

Unterweisungsnachweis für kirchl. Mitarbeiter/-innen

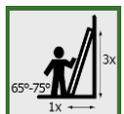
(gemäß Arbeitsschutzgesetz § 12 und DGUV Vorschrift 1 § 4)

Anstellungsträger: _____

Dauer der Unterweisung (Uhrzeit: von - bis?) _____

Zu folgenden Themen wurden die Mitarbeiter unterwiesen (unzutreffendes bitte streichen):

- Organisation der Ersten Hilfe – Rettungskette.
- Vorbeugender Brandschutz/Organisation Verhalten im Brandfall.
- Tätigkeiten am Bildschirmarbeitsplatz.
- Grundsätzliches zum Umgang elektrischen Geräten und elektrischen Anlagen.
- Sicherer Umgang mit Leitern.
- Betreten von Dächern, Bauarbeiten.
- Verhalten im Kirchturm und auf der Kirchenbühne.
- Sicherer Umgang mit Grünpflegegeräten, (z. B. Rasenmäher, Heckenschere, Freischneider), Gefahr durch Zecken.
- Reinigungsarbeiten / Hauswirtschaft: Umgang mit Gefahrstoffen, persönliche Schutzausrüstung, Hautpflege.
- Erkennen von psychischen Belastungen.
- Kindertagesstätte, Diakoniestation: Tätigkeiten mit Infektionsgefährdung, Umgang mit körperlicher Gewalt.
- Umgang mit schweren Lasten: Heben und Tragen.
- Fahrtätigkeiten (und ggf. Materialtransport mit erforderlicher Ladungssicherung).
- Umgang mit Flüssiggasflaschen.
- Tätigkeiten in der Küche: Zubereitung von Nahrungsmitteln.
- Bauarbeiten/handwerkliche Tätigkeiten.



Inhaltsverzeichnis:

Gesetzliche Grundlage:	3
Arbeitsschutzgesetz - Pflichten des Arbeitgebers	3
Arbeitsschutzgesetz - Pflichten der Beschäftigten	4
Wie und wann sollten Unterweisungen stattfinden?	5
Welche Themen sollten besprochen werden?	5
Grundsätzliches zur Ersten Hilfe:.....	6
Vorbeugender Brandschutz/Verhalten im Brandfall:	6
Grundsätzliches zum Umgang mit elektrischen Geräten und elektrischen Anlagen:	8
Sicherer Umgang mit Leitern:	9
Betreten von Flachdächern, Verhalten im Kirchturm/Kirchenbühne	12
Sicherer Umgang mit motorbetriebenen Grünpflegemaschinen:	13
Grünpflege – Schutzmaßnahmen gegen Zecken	14
Hautschutz in der Grünpflege	15
Winterdienst – Umgang mit der Schneefräse	15
Reinigungsarbeiten / Hauswirtschaft: richtiger Umgang mit Gefahrstoffen, Auswahl pers. Schutzausrüstung, Hautschutz/-pflege	17
Psychische Belastungen allgemeiner Art (gilt für alle Mitarbeiter/-innen):	20
Zusätzliches für Tätigkeiten in Kindertagesstätten:.....	21
Zusätzliches für Tätigkeiten in Diakoniestationen:	22
Umgang mit schweren Lasten – „richtiges“ Heben und Tragen:	24
Umgang mit Flüssiggasflaschen:	27
Tätigkeiten in der Küche: Zubereiten von Nahrungsmitteln:	28
Bauarbeiten/handwerkliche Tätigkeiten:	29

Gesetzliche Grundlage:

Die Unterweisung ist die Anweisung und Erläuterung der Beschäftigten im Blick auf die Sicherheit und den Gesundheitsschutz bei der Arbeit, die auf den konkreten Arbeitsplatz oder den Aufgabenbereich ausgerichtet ist. Sie muss von den Vorgesetzten bei der Einstellung, bei Veränderungen der Aufgabenbereiche, der Einführung neuer Arbeitsmittel oder einer neuen Technologie vor der Aufnahme der Tätigkeit erfolgen. Sie ist an die Gefährdungen anzupassen und erforderlichenfalls regelmäßig zu wiederholen. Die Pflicht zur Unterweisung ist in § 12 **Arbeitsschutzgesetz** und **DGUV V1 § 4** „Grundsätze der Prävention“ vorgeschrieben. Nicht ordnungsgemäß durchgeführte oder unterlassene Unterweisungen können arbeitsrechtliche, zivilrechtliche oder gar strafrechtliche Folgen nach sich ziehen.

Arbeitsschutzgesetz - Pflichten des Arbeitgebers

§ 1 Zielsetzung und Anwendungsbereich

(1) Dieses Gesetz dient dazu, Sicherheit und Gesundheitsschutz der Beschäftigten bei der Arbeit durch Maßnahmen des Arbeitsschutzes zu sichern und zu verbessern. ...

