ Warum ist die Gefährdungsbeurteilung so wichtig?

**Heike Krüger:** Die Gefährdungsbeurteilung ist das zentrale Element im betrieblichen Arbeitsschutz. Wenn die Berufsgenossenschaft oder die Gewerbeaufsicht ein Unternehmen aufgrund eines Unfalls oder routinemäßig besucht, wird als erstes nach den Gefährdungsbeurteilungen im Betrieb gefragt. Sie sind die Grundlage eines systematischen und erfolgreichen Sicherheits- und Gesundheitsmanagements im Betrieb.

### ■ Viele Unternehmen bestellen eine externe Fachkraft für Arbeitsschutz. Ist das nicht ausreichend?

**Heike Krüger:** Das ist grundsätzlich schon gut. Aber verantwortlich für den Arbeitsschutz im Betrieb ist und bleibt der Unternehmer beziehungsweise die Unternehmerin. Sie sind es, die im Ernstfall verantwortlich gemacht werden, wenn etwas passiert. Sie müssen wissen, welchen Gefährdungen ihre Beschäftigten im Betrieb ausgesetzt sind. Wenn ein Unternehmer selber weiß, worauf es beim Arbeitsschutz ankommt, kann er den externen Dienstleister auch besser anleiten und überprüfen.

### ■ Was gehört in eine Gefährdungsbeurteilung?

**Dr. Michael Meetz:** In den GBU werden alle Tätigkeitsbereiche eines Betriebes daraufhin bewertet, welche vorhersehbaren gesund-

heitlichen Gefährdungen sie beinhalten können. In jeder GBU wird eine Einschätzung darüber vorgenommen, ob und welche konkreten Gefährdungen durch die jeweilige Tätigkeit entstehen und es sind Maßnahmen zur Gefahrenabwehr festzulegen.

### ■ Für welche Tätigkeitsbereiche im Metallhandwerk sind GBU erforderlich?

**Heike Krüger:** Grundsätzlich muss jede Tätigkeit in einer GBU berücksichtigt werden. Schwerpunkte im Metallhandwerk sind Werkstatt bzw. Werkhalle, Verwaltung – zum Beispiel Bildschirmarbeitsplätze –, Verladung und Transport sowie alle Bereiche, in denen Gefahrstoffe eingesetzt werden. Ganz wichtig: Auch für jede Baustelle muss eine Gefährdungsbeurteilung erstellt werden.

### ■ Wie muss die Gefährdungsbeurteilung aussehen und was gehört dort hinein?

**Dr. Michael Meetz:** Es gibt keine gesetzlichen Verpflichtungen hinsichtlich der Form. Vorgeschrieben ist nur, dass sie schriftlich erfolgen muss. Es gibt Mustervorlagen für einzelne Tätigkeitsbereiche, beispielsweise bei der Berufsgenossenschaft Holz und Metall. Teilnehmer am Projekt „Metall gesund“ werden in der Erstellung von GBU geschult und erhalten eine Einführung für die Nutzung des Online-Arbeitsschutzportals unter [www.metallhandwerk-arbeitssicherheit.de](http://www.metallhandwerk-arbeitssicherheit.de) (siehe Infokasten links).

**Heike Krüger:** Unternehmen, die am Projekt „Metall gesund“ teilnehmen, können dieses Online-Portal ein Jahr kostenlos nutzen. Dort wird man Schritt für Schritt durch die Erstellung der GBU geführt.

### ■ Was ist mit den Mitarbeiterunterweisungen?

**Dr. Michael Meetz:** Auf Grundlage der Gefährdungsbeurteilungen müssen für die jeweiligen festgestellten Gefährdungen regelmäßig Mitarbeiterunterweisungen stattfinden. Sie müssen vor der erstmaligen Arbeitsaufnahme erfolgen und einmal jährlich wiederholt werden. Auszubildende unter 18 Jahren müssen zweimal jährlich unterwiesen werden. Wichtig ist die Dokumentation dieser Unterweisungen. Die Beschäftigten müssen unterschreiben, dass sie an der Unterweisung teilgenommen haben, diese verstanden haben und bestätigen, dass sie sich danach richten werden.

## metallhandwerk-arbeitssicherheit.de

Das Online-Portal [metallhandwerk-arbeitssicherheit.de](http://www.metallhandwerk-arbeitssicherheit.de) ermöglicht Ihnen, die vom Gesetzgeber geforderte betriebliche Dokumentation ohne großen Zeitaufwand einzurichten und stets auf dem aktuellen Stand zu halten.

Alle Hilfen sind auf das Metallhandwerk zugeschnitten. Das Portal ist übersichtlich und einfach zu nutzen. Damit bekommen Sie die Basis Ihres betrieblichen Arbeitsschutzes in den Griff. Erstellen und pflegen Sie online Ihre

- Gefährdungsbeurteilungen
- Unterweisungen
- Betriebsanweisungen
- Gefahrstoffverzeichnis

Teilnehmer des Projektes „Metall gesund“ erhalten eine Schulung sowie einen einjährigen kostenlosen Zugang zum Portal.