§ 3 Grundpflichten des Arbeitgebers

(1) Der **Arbeitgeber ist verpflichtet**, die erforderlichen **Maßnahmen des Arbeitsschutzes** unter Berücksichtigung der Umstände **zu treffen**, die die Sicherheit und Gesundheit der Beschäftigten bei der Arbeit beeinflussen. Er hat **die Maßnahmen** auf ihre Wirksamkeit **zu überprüfen** und erforderlichenfalls sich ändernden Gegebenheiten anzupassen. Dabei hat er eine **Verbesserung** von Sicherheit und Gesundheitsschutz der Beschäftigten **anzustreben**. ...

(3) Kosten für Maßnahmen nach diesem Gesetz darf der Arbeitgeber nicht den Beschäftigten auferlegen.

§ 4 Allgemeine Grundsätze

Der Arbeitgeber hat bei Maßnahmen des Arbeitsschutzes von folgenden allgemeinen Grundsätzen auszugehen:

1. Die **Arbeit** ist **so zu gestalten**, dass eine **Gefährdung für das Leben sowie die physische und die psychische Gesundheit** möglichst **vermieden** und die verbleibende Gefährdung möglichst gering gehalten wird; 2. **Gefahren** sind an ihrer **Quelle zu bekämpfen**; 3. bei den Maßnahmen sind der **Stand von Technik, Arbeitsmedizin und Hygiene** sowie sonstige gesicherte **arbeitswissenschaftliche Erkenntnisse zu berücksichtigen**;...

§ 5 Beurteilung der Arbeitsbedingungen

(1) Der Arbeitgeber hat **durch eine Beurteilung** der für die Beschäftigten mit ihrer Arbeit verbundenen **Gefährdung zu ermitteln**, welche Maßnahmen des Arbeitsschutzes erforderlich sind. ...

§ 10 Erste Hilfe und sonstige Notfallmaßnahmen

(1) Der Arbeitgeber hat entsprechend der Art der Arbeitsstätte und der Tätigkeiten sowie der Zahl der Beschäftigten die Maßnahmen zu treffen, die zur Ersten Hilfe, Brandbekämpfung und Evakuierung der Beschäftigten erforderlich sind....

§ 12 Unterweisung

(1) Der **Arbeitgeber hat** die Beschäftigten über Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit während ihrer Arbeitszeit ausreichend und angemessen **zu unterweisen**. Die Unterweisung umfasst Anweisungen und Erläuterungen, die eigens auf den Arbeitsplatz oder den Aufgabenbereich der Beschäftigten ausgerichtet sind. Die Unterweisung muss bei der Einstellung, bei Veränderungen im Aufgabenbereich, der Einführung neuer Arbeitsmittel oder einer neuen Technologie vor Aufnahme der Tätigkeit der Beschäftigten erfolgen. Die **Unterweisung muss an die Gefährdungsentwicklung angepasst** sein und erforderlichenfalls **regelmäßig wiederholt werden**.

Arbeitsschutzgesetz - Pflichten der Beschäftigten

§ 15 Pflichten der Beschäftigten:

(1) Die **Beschäftigten sind verpflichtet**, nach ihren Möglichkeiten sowie gemäß der Unterweisung und Weisung des Arbeitgebers **für ihre Sicherheit und Gesundheit** bei der Arbeit **Sorge zu tragen**. Entsprechend Satz 1 haben die Beschäftigten auch für die Sicherheit und Gesundheit der Personen zu sorgen, die von ihren Handlungen oder Unterlassungen bei der Arbeit betroffen sind.

(2) Im Rahmen des Absatzes 1 haben die Beschäftigten insbesondere Maschinen, Geräte, Werkzeuge, Arbeitsstoffe, Transportmittel und sonstige Arbeitsmittel sowie Schutzvorrichtungen und die ihnen zur Verfügung gestellte **persönliche Schutzausrüstung** bestimmungsgemäß **zu verwenden**.

§ 16 Besondere Unterstützungspflichten:

(1) Die **Beschäftigten haben dem Arbeitgeber** oder dem zuständigen Vorgesetzten jede von ihnen festgestellte unmittelbare erhebliche Gefahr für die Sicherheit und Gesundheit sowie jeden an den Schutzsystemen festgestellten **Defekt unverzüglich zu melden**.

(2) Die **Beschäftigten haben** gemeinsam mit dem Betriebsarzt und der Fachkraft für Arbeitssicherheit **den Arbeitgeber** darin **zu unterstützen**, die Sicherheit und den Gesundheitsschutz der Beschäftigten bei der Arbeit zu gewährleisten und seine Pflichten entsprechend den behördlichen Auflagen zu erfüllen. Unbeschadet ihrer Pflicht nach Absatz 1 sollen die Beschäftigten von ihnen festgestellte Gefahren für Sicherheit und Gesundheit und Mängel an den Schutzsystemen auch der Fachkraft für Arbeitssicherheit, dem Betriebsarzt oder dem Sicherheitsbeauftragten nach § 22 des Siebten Buches Sozialgesetzbuch mitteilen.

DGUV Vorschrift 1 § 4 „Unfallverhütungsvorschrift Grundsätze der Prävention“:
„Der Unternehmer hat die Versicherten über Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit, insbesondere über die mit ihrer Arbeit verbundenen Gefährdungen und die Maßnahmen zu ihrer Verhütung, entsprechend § 12 Absatz 1 Arbeitsschutzgesetz sowie bei einer Arbeitnehmerüberlassung entsprechend § 12 Absatz 2 Arbeitsschutzgesetz **zu unterweisen**; die Unterweisung muss erforderlichenfalls wiederholt werden, **mindestens aber einmal jährlich erfolgen; sie muss dokumentiert werden.**“

Wie und wann sollten Unterweisungen stattfinden?

(Quelle: Evang. Fachstelle für Arbeits- und Gesundheitsschutz in Hannover, EFAS)

- Die Informationen und Anweisungen zum Arbeit- und Gesundheitsschutz müssen schon beim Besprechen der Arbeitsaufgabe, also vor dem Beginn der Arbeit, erwähnt werden (wichtig: auch an Ehrenamtliche, Praktikanten/-innen und zeitlich befristet Beschäftigte denken!).
- Ein besonderer Anlass für eine Unterweisung kann z. B. ein Unfall, die offensichtliche Missachtung von Sicherheitsregeln und Schutzmaßnahmen, eine Neueinstellung eines Mitarbeiters/-in oder ein neues Arbeitsgerät sein.
- Auch ohne Anlass muss regelmäßig mind. 1 x jährlich zu Themen des Arbeits- und Gesundheitsschutzes unterwiesen werden.
- Die Form von Unterweisungen ist nicht vorgegeben. Das Ziel einer Unterweisung ist immer, den Inhalt verständlich zu machen. Unterweisungen müssen nicht „frontal“ durchgeführt werden, sie können auch im Zwiegespräch oder im Rahmen von Teambesprechungen stattfinden. Unterweisungen für Geräte, Werkzeuge und Maschinen sollten wenn möglich „am Objekt“ stattfinden.
- Eine Unterweisung sollte sich auf die wesentlichen Punkte beschränken. Die Aufnahmefähigkeit der Unterwiesenen ist begrenzt. Es müssen auch nicht immer alle Themen in einer Unterweisung abgehandelt werden. Mit dem gesunden Menschenverstand können Sie beurteilen, was wichtig ist! Die Sicherheitsunterweisung soll motivieren!
- Unterweisungen müssen dokumentiert werden. Im Falle eines schweren Unfalls muss nachgewiesen werden können, dass Unterweisungen durchgeführt wurden. Bitte verwenden Sie deshalb das vorliegende Formular.

Welche Themen sollten besprochen werden?

- Grundsätzlich ist jedes Thema, das die Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit berührt, wert besprochen zu werden. Als Vorsorge für mögliche Gefahrensituationen sollten auf jeden Fall die Regeln zum Brandschutz und das **Verhalten im Brandfall** sowie die **Organisation der Ersten Hilfe** und das **Verhalten bei Unfällen** besprochen werden.
- Darüber hinaus ergeben sich die Themenbereiche aus den Tätigkeiten, die in der Gemeinde/Einrichtung geleistet werden. Bei den Unterweisungen sollen nicht nur die **Unfallgefahren** angesprochen werden; der Schutz der Mitarbeiter/-innen vor **Gesundheitsgefahren** und **psychischen Belastungen** bei der Arbeit ist ebenso wichtig. Ebenso das Verhalten bei Auftreten einer **Schwangerschaft**.
- Im Folgenden sind zu verschiedenen Tätigkeitsbereichen Hinweise notiert. Für die Arbeit mit Geräten, Maschinen und Chemikalien sind die Betriebsanleitungen, die Betriebsanweisungen und Herstellerangaben sowie Sicherheitsdatenblätter eine weitere Informationsquelle für die Unterweisung. Weitere Unterweisungsinhalte können sich aus der Gefährdungsbeurteilung ergeben!