### Weitere Informationen:

- BGHM Kompendium Grundsätze der Prävention 2015
- Mustervorlagen für Gefährdungsbeurteilungen auf [www.bghm.de](http://www.bghm.de)
- Online-Portal [www.metallhandwerk-arbeitssicherheit.de](http://www.metallhandwerk-arbeitssicherheit.de)

Dr. Florian Struwe  
Berufsgenossenschaft  
Holz und Metall (BGHM)



Foto: privat

# Arbeitsmedizinische Vorsorge

## Pflichtvorsorge - Angebotsvorsorge - Wunschvorsorge

Arbeitsmedizinische Vorsorge ist eine individuelle Arbeitsschutzmaßnahme. Sie darf technische und organisatorische Arbeitsschutzmaßnahmen nicht ersetzen, kann diese aber wirksam ergänzen. Sie findet im geschützten Raum und unter dem Siegel der Verschwiegenheit des Betriebsarztes statt. Dort können sich Beschäftigte zu den Wechselwirkungen zwischen ihrer Arbeit und der eigenen Gesundheit informieren und beraten lassen. Ziel der arbeitsmedizinischen Vorsorge ist es, arbeitsbedingte Gesundheitsbeschwerden frühzeitig zu erkennen und entsprechende Erkrankungen einschließlich Berufskrankheiten zu verhüten. Die Vorsorge umfasst immer ein ärztliches Beratungsgespräch mit einer Anamnese einschließlich Arbeitsanamnese. Hält der Betriebsarzt zur Aufklärung und Beratung körperliche oder klinische Untersuchungen für erforderlich, so bietet er diese an. Diese Untersuchungen dürfen allerdings nicht gegen den Willen der oder des Beschäftigten durchgeführt werden.

### Pflichtvorsorge

Die Pflichtvorsorge ist eine arbeitsmedizinische Vorsorge, die der Arbeitgeber bei bestimmten, besonders gefährdenden Tätigkeiten, zu veranlassen hat. Diese Tätigkeiten sind im Anhang der Verordnung zur arbeitsmedizinischen Vorsorge (ArbMedVV) aufgeführt. Der Arbeitgeber darf diese Tätigkeiten nur ausüben lassen, wenn zuvor eine Pflichtvorsorge durchgeführt worden ist. Dies führt dazu, dass Beschäftigte faktisch verpflichtet sind, an dem Vorsorgetermin teilzunehmen. Auch bei der Pflichtvorsorge dürfen körperliche oder klinische Untersuchungen nicht gegen den Willen der oder des Beschäftigten durchgeführt werden.

### Beispiele für Anlässe zur Pflichtvorsorge im Metallhandwerk

Es gibt gemäß dem Anhang der ArbMedVV verschiedene Anlässe zur Pflichtvorsorge im Metallhandwerk. So zu Beispiel:

- bestimmte Tätigkeiten mit Gefahrstoffen, wie das Schweißen und Trennen von Metallen,
- bestimmte Tätigkeiten mit physikalischen Einwirkungen, wie Hitze, Lärm, Vibrationen oder künstliche optische Strahlung,
- Tätigkeiten, die das Tragen von Atemschutzgeräten der Gruppe 2 (Filtergeräte mit Partikelfiltern der Partikelfilterklasse P3) sowie der Gruppe 3 (frei tragbare Isoliergeräte) erfordern,
- bestimmte Tätigkeiten im Ausland mit besonderen klimatischen Belastungen und Infektionsgefährdungen.

### Angebotsvorsorge

Die Angebotsvorsorge ist eine arbeitsmedizinische Vorsorge, die der Arbeitgeber den Beschäftigten bei bestimmten gefährdenden Tätigkeiten anzubieten hat. Diese sind ebenfalls im Anhang der ArbMedVV aufgeführt. Beispiele für Anlässe zur Angebotsvorsorge im Metallhandwerk:

- Tätigkeiten, die das Tragen von Atemschutzgeräten der Gruppe 1 (wie z. B. Filtergeräte mit Partikelfilter der Partikelfilterklassen P1 und P2; partikelfiltrierende Halbmasken, FFP 1, FFP 2 oder FFP 3) erfordern,
- bestimmte Tätigkeiten mit wesentlichen erhöhten körperlichen Belastungen, die mit Gesundheitsgefährdungen für das Muskel-Skelett-System verbunden sind,
- Tätigkeiten an Bildschirmgeräten.

Auch nach Beendigung bestimmter, im Anhang der ArbMedVV aufgeführter Tätigkeiten hat der Arbeitgeber gegenwärtigen oder ehemaligen Beschäftigten, bei denen nach längeren Latenzzeiten Gesundheitsstörungen auftreten können, eine nachgehende Vorsorge anzubieten. Am Ende des Beschäftigungsverhältnisses überträgt der Arbeitgeber diese Verpflichtung auf den zuständigen gesetzlichen Unfallversicherungsträger und überlässt ihm die erforderlichen Unterlagen in Kopie, sofern die oder der Beschäftigte eingewilligt hat.

### Wunschvorsorge

Wunschvorsorge ist arbeitsmedizinische Vorsorge, die der Arbeitgeber dem Beschäftigten über den Anhang der ArbMedVV hinaus bei allen Tätigkeiten zu gewähren hat. Dieser Anspruch besteht nur dann nicht, wenn auf Grund der Beurteilung der Arbeitsbedingungen und der getroffenen Schutzmaßnahmen nicht mit einem Gesundheitsschaden zu rechnen ist.

#### Weitere Informationen:

- Verordnung zur arbeitsmedizinischen Vorsorge (ArbMedVV), zuletzt geändert 2019 ([www.bghm.de](http://www.bghm.de), Webcode 563)
- Arbeitsmedizinische Regeln (AMR) ([www.bghm.de](http://www.bghm.de), Webcode 262)



# Krach macht krank

## Belastung durch Lärm

Im Metallbetrieb ist es an vielen Orten richtig laut. Die Arbeit in der Produktion, auf Montage und auf Baustellen erzeugt Lärmpegel, die ungedämmt und ungeschützt die Gesundheit massiv schädigen können. Schwerhörigkeit ist mit großem Abstand die häufigste Berufskrankheit im Metallhandwerk. Außerdem ist die Unfallgefahr bei Lärmbelastung erhöht und verschiedene Stresserkrankungen können durch permanente Lärmbelastung am Arbeitsplatz ausgelöst werden.

Bei der Umfrage in den Betrieben im Rahmen des Projektes „Metall gesund“ gaben 67 Prozent der Beschäftigten an, dass sie Lärm an ihrem Arbeitsplatz als gesundheitliche Belastung empfinden. Deswegen ist es wichtig, die Belastungen soweit wie möglich zu vermindern, um die Beschäftigten vor Lärmschäden wirksam zu schützen.

### Lärm an der Quelle vermindern

Unternehmensleitungen sind grundsätzlich verpflichtet, Gefährdungsbeurteilungen für Lärm durchzuführen und ihre Beschäftigten entsprechend zu unterweisen.

#### Praktische Beispiele zur Lärminderung:

- Austausch der Arbeitsmittel (Beispiel: lärmgeminderte Druckluftdüsen)
- Bei Neuanschaffung von Maschinen auf Lärmemissionswerte achten
- Einhausung der Maschinen
- Einbau schallabsorbierender Wand- und Deckenverkleidungen
- Verlegung schallabsorbierender Böden / Teilböden

#### Weitere Informationen:

- Technische Regeln zu Lärm und Vibrationsschutz (TRLV Lärm)
- DGUV Info 209-023 Lärm am Arbeitsplatz
- DGUV Regel 112-194 Benutzung von Gehörschutz

### Lärmbelastung der Beschäftigten vermindern

#### Gehörschutz/ Persönliche Schutzausrüstung:

- Ab einem Tages-Lärmexpositionspegel von 80 Dezibel sind Arbeitgeber verpflichtet, geeigneten Gehörschutz zur Verfügung zu stellen. Dieser Wert entspricht dem typischen Lärmpegel in einer Metallbau-Werkstatt.
- Ab einem Tages-Lärmexpositionspegel von 85 Dezibel muss der Arbeitgeber Gehörschutz anordnen und dessen Verwendung überwachen. Dieser Wert wird zum Beispiel bereits erreicht, wenn fünfzehn Minuten am Tag mit einem Winkelschleifer mit einem Schallpegel von ca. 100 Dezibel gearbeitet wird.\*

#### Welche Gehörschutztypen gibt es?

- Ohrstöpsel aus formbarem Schaumstoff
- Kapselgehörschützer (Optik wie veraltete Musikkopfhörer)
- Otoplastik (werden von Hörgeräteakustikern individuell gefertigt und in das Ohr eingesetzt)
- Lärmschutzhelme in Kombination mit Kapselgehörschützern

**Wichtig:** Der Gehörschutz kann nur wirken, wenn er optimal individuell angepasst bzw. eingesetzt wird. Das erfordert einige Übung.

### Von den Beschäftigten zu tun

- Regelmäßige Teilnahme an Pflichtvorsorgeuntersuchungen und Unterweisungen
- Gehörschutz sachgerecht und konsequent benutzen
- Probleme mit dem Gehörschutz bei der Abteilungs- / Unternehmensleitung melden
- Auf neue und veränderte Lärmbelastungen hinweisen
- Kollegen auf Gefahren hinweisen

\*Wert und Beispiel: BGHM-Aktuell 06/2016 „Metallbau und Bauschlosserei“ auf [www.bghm.de](http://www.bghm.de)

# Voll auf die Knochen

## Berufsbedingte Muskel-Skelett-Erkrankungen

Arbeiten überwiegend im Stehen, häufiges Heben und Tragen schwerer Lasten und insgesamt viel schwere körperliche Arbeit – das sind typische Arbeitsbelastungen im Metallhandwerk. In der Befragung im Rahmen des Projektes „Metall gesund“ haben 72 Prozent der Mitarbeiter in den Metallhandwerksbetrieben in Niedersachsen diese Belastungen am häufigsten genannt. Damit einher gehen Rückenschmerzen (52 Prozent), Beschwerden im Schulter-/Nackbereich (42 Prozent) sowie Knieschmerzen (34 Prozent) und Probleme mit Beinen und Füßen (26 Prozent). (Die Prozentzahlen in Klammern geben die Häufigkeit der Nennungen in der o.g. Befragung wieder.)

Wenn diesen körperlichen Belastungen nicht frühzeitig entgegen-gesteuert und durch präventive Maßnahmen begegnet wird, ist das Ergebnis vorprogrammiert: Sogenannte degenerative Muskel-Skelett-Erkrankungen wie beispielsweise Arthrosen in Hand, Knien oder Hüfte sowie Bandscheibenvorfälle stehen laut Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin (BAUA) deutschlandweit an der Spitze der Erkrankungen, die zu Arbeitsunfähigkeit und vorzeitiger Erwerbsunfähigkeit führen. (BAUA, Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit 2017). Auch das Unfallrisiko und die Verletzungsgefahr sind durch langandauernde einseitige körperliche Fehlbelastungen erhöht.

Wer also möchte, dass die eigenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gesund und leistungsfähig bleiben, muss sie regelmäßig darüber aufklären, wie sie sich bei der Arbeit möglichst körperschonend und richtig bewegen – beim Stehen und Bücken, beim Heben, Tragen und bei der Bedienung von Maschinen. Gezielter Ausgleichssport ist ebenfalls empfehlenswert – damit es eben nicht „voll auf die Knochen“ geht.

### Vom Unternehmen zu tun (Verhältnisprävention)

- Gummimatten oder andere tritt- und vibrationsdämpfende Bodenbeläge
- Bereitstellung passender Sicherheitsschuhe (bei der Auswahl darauf achten, dass sie auch für orthopädische Einlagen geeignet sind)
- Tragehilfen
- Ergonomische Arbeitstische (z.B. höhenverstellbar)
- Bedarfssitze und Stehhilfen
- Beseitigung von Stolperfallen und Rutschgefahren
- Vorsorge und Unterweisungen zum Schutz vor körperlichen Fehlbelastungen
- Wechsel von stehenden, gehenden und sitzenden Tätigkeiten planen/anbieten

### Von den Beschäftigten zu tun (Verhaltensprävention)

- Regelmäßige Teilnahme an Unterweisungen und Vorsorge
- Körperschonende Haltungen beim Arbeiten im Stehen, Gehen und Sitzen
- Gutsitzende Sicherheitsschuhe verwenden – evtl. mit orthopädischen Einlagen
- In regelmäßigen Abständen beim Orthopäden die Füße auf Fehlstellungen hin untersuchen lassen
- Auf körperliche Belastungen am Arbeitsplatz hinweisen
- Ausgleichssport betreiben
- Kollegen auf Gefahren hinweisen