Grundsätzliches zur Ersten Hilfe:

- Informieren Sie sich, wer im Notfall der **zuständige Ersthelfer** ist bzw. lassen Sie sich als Ersthelfer ausbilden und in regelmäßigen Abstand von max. 2 Jahren fortbilden!
- Informieren Sie sich, wo ein Verbandkasten vorhanden ist. Achten Sie darauf, dass der **Verbandkasten**, das **Verbandbuch**, eine **Anleitung zur Ersten Hilfe** und eine **Notrufeinrichtung** für alle Mitarbeiter zugänglich ist, zudem ist die Lage des Verbandkastens ist deutlich durch ein normgerechtes Zeichen zu kennzeichnen.
- Beachten Sie den vorhandenen Aushang „**Notfall - Rufnummern**“ mit Angabe des Ersthelfers und des Durchgangsarztes.
- Die **Vollständigkeit des Verbandkastens** ist regelmäßig zu prüfen!
- Im Notfall verhalten Sie sich gemäß der besprochenen **Rettungskette**.
- Auch kleinere Verletzungen, die während der Arbeit entstanden sind, sind im **Verbandbuch** vollständig aufzuzeichnen, damit auf jeden Fall bei evtl. auftretenden Spätfolgen ein Anspruch auf berufsgenossenschaftliche Leistungen besteht.
- Weitere Tipps und Info`s siehe in der Broschüre: „Mit Feuer und Flamme für den Brandschutz“ im Internet unter: <http://www.efas-online.de/index.php/infothek1/brandschutz-erste-hilfe>

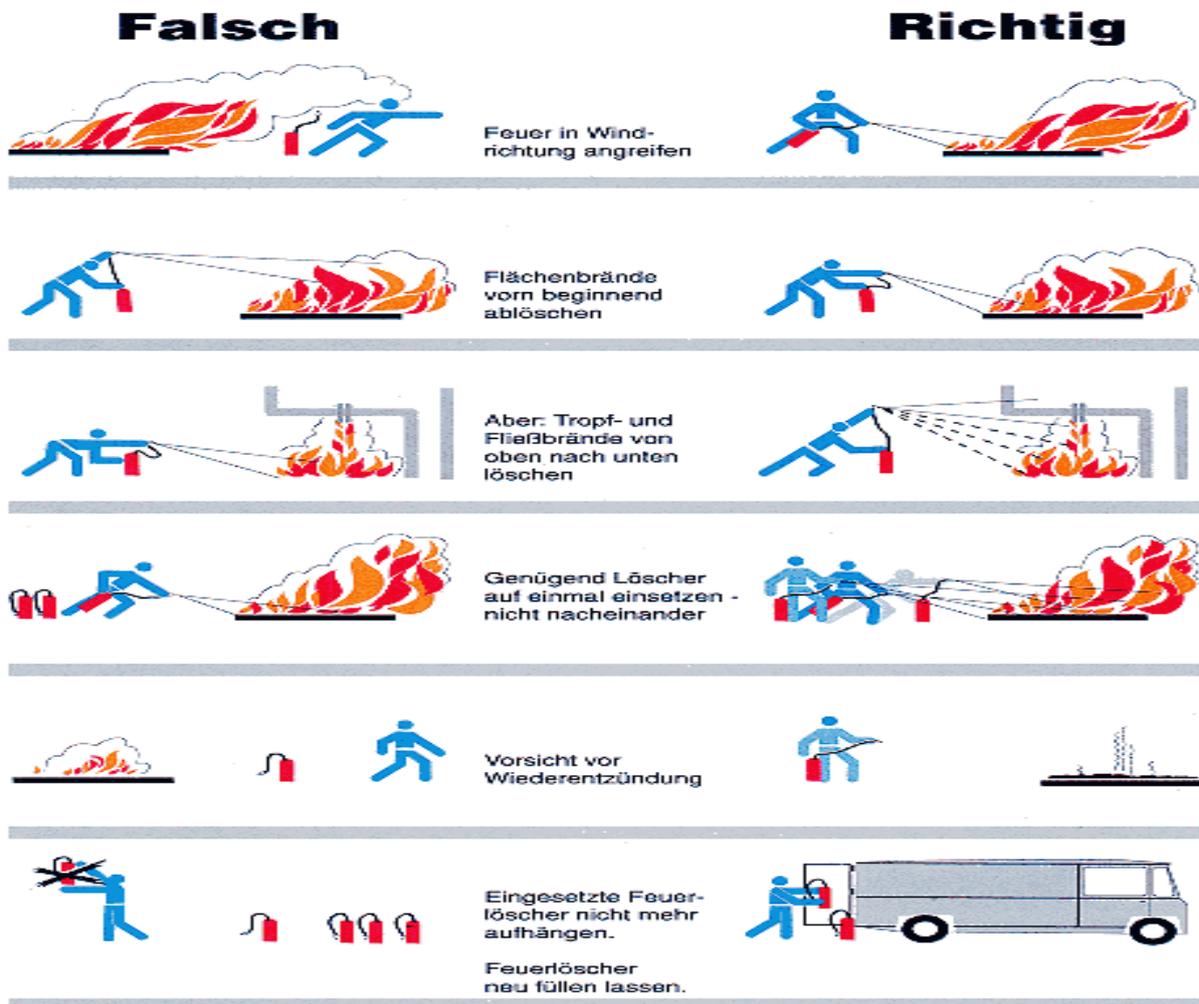


Vorbeugender Brandschutz/Verhalten im Brandfall:

- Informieren Sie sich darüber, wo sich im Bereich Ihres Arbeitsplatzes der nächste Feuerlöscher befindet. Die **Feuerlöscher** und sonstige Löscheinrichtungen müssen jederzeit **zugänglich** und **gut sichtbar** sein!
- Beachten Sie die **Brandschutzordnung Teil A** und (wenn vorhanden) **Teil B**.
- Lassen Sie sich zum **Brandschutzhelfer** ausbilden!
- Feuerlöscher müssen nach jedem Einsatz gewartet und wieder **ganz aufgefüllt** werden!
- Die durch **nachleuchtende Schilder** gekennzeichneten **Flucht- und Rettungswege** (1. und 2. Flucht- und Rettungsweg!) müssen grundsätzlich **freigehalten** werden und dürfen nicht z. B. durch zusätzlich aufgestellte Möbel, Müll, Kinderwagen eingeengt werden. Dies gilt insbesondere auch für Kirchen, wenn dort z. B. Spätgottesdienste, Konzerte oder Vesperkirche veranstaltet werden.
- Bei vorhandenem Sein einer **Rauch- und Wärmeabzugsanlage** („RWA“), beachten Sie bitte die von Ihrem Anstellungsträger für den Notfall vorgeschriebenen Hinweise zu deren Bedienung!
- In notwendigen Flucht- und Rettungswegen dürfen **keine Brandlasten** (z. B. Gelber Sack, Altkleider, Papier oder Kartonagen) abgestellt werden.
- **Brandschutztüren** dürfen nicht durch **Keile, Schnüre** oder **mechanische Feststelleinrichtungen** in offenem Zustand arretiert werden! (Achtung: Straftatbestand!)
- Informieren Sie sich über den für den Notfall festgelegten **Sammelplatz**.
- In Räumen mit **Lüftungsanlagen** und in **Heizräumen** ab 50 kW Leistung dürfen **keine Brandlasten** gelagert werden. (z. B. Flüssiggasflaschen, Benzin, Papier, Kunststoffe, Holz, Müll)

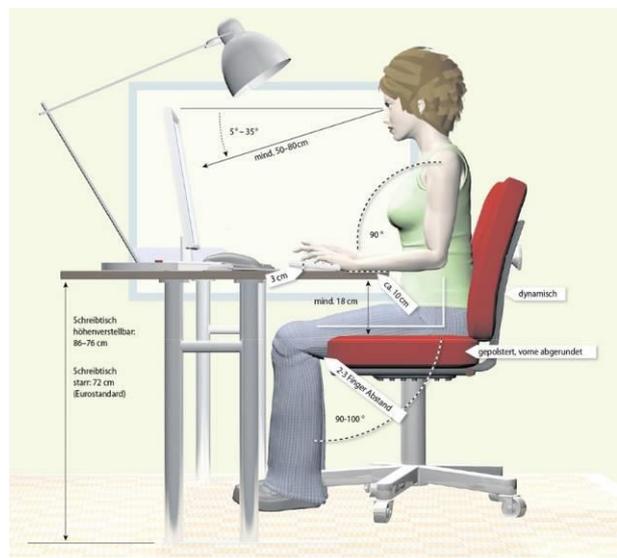


- Kerzen dürfen nicht auf **brennbaren Unterlagen** aufgestellt werden!
- Beachten Sie **Rauchverbote!**
- Weitere Tipps und Info`s siehe unter: <http://www.efas-online.de/index.php/infothek1/brandschutz-erste-hilfe>



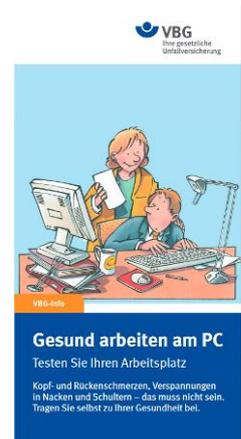
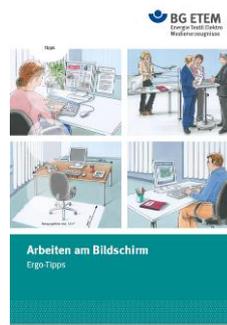
Tätigkeiten am Bildschirmarbeitsplatz:

- Lassen Sie sich von Ihrem Vorgesetzten die verschiedenen Einstellmöglichkeiten Ihres Bürodrehstuhles zeigen und achten Sie auf die richtige Einstellung der **Stuhl- und Tischhöhe**, um Rücken- und Nackenschmerzen zu vermeiden.
- Achten Sie auf eine ausreichende **Beleuchtung** und auf **Blendschutz**, während der Arbeit am Bildschirm.
- Bei der Auswahl der Räumlichkeiten ist neben dem Raum- und Flächenbedarf, auch auf eine ausreichende **Belüftung** und das **Raumklima** zu achten. Die Raumtemperaturen sollten 20 - 22° C betragen, **Zugerscheinungen** sind zu



vermeiden. An den Fenstern sollte, wenn erforderlich, ein **Sonnenschutz** gegen Erwärmung und Blendung vorhanden sein.

- Der Bildschirm (Flachbildschirm) sollte eine Größe von 19 Zoll nicht unterschreiten und reflexionsfrei, im **rechten Winkel zur Fensterfläche** und in der richtigen **Höhe** aufgestellt werden (Blickwinkel leicht nach unten).
- Nehmen Sie das wiederkehrende Angebot der **Augenuntersuchung** wahr, um die Notwendigkeit einer geeigneten Sehhilfe rechtzeitig zu erkennen!
- Machen Sie bei längerer Tätigkeit am Bildschirm regelmäßig Kurzpausen und führen Sie regelmäßig **Lockerungs- und Dehnungsübungen** für Rücken, Schulter, Nacken, Arme und Beine durch!
- **Stolpergefahren** durch lose auf dem Boden verlegte Leitungen und Kabel im Arbeitsbereich und auf den Verkehrswegen **sind zu vermeiden** (Kabel z. B. gebündelt unter der Tischplatte führen). Lassen Sie keine Papierkörbe, Kisten/Kartons oder Ordner im Weg stehen!
- Verwenden Sie nur **kippsichere, unbeschädigte und geprüfte Tritte und Leitern!**
- Weitere Tipps und Info`s siehe Broschüren: „Gesund arbeiten am PC“ der VBG oder „Arbeiten am Bildschirm“ der BG ETEM – siehe Suchmaschine im Internet.



Grundsätzliches zum Umgang mit elektrischen Geräten und elektrischen Anlagen:



- Verwenden Sie nur Kabeltrommeln, die mit **Thermoschutzschaltern** ausgestattet sind!
- Für den Außeneinsatz von elektrischem Strom ist ein **FI – Fehlerstromschutzschalter** erforderlich!
- Achten Sie darauf, dass Sie elektrische Geräte, Kabel und Fehlerstromschutzschalter nur dann verwenden, wenn sie durch eine **aktuelle Prüfplakette gekennzeichnet** sind!
- Achten Sie darauf, dass **Beschädigungen** an elektrischen Geräten, Kabeln und Anlagen **nicht von Laien**, sondern nur von Elektrofachkräften repariert werden dürfen!
- **Elektrische Anlagen** sind alle **4 Jahre** durch eine Elektrofachkraft **zu überprüfen**.
- Sicherungen dürfen nicht **geflickt oder überbrückt** werden, Sicherungen in Verteilerkästen müssen **eindeutig beschriftet** sein!
- Steckplätze von Schraubsicherungen sind durch **Abdeckungen zu sichern!**
- Weitere Tipps und Info`s siehe Broschüre: „Umgang mit elektrischen Geräten“ der BG ETEM – siehe Suchmaschine im Internet.



Sicherer Umgang mit Leitern:

Grundsätzliches zu Leiterarbeit:

- Es ist vor der Leiterarbeit zu prüfen, ob nicht ein anderes Arbeitsmittel für die Tätigkeit sicherer ist.
- Personen, die unter Alkohol-, Medikamenten oder Drogeneinfluss stehen, dürfen nicht auf Leitern arbeiten. Vorsicht auch bei Schwindel oder Höhenangst.
- Die Leiterart ist immer entsprechend der Arbeitshöhe, Arbeitsaufgabe und Bodenbeschaffenheit auszuwählen.
- Als „**Arbeitsplatz**“ dürfen nur **Stufen- und Podestleitern** verwendet werden. (**Sprossenleitern** dürfen nur als Verkehrsweg zum **Überstieg** auf eine höhere Ebene genutzt werden. Die Stufen müssen eine Mindestbreite von **80 mm** haben!)
- Führen Sie vor der Verwendung der Leiter eine **Sichtprüfung** auf äußere Beschädigungen durch. Verwenden Sie keine defekten Leitern!
- Es ist ein **sicherer Standplatz** für die Leiter erforderlich.
- Tragen Sie für Leiterarbeit stets **geeignetes Schuhwerk**. Die Leiter darf nur von 1 Person betreten werden, achten Sie darauf, dass Sie mit **beiden** Füßen auf der Leiter stehen. Max. 150 kg Belastung.
- Bei Aufstellung in Verkehrswegen ist die Leiter durch Schilder zu sichern.
- Für zeitweilige Arbeiten darf der Standplatz in **max. 5 m** Höhe sein. Es dürfen max. 1 m² große Teile mitgeführt werden.
- Für den Überstieg darf der zu überbrückende Höhenunterschied **max. 5 m** betragen.
- Arbeiten Sie nicht länger als **max. 2 Stunden** auf der Leiter, führen Sie max. 10 kg Last mit.
- **Leiterarbeiten** sollten von Ihnen nach Möglichkeit immer mit einer **zweiten Person** durchgeführt werden, damit im Falle eines Absturzes von der Leiter, schnell erste Hilfe geleistet werden kann.
- Verwenden Sie nur geprüfte Leitern, die gegebenenfalls mit einer **aktuellen Prüfplakette** gekennzeichnet sind!
- Beachten Sie die Hinweise des Piktogramms zur Verwendung der Leiter am Leiterholm (wenn vorhanden)!
- Beachten Sie die für den Umgang mit Leitern die am Lagerungsort ausgehängte **Betriebsanweisung!**
- ...



Umgang mit Mehrzweckleitern:

- Achten Sie darauf, dass Sie bei Einsatz als Stehleiter mit Schiebeteil die obersten 4 Sprossen nicht betreten dürfen!

Umgang mit Sprossenanlegeleitern:

- Sprossenleitern dürfen nur als Verkehrsweg zum Überstieg auf eine höhere Ebene verwendet werden!
- Anlegeleitern, die länger als 3 m sind, müssen im Fußbereich mit einer Standverbreiterung „**Traverse**“ ausgestattet sein.

- Achten Sie darauf, dass der Leiterfuß für den entsprechenden Untergrund geeignet ist!
- Achten Sie darauf, dass die obersten 4 Stufen nicht betreten werden dürfen (außer es ist eine Haltevorrichtung vorhanden).
- Die Leiter muss mind. 1 m über Anlegestelle herausragen, der Anlegewinkel muss ca. 65° – 75° betragen; lehnen Sie sich nicht seitlich über die Leiter hinaus.
- Beachten Sie, dass Sie keine größeren Kräfte wirken lassen.
- Anlegeleitern müssen gegen Abrutschen gesichert werden!

Umgang mit Stehleitern:

- Beachten Sie, dass der Überstieg auf erhöhte Ebenen nicht zulässig ist. Die oberste Sprosse darf nicht betreten werden. Lehnen Sie sich nicht seitlich hinaus!
- Lassen Sie keine größeren Kräfte wirken.
- Für die Leiter ist unbedingt eine funktionsfähige Spreizsicherung oder Sicherheitsbrücke erforderlich.
- Verwenden Sie keine Leitern, bei denen oberhalb der Gelenke Quetschstellen vorhanden sind.

Verwenden Sie keine Leiter, bei der folgende Leiterschäden vorhanden sind:

- Absplinterungen am Leiterholm, gebrochene Sprossen.
- Sprossen lösen sich aus der Verzapfung, Schädlingsbefall.
- Es wurde ein deckender Anstrich aufgebracht.
- Leiter wurde unsachgemäß repariert, z. B. Sprossen wurden aufgenagelt.
- Sprossen oder Leiterholme sind verbogen.
- **Wichtig:** Leitern dürfen nur von Fachleuten repariert werden!
- Weitere Tipps und Info`s siehe EFAS-Flyer „Leitern und Tritte“, im Internet unter: www.efas-online.de in der Infothek unter dem Stichwort: Themenschwerpunkte.



Tipps für den sicheren Umgang mit Leitern

Herausgeber: Verband Deutscher Leitern- und Fahrgerüsterhersteller VDL



Piktogramme auf Gebrauchsanweisungen (Beispielhaft)

1.	Überprüfung der Leiter und aller Leiterteile vor der Benutzung, hinsichtlich Zustand und Funktion		9.	Leitern nur auf festem, ebenem und unbeweglichen Untergrund benutzen	
2.	Bei Anlegeleitern auf richtigen Anstellwinkel achten		10.	Seitlich nicht zu weit hinauslehnen	
3.	Maximal zulässige Belastung nicht überschreiten		11.	Die obersten drei Sprossen einer Anlegeleiter nicht als Standfläche benutzen	
4.	Bei Stehleitern auf vollständige, gesicherte Öffnung der beiden Leiterteile achten		12.	Mehrzweckleiter/Kombileiter 2-teilig: Obere zwei Sprossen nicht besteigen	
5.	Mindest-Überstand: 1m über dem Anlegepunkt der Leiter		13.	Mehrzweckleiter/Kombileiter 3-teilig: Die obersten vier Sprossen nicht als Standfläche benutzen	
6.	Beim Aufsteigen auf die Leiter geeignetes Schuhwerk verwenden		14.	Nur eine Person darf sich auf der Leiter bzw. auf einem Leiterschenkel befinden	
7.	Rasthaken an der Leitersprosse sichern		15.	Anlegeleiter nur an einer ebenen, festen Fläche sicher und rutschfest anlegen	
8.	Sicherheitsspitzen bei losem Untergrund verwenden		16.	Seitliches Wegsteigen von der Leiter ist unzulässig	