### Weitere Informationen:

- Muskel-Skelett-Belastungen in Holz- und Metall-Branchen – Hinweise zu Gefährdungsbeurteilung und Prävention, (BGHM 2017)
- Pflichtvorsorgeuntersuchung nach G 46 Belastungen des Muskel- und Skelettsapparates einschl. Vibration
- „Klein, aber fein! Sicherheit und Gesundheit in Handwerksbetrieben“ (BAUA 2007)





**Rolf Woyzella (BGHM)**  
Berufsgenossenschaft  
Holz und Metall (BGHM)

# Die dicke Luft muss weg!

## Beim Schweißen für die richtige Entlüftung sorgen

Schweißen gehört in sehr vielen metallverarbeitenden Betrieben zum Arbeitsalltag. Wird Metall unter hohem Energieeinsatz geschmolzen, bleiben Begleiterscheinungen nicht aus: Rauche und Gase entstehen, die die Gesundheit beeinträchtigen können.

### Was sind Schweißbrauche?

Die beim Schweißen entstehenden Rauche sind vorwiegend Metalloxide sowie Gase, die im Wesentlichen aus Kohlenmonoxid oder Stickstoffoxid bestehen. Letztere dominieren insbesondere beim Autogenschweißverfahren. Beim Lichtbogenschweißen (MIG, MAG, WIG, LBH) entstehen hingegen eher partikelförmige Stoffe, also Stäube.

### Was ist an den Schweißbrauchen gefährlich?

Ebenso komplex wie die Zusammensetzung der Schweißbrauche, ist auch deren jeweilige Gefahr für die menschliche Gesundheit. So dringt beispielsweise alveolengängiger Staub (A-Staub), zu dem auch Schweißrauchpartikel gehören, so tief in die Lunge ein, dass er nicht mehr abgehustet werden kann. Es dauert Jahre, bis der menschliche Körper diese Stäube auf anderem Wege entfernt oder unschädlich gemacht hat.

Manganverbindungen besitzen eine neurotoxische, also nervenschädigende Wirkung, die sich mit parkinsonähnlichen Symptomen bemerkbar machen können. Chrom(VI)-Verbindungen und Nickeloxide sind als krebserzeugend eingestuft. Bei den Gasen schädigt beispielsweise Stickstoffdioxid, ein ätzendes Reizgas, die Lunge beim Einatmen. Im Extremfall kann das sogar zu tödlichen Lungenödemen führen.

Kurzum: Schweißbrauche sind aus der Lunge fernzuhalten. In den meisten Fällen zeigen sich die Auswirkungen oder gesundheitlichen Beeinträchtigungen jedoch nicht sofort, sondern erst nach einiger Zeit. Deswegen kommt es vor, dass die gesundheitliche Belastung durch Schweißbrauche unterschätzt wird.

### Wann ist zu viel Schweißrauch vorhanden?

Die für Schweißbrauche anzuwendenden Grenzwerte für die Luftbelastung können in den Technischen Regeln für Gefahrstoffe TRGS 528 vom 30.3.2020 nachgelesen werden (zum Download unter [www.baua.de](http://www.baua.de)). Beim Schweißen unlegierter Stähle beträgt der Grenzwert für A-Staub (1,25 mg/m<sup>3</sup>) und für alveolengängige

Manganverbindungen (0,02 mg/m<sup>3</sup>). Für hochlegierte Stähle kommen zusätzlich noch die Grenzwerte für Chrom(VI)-Verbindungen (0,001 mg/m<sup>3</sup>) und für Nickeloxide (0,006 mg/m<sup>3</sup>) hinzu.

### Wie (und auch warum) schütze ich mich gegen Schweißrauch?

#### ■ 1. Weniger Rauch

Die sicherste Methode wäre, nicht zu schweißen. Da dies meist nicht umsetzbar ist, sollte beim Schweißvorgang möglichst wenig Rauch freigesetzt werden. Das WIG- oder Unterpulverschweißen setzt wenig bis gar keine Emissionen frei. Auch moderne Impulsschweißverfahren können die Rauchemissionen teilweise deutlich verringern. Die Automatisierung von sich häufig wiederholenden Arbeiten ist ebenfalls sehr hilfreich und unterstützt diese Art der Schutzmaßnahmen.

#### ■ 2. Die Schweißerin / den Schweißer schützen

Damit die Schweißerin / der Schweißer keine Rauche einatmet, müssen diese abgesaugt werden, bevor sie in den Atembereich gelangen. Das gelingt mit einer brennerintegrierten Absaugung oder mit nachführbaren Absauggeräten, deren Erfassungselemente nahe an der Schweißstelle positioniert werden. Bei einem typischen Absauggerät („Rüsselgerät“) beträgt dieser Abstand weniger als 30 cm.

Reichen diese Maßnahmen nicht aus, weil dicht an der Schweißrauchfahne gearbeitet werden muss oder am Tätigkeitsort nicht hinreichend abgesaugt werden kann, ist ein gebläseunterstützter Schweißerschutzhelm zu tragen.

#### ■ 3. Andere Beschäftigte schützen

Ein ebenfalls wichtiger Aspekt ist der Schutz anderer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Werden Schweißbrauche nicht oder nur zum Teil abgesaugt, verteilen sie sich im Raum oder in der Halle. Dort werden sie von dann allen anwesenden Beschäftigten eingeatmet. Das betrifft auch Personen, die nichts mit den Schweißarbeiten zu tun haben, ebenso wie die Schweißerin / den Schweißer nach Beendigung des Schweißvorgangs. Der gebläseunterstützte Schweißerschutzhelm schützt nur die Schweißer während des Schweißens.

#### ■ 4. Die Halle lüften

Um hier Abhilfe zu schaffen, wäre es naheliegend, Türen, Tore und Fenster des Raums oder der Halle zu öffnen – jedoch hilft das nur bedingt. Zum einen ist diese Art des Lüftens stark witter-



© dear2627/stock.adobe.com

## Vorsicht Blitz!

Beim Schweißen ohne Schutzbrille oder bei ungenügendem Schutz wird die Hornhautoberfläche der Augen angegriffen. Wenn es einmal zum „Verblitzen“ gekommen ist, hilft nur noch der Besuch beim Augenarzt und ein Augensalbenverband. Die verletzte Hornhaut des Auges bewirkt starke Schmerzen, Lidkrampf und Tränenfluss. Bei starken Schädigungen kann sogar eine dauerhafte Sehschärfenminderung die Folge sein. Schützen Sie Ihre Augen! Sie haben nur zwei.

## Gefahr für Umstehende!

Hautverbrennungen („Sonnenbrand“) durch das grelle Schweißlicht können nicht nur Schweißer, sondern auch Personen erleiden, die sich in der Nähe eines Schweißvorgangs befinden. Sichern Sie die Schweißarbeitsstelle unbedingt, zum Beispiel mit mobilen Sichtschutzwänden.

rungsabhängig. In der kalten Jahreszeit oder wenn es regnet ist diese Methode ungeeignet. Im Sommer findet hingegen kaum ein Luftaustausch wegen des fehlenden Temperaturunterschiedes zwischen drinnen und draußen statt.

Als Lösung bietet sich hier die mechanische Lüftung mit einem Ventilator an. Sie muss in der Lage sein, das Luftvolumen in der Halle oder dem Raum mehrfach pro Stunde auszutauschen. Ein Kubikmeter Luft wiegt ca. 1,2 kg. In einer typischen Schweißhalle befinden sich also mehrere Tonnen Luft. Diese Masse muss mehrfach pro Stunde abgesaugt und wieder eingebracht werden - im Winter ist sie zudem aufzuheizen. Allein die laufenden Kosten dieser Maßnahme sind hoch und sie hat ein schlechtes Preis-Leistungs-Verhältnis.

### Was ist bei Schweißrauchabsaugungen und Lüftungsanlagen zu beachten?

Wichtige Aspekte bei Lüftungsanlagen:

- Bei der Anschaffung einer Lüftungsanlage muss feststehen, welche Volumenströme (Durchflussrate der abzusaugenden Luft) benötigt werden.
- Bei der Abnahme der Anlage wird nachgewiesen, dass die Volumenströme tatsächlich vorhanden sind.
- Bei wiederkehrenden Prüfungen (jährlich) wird gezeigt, dass die benötigten Volumenströme weiterhin erreicht werden.

Die genannten Punkte treffen auch auf Schweißrauchabsaugungen zu. So benötigt zum Beispiel eine nachführbare Absaugung, auch Rüsselgerät genannt, einen Volumenstrom von 900-1000 m<sup>3</sup>/h. Ist dieser Wert geringer, muss das Erfassungselement näher an der Schweißstelle positioniert werden, was jedoch häufig stört. Umgekehrt bringt ein höherer Volumenstrom keinen großen Gewinn, da die Reichweite des Saugfeldes nur unwesentlich größer

wird. Wichtig ist, dass der Absaugarm leicht positionierbar ist und dort bleibt, wo er hingestellt wurde.

Die brennerintegrierte Absaugung benötigt einen Entstauber in Hochvakuumtechnik. Welchen Unterdruck und welchen Volumenstrom der Brenner braucht, teilt der jeweilige Hersteller mit. Absaugbrenner brauchen derzeit meist zwischen 10.000 und 18.000 Pa Unterdruck und einen Volumenstrom zwischen 40 und 100 m<sup>3</sup>/h. Bei zu wenig Luftdurchfluss durch den Brenner wird weiter Rauch freigesetzt, bei zu viel Luftdurchfluss wird das Schutzgas mit abgesaugt. Hier muss die Einstellung und der Einsatz von Absaugbrennern sorgfältig geübt werden. Die Schweißerin / der Schweißer müssen bei der Auswahl der Brenner eingebunden sein, um die Akzeptanz des Werkzeuges deutlich zu erhöhen.

### Fazit:

Wirksam und wirtschaftlich sinnvoll ist es, Schweißrauch gar nicht erst entstehen zu lassen. Wird Rauch dennoch freigesetzt, sollte er so früh wie möglich eingefangen bzw. abgesaugt werden. Grundsätzlich sind die verschiedenen Lösungen bei der Schweißrauchproblematik ein Zusammenspiel von Mensch und Technik. Und da technische Lösungen, die ohne Zutun von Unternehmer und Mitarbeiter einen ausreichenden Schutz bieten, nicht zur Verfügung stehen, sollten Präventionsmaßnahmen stets miteinander besprochen und umgesetzt werden. So werden Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit nachhaltig gefördert.

### Weitere Informationen:

- DGUV - Schweißrauche - geeignete Lüftungsmaßnahmen - 2018
- Technische Regeln für Gefahrstoffe TRGS 528, 2020



# Gesunde Führung – gesunde Unternehmen

## Gutes Betriebsklima zahlt sich aus

Schwere körperliche Arbeit, Staub, Schmutz, Hitze und Lärm – das sind spürbare Belastungen für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Metallhandwerk. Außerdem sind Arbeitsverdichtung und Zeitdruck in den Betrieben gestiegen. Körperliche Belastungen lassen sich durch eine Reihe technischer und organisatorischer Maßnahmen vermindern. Anders sieht es beim Thema psychischer Belastungen aus. Hier spielen „weiche“ Faktoren eine Rolle: Fühlen sich die Beschäftigten wohl im Betrieb? Gibt es nur Rückmeldungen vom Chef, wenn Fehler gemacht wurden? Gibt es ein funktionierendes Team und klare Entscheidungswege? Welches Vorbild geben Führungskräfte beim gesundheitsbewussten Arbeiten?

### Psychische Erkrankungen nehmen zu

Mit einem Krankenstand von 5,1 Prozent erreichten die Fehlzeiten bei den Beschäftigten im Jahr 2018 einen neuen Höchststand, so der aktuelle BKK Gesundheitsreport 2019. Demnach geht fast jeder sechste Fehltag mittlerweile auf eine psychische Erkrankung zurück. Damit liegen die psychischen Störungen hinter den

Muskel-Skelett-Erkrankungen sowie den Atemwegserkrankungen als Krankheitsursache auf dem dritten Platz. Verglichen mit den Werten von 2008 haben sich die Fehlzeiten aufgrund psychischer Störungen mehr als verdoppelt.

Grundsätzlich, da sind sich Experten verschiedener Studien einig, ist Arbeit zunächst einmal gut für die seelische Gesundheit und Arbeitnehmer sind in dieser Hinsicht gesünder als Menschen ohne Arbeit. Doch es gibt auch Gefährdungsfaktoren für psychische Erkrankungen durch die Arbeit.

### Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung ist Pflicht

Seit der Novellierung des Arbeitsschutzgesetzes 2013 sind Arbeitgeber gesetzlich verpflichtet, ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nicht nur vor körperlichen Gefährdungen zu schützen, sondern auch eine Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung anzufertigen. Ziel der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastung ist es, auf der Grundlage einer „Beurteilung der für die Beschäftigten mit ihrer Arbeit verbundenen Gefährdung zu ermitteln, welche Maßnahmen des Arbeitsschutzes erforderlich sind.“ (Arbeitsschutzgesetz, Paragraph 5)

## Prävention auch ökonomisch wichtig

Es liegt auf der Hand: Wenn die Fehlzeiten aufgrund psychischer Erkrankungen zunehmen, ist dies auch ein bedeutender Kostenfaktor für Unternehmen. Dazu kommt der bekannte Effekt der demografischen Entwicklung. Ältere Arbeitnehmer werden danach zwar weniger krank, dafür benötigen sie aber mehr Tage, um wieder gesund zu werden.

Auch wenn psychische Belastungen und Erkrankungen nicht nur auf Probleme im Betrieb zurückzuführen sind, gibt es doch einige Stellschrauben für Führungskräfte im Betrieb, um Verbesserungen bewirken zu können. Damit erzielen sie nachweisbare Effekte wie die Verringerung der Fehlzeiten und Fluktuation sowie eine Steigerung der Leistungsbereitschaft.

Der BKK-Gesundheitsreport 2019 benennt als „potenziell krank machende Faktoren“ unter anderem „hohe Arbeitsintensität, geringer Tätigkeitsspielraum, mangelnde Gerechtigkeit/ Belohnung und mangelnde soziale Unterstützung.“ Als ein weiterer Faktor werden auch „Führungsdefizite“ genannt.

## Gesunde Führung – motivierte Mitarbeiter

Bei der anonymen Befragung von Beschäftigten im Projekt „Metall gesund“ gaben 85 Prozent der Befragten an, dass ihre Arbeit hohe Konzentrationsfähigkeit erfordere und sie eine hohe Verantwortung bei der Arbeit mit Maschinen (58 Prozent) hätten. 59 Prozent konstatieren ein hohes Arbeitstempo, Zeitdruck und Hektik. Gleichzeitig gaben über die Hälfte (58 Prozent) an, sich unzureichend von Vorgesetzten informiert zu fühlen. 48 Prozent beklagten eine fehlende Wertschätzung der Vorgesetzten – ein (zu) hoher Wert.

Die Berufsgenossenschaft Holz und Metall (BGHM) bekräftigt, worauf auch aktuelle Studien hinweisen: „Herrscht ein gutes Betriebsklima, gehen die Menschen gern zur Arbeit. Alle übernehmen Verantwortung und stehen füreinander ein. Beschäftigte, die sich an ihrem Arbeitsplatz wohlfühlen, weil ihre Leistung wertgeschätzt wird, melden sich seltener krank. Die Arbeitsleistung steigt, wenn die Beschäftigten motiviert sind und sich dem Unternehmen zugehörig fühlen.“ (Betriebsklima: Was ein gutes Betriebsklima ausmacht und wie Sie es erzielen können, BGHM 2018)

Und in einer Veröffentlichung der „Initiative Gesundheit und Arbeit“, einem Zusammenschluss von Gesetzlichen Krankenkassen und Unfallversicherungen, heißt es: „Eine zentrale Rolle nehmen dabei die Führungskräfte ein. Ihre Kompetenzen hinsichtlich gesundheitsförderlicher Führung entscheiden mit darüber, ob die Beschäftigten die veränderten Anforderungen als Herausforderung annehmen und bewältigen oder als Überforderung erleben und scheitern. Dabei ist für Beschäftigte besonders wichtig, welches Maß an Unterstützung sie von ihren Vorgesetzten erfahren.“ (iga.report 2015)

## Was können Unternehmer und Führungskräfte tun?

- Gefährdungsbeurteilungen psychischer Belastung erstellen (seit 2013 Pflicht)
- „Self Care“ – Gesundheitsförderliches Arbeiten vorleben
- Entscheidungen transparent vermitteln, informieren
- Beschäftigten regelmäßige Feedbacks geben – nicht nur bei Fehlern
- Ideen der Beschäftigten konstruktiv einbeziehen – Verantwortung teilen
- Loben – Fragen – Probleme ansprechen
- offene Gesprächskultur gewährleisten

## Was können Beschäftigte tun?

- „Self Care“ – auf die eigene Gesundheit achten
- Vorgesetzte auf Überlastungen bei der Arbeit hinweisen
- Probleme und Konflikte im Betrieb offen und angemessen ansprechen
- Konstruktive Lösungsvorschläge machen
- Unterstützung annehmen und Unterstützung geben

## Was können Unternehmer und Beschäftigte gemeinsam tun?

- Konflikte ansprechen und miteinander nach Lösungen suchen
- Freundlichen und respektvollen Umgang pflegen
- Miteinander reden!



# Schutz für das größte Organ

## Belastungen der Haut

Die Arbeit in einem Metallbetrieb ist für das größte Organ des Menschen, die Haut, eine besondere Herausforderung. Der regelmäßige Kontakt mit technischen Ölen und Fetten, Schmier-, Löse- und Reinigungsmitteln und das Arbeiten in nasser, kalter oder sehr warmer Arbeitsumgebung sind insbesondere für die Hände, aber auch für andere Hautflächen problematisch. Weitere Gefährdungen der ungeschützten Hautflächen entstehen durch die Arbeit mit scharfkantigen Werkstoffen und diversen Werkzeugen.

Chronische Hauterkrankungen gehören laut der Berufsgenossenschaft Holz und Metall (BGHM) zur Spitzengruppe der gemeldeten Berufserkrankungen in Metallbetrieben. Durch den Kontakt mit Schadstoffen, aber auch durch den häufigen Kontakt mit Reinigungsmitteln, wird die oberste Hautschicht zu oft entfettet und kann ihre natürliche Schutzfunktion nicht mehr wahrnehmen.

Gefährlich ist, dass Hauterkrankungen häufig schleichend beginnen und zu spät behandelt werden. Rötungen, raue und rissige Haut sind die ersten Anzeichen. Unbehandelt können sich daraus beispielsweise dauerhaft chronische Entzündungen, Ekzeme und Allergien entwickeln.

### ■ Vom Unternehmen zu tun (Verhältnisprävention)

- Gekapselte Werkzeugmaschinen
- Spritzschutzeinrichtungen
- Bereitstellung von Applikatoren und Dosierhilfen
- Vorsorgeuntersuchungen, Unterweisungen zum Hautschutz
- Hautschutzplan
- Wechsel von Tätigkeiten mit hoher Hautbelastung und anderen Tätigkeiten organisieren
- Bereitstellung von Handschuhen und Hautpflegemitteln

### ■ Von den Beschäftigten zu tun (Verhaltensprävention)

- Regelmäßige Teilnahme an Unterweisungen und arbeitsmedizinischer Vorsorge
- Hautschutz- und Hautpflegemittel verwenden
- Gegebenenfalls Schutzhandschuhe benutzen
- Schonende Hautreinigung (keine Verdüner und „Wurzelbürsten“)
- Kollegen auf Gefahren hinweisen

#### Weitere Informationen:

- DGUV Info 209-022 Hautschutz im Metallbetrieb
- DGUV Information 212-017 Auswahl, Bereitstellung und Benutzung beruflicher Hautmittel



## Achtung: Super Sommerwetter!

### Belastung durch Sonnenstrahlung

Super Sommerwetter gab es in den letzten Jahren immer öfter. Was vielen in der Freizeit gut gefällt, hat aber auch gefährliche Nebenerscheinungen. Sonnenstrahlen sind für uns auf der einen Seite lebenswichtig: Sie füllen unseren Vitamin D3-Speicher auf, der für den Knochenaufbau benötigt wird. Zuviel der UV-Strahlung ist aber schnell gefährlich. Es drohen Sonnenbrand, Sonnenstich und Hitzeschlag.

Hautkrebserkrankungen sind seit vielen Jahren auf dem Vormarsch. Nach Angaben der Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin gibt es jährlich 240.000 Neuerkrankungen – mit steigender Tendenz. Beschäftigte, die im Freien arbeiten, haben danach ein um 1,8-faches erhöhtes Risiko, an Hautkrebs zu erkranken. (baua:fokus, Juli 2016)

Besonders im Frühjahr und Sommer in der Zeit zwischen 11 und 16 Uhr ist die UV-Strahlung sehr intensiv. Ungeschützt kann sie die Haut schnell und nachhaltig schädigen. Deshalb müssen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auf Baustellen und auf freiem Betriebsgelände besonders geschützt werden. Seit Sommer 2019 sind Arbeitgeber verpflichtet, Beschäftigten, die von April bis September an mehr als 50 Tagen eine Stunde oder länger während der genannten Tageszeit im Freien arbeiten, eine arbeitsmedizinische Vorsorge anzubieten. Bei Tätigkeiten im Schatten gilt diese Regel ab zwei Stunden täglich.

UV-Strahlung:

## AUGEN SCHÜTZEN

Intensive UV-Strahlen können Hornhaut und Bindehaut entzünden. Bei längerfristiger Einwirkung kann sich die Augenlinse trüben und es entwickelt sich „grauer Star“. Davor schützen UV-Schutzbrillen für den gewerblichen Bereich nach DIN EN 166.

Auch in Räumen darf es nicht zu warm sein: Nach der Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV) muss der Arbeitgeber Maßnahmen ergreifen, wenn die Raumtemperatur 30 Grad übersteigt.

### ■ Vom Unternehmen zu tun (Verhältnisprävention)

- Überdachungen / Arbeitszelte / Sonnensegel im Freigelände
- Abschirmung von Fenstern und Oberlichtern
- Schattige Unterstellmöglichkeiten / Klimatisierte Räume für Pausen
- Bereitstellung von Schutzbrillen mit seitlicher Abdeckung evtl. mit Befestigung am Schutzhelm
- Bereitstellung von Sonnenschutzmitteln und Getränken
- Vorsorgeuntersuchungen und Unterweisungen zum Sonnenschutz durchführen
- Hautschutzplan / Sonnenschutzplan erstellen

### ■ Von den Beschäftigten zu tun (Verhaltensprävention)

- Regelmäßige Teilnahme an Unterweisungen
- Unterstellmöglichkeiten nutzen und Pausen im Schatten / in Gebäuden verbringen
- Schutzbrillen und Hautschutzmittel verwenden – mindestens mit SF-Faktor 30
- Leichte körperbedenkende Kleidung und Kopfbedeckungen tragen – nicht mit freiem Oberkörper arbeiten
- Kollegen auf Gefahren hinweisen

Weitere Informationen:

- [www.dguv.de/de/praevention/themen-a-z/sonne](http://www.dguv.de/de/praevention/themen-a-z/sonne)

# Sicher durch die Winterzeit

## Maßnahmen gegen Kälte und Nässe verringern den Krankenstand

Schnee, Frost, Nässe. Ungemütliches Wetter im Winter lässt sich nicht ändern. Schutzmaßnahmen für Beschäftigte auf Baustellen und Freiarbeitsplätzen sind erforderlich und nach der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) Vorschrift 1 „Grundsätze der Prävention (§23) auch vorgeschrieben.

Nässe und Kälte sind nicht nur unangenehm. Bei zu langem ungeschützten Arbeiten im Freien drohen durch Unterkühlungen Infektionskrankheiten, vor allem wenn die Beschäftigten durch die Tätigkeiten ins Schwitzen geraten. Auch die Haut ist im Winter besonders belastet. Bei Nässe und Frost besteht außerdem eine größere Unfallgefahr, sowohl auf den Anfahrtswegen auf das Freiarbeitsgelände als auch auf den Baustellen selber (besonders: Gerüste und Dachflächen).

Normale achtstündige Arbeitstage im Freien sind im Winter nicht erlaubt. Beschäftigte müssen sich zwischendurch aufwärmen und gegebenenfalls umziehen können. Außerdem müssen Baustellen und Freiarbeitsplätze bei jeder Witterung sicher und ohne Gesundheitsgefährdung erreicht und wieder verlassen werden können.

### ■ Vom Unternehmen zu tun (Verhältnisprävention)

- Errichtung von Arbeitszelten / Überbauten
- Zufahrts- und Arbeitswege sichern, gegebenenfalls von Schnee räumen und streuen
- Bereitstellung von Aufwärmräumen
- Bereitstellung von Schutzbekleidung einschl. geeignetem Schuhwerk
- Fahrzeuge mit beheizbaren Fahrerkabinen
- Vorsorge und Unterweisungen zum Gesundheitsschutz im Winter

### ■ Von den Beschäftigten zu tun (Verhaltensprävention)

- Teilnahme an Unterweisungen und Vorsorgen
- Hautschutz- und Hautpflegemittel verwenden
- Schutzkleidung und Schutzhandschuhe benutzen
- Kollegen auf Gefahren hinweisen

Weitere Informationen:

- DGUV Vorschrift 1 „Grundsätze der Prävention“
- DGUV Regel 112-189 Benutzung von Schutzkleidung
- DGUV Regel 112-195 Benutzung von Schutzhandschuhen

## BETRIEBSSPORT



Machen Sie Angebote zum gesunden Ausgleichssport für Ihre Beschäftigten. Das können Fitness- und Krafttrainings-Geräte in einem Aufenthaltsraum sein, aber auch Angebote zum gemeinsamen Wandern oder Radfahren in der Natur – vielleicht als Alternative zum betrieblichen Sommerfest.



## SAUGEN STATT FEGEN



Staub im Arbeitsbereich ist gefährlich. Er kann gesundheitliche Schäden wie Hautreizungen oder Atemwegserkrankungen bis hin zu Lungenkrebs verursachen. Deshalb sollte der Arbeitsbereich nie mit einem Besen gereinigt werden, sondern immer ein Staubsauger benutzt oder feucht sauber gemacht werden. Das gilt besonders innerhalb von Räumen, aber auch im Freien. Beim Fegen und Abblasen wird viel Staub aufgewirbelt und gelangt dabei in Atemwege und Lunge.

© iuueng/stock.adobe.com

## GUTES ESSEN – GUTES KLIMA



Gestalten Sie die Pausenräume hell und freundlich und statten Sie diese mit gepflegtem und sauberem Mobiliar aus. In angenehmer Atmosphäre ist die Mittagspause erholsamer und trägt zum guten Betriebsklima bei. Mitgebrachte Mahlzeiten sollten gekühlt aufbewahrt und bei Bedarf erhitzt werden können. Wenn Getränke und Obst zur Verfügung stehen, unterstützt es das Gesundheitsverhalten der Belegschaft.

# Best Practice

## Gesund arbeiten



## SICHERHEITS-, GESUNDHEITSTAGE

Gesundheits-Check-up, Ernährungsberatung und Tipps für die Sicherheit am Arbeitsplatz: Ein betrieblicher Gesundheitstag ist eine attraktive Möglichkeit, Beschäftigte über Themen der Gesundheitsförderung zu informieren und sie zu sensibilisieren.

Sprechen Sie dazu die Berufsgenossenschaft oder eine Krankenkasse an, in der möglichst viele Ihrer Beschäftigten versichert sind. Die bieten dazu tolle Programme. Übungen zum richtigen Heben und Tragen, Gangmessung, Herz-Kreislauf-Check und die Bewältigung von Stresssituationen gehören beispielsweise zu den Angeboten. Es gibt unterschiedliche Angebote und Maßnahmen, vergleichen Sie und wählen Sie das passende für Ihren Betrieb aus.

Größere Unternehmen können einen Gesundheitstag betriebsintern durchführen. Mehrere Unternehmen, die räumlich nah beieinander liegen, tun sich für die gemeinsame Durchführung zusammen. Auch ein Gesundheitstag als Innungsveranstaltung ist eine gute Option.

© memorystockphoto/stock.adobe.com

Das Projekt „Metall gesund“ – Betriebliches Gesundheitsmanagement im Metallhandwerk wird im Rahmen des Programms „Fachkräfte sichern: weiter bilden und Gleichstellung fördern“ durch das Bundesministerium für Arbeit und Soziales und den Europäischen Sozialfonds gefördert.