Weitere Informationen zu "Tipps für den Leiternkauf und für die Anwendung" erhalten Sie auf der Homepage des VDL unter „Ratgeber“. Dort befinden sich auch eine Reihe weiterer und nützlicher Informationen rund um das Thema Leitern und Fahrgerüste.
www.leiternverband.de

(Quelle: Verband deutscher Leitern- und Fahrgerüsterhersteller)

Betreten von Flachdächern, Verhalten im Kirchturm/Kirchenbühne

- Betreten Sie keine **Flachdächer**, Treppen und **Laufstege**, ohne dass Sie gegen einen möglichen Absturz durch **Sicherheitsgeschirr** oder ein **Geländer** gesichert sind! Beachten Sie ggf. Zutrittsverbote!
- Benutzen Sie die zur Verfügung gestellte **persönliche Schutzausrüstung** gegen Absturz („Sicherheitsgeschirr“) nur nach vorheriger **Einweisung**, wenn eine zweite Person anwesend ist und das Sicherheitsgeschirr mit **aktueller Prüfplakette** versehen ist.
- **Tierkot** (z. B. von Tauben, Eulen, Dohlen, Falken, Mardern, Mäusen, Ratten und Fledermäusen) darf nur unter Benutzung der entsprechenden persönlichen Schutzausrüstung entfernt werden! Den direkten **Kontakt** mit den Verunreinigungen **vermeiden**, nach der Arbeit Hände **gründlich waschen**. Beachten Sie hierfür auch die im Zugangsbereich angebrachte Betriebsanweisung „Umgang mit Tauben- und Fledermauskot“!
- Bei nachgewiesenem Einsatz von **Lindan- und PCP-haltigen, Holzschutzmitteln** im Kirchendachstuhl (ggf. ist ein Aushang: „Avenarol SR“ und „Impra HG“ vorhanden) ist bei Reinigungsarbeiten auf der Kirchenbühne/im Kirchturm eine **Staubschutzmaske** „FFP3“, Ganzkörperanzug und dichte Handschuhe zu **tragen**.
- Beachten Sie die Zugangsbereich des Kirchturm’s angebrachte Betriebsanweisung „Kirchturm“!
- Im gesamten Kirchturm und Kirchenbühnenbereich herrscht **Rauchverbot!**
- Schalten Sie vor dem Betreten der **Glockenstube** die **Läuteanlage** aus!
- Führen Sie bei „**Alleinarbeiten**“ im **Kirchturm** oder auf der **Kirchenbühne** stets ein Handy mit sich oder informieren Sie vorab eine andere Person über Ihr Vorhaben.
- **Kirchturm mit Mobilfunkanlage**: Der Gefahrenbereich 50 cm vor den Sende-antennen darf nicht betreten werden. Personen mit Herzschrittmachern müssen den in der Standortbeschreibung vorgegebenen Sicherheitsabstand zu den Antennen einhalten. Ist der Aufenthalt im Gefahrenbereich der Sendeanlage notwendig, muss diese abgestellt werden. Das Abschalten der Anlage kann unter folgender Rufnummer veranlasst werden: _____ (siehe Standortbescheinigung)
- Weitere Tipps und Info`s siehe Broschüre: „Leitfaden für Küster und Mesner“ der VBG – siehe im Internet unter: http://www.vbg.de/SharedDocs/Medien-Center/DE/Broschuere/Branchen/Kirchen/Leitfaden_fuer_Kuester_und_Mesner_VBG_Praxis_Kompakt.pdf?__blob=publicationFile&v=1



Sicherer Umgang mit motorbetriebenen Grünpflegemaschinen:

Grundsätzliches zu Grünpflegearbeiten mit Maschinen:

- Benutzen Sie motorbetriebene Grünpflegegeräte nur, wenn Sie davor durch Ihren **Arbeitgeber unterwiesen** wurden.
- Bei arbeiten in öffentlichen Verkehrsbereichen ist eine **Warnweste** zu tragen!
- Elektrische Geräte müssen durch einen **FI-Schutz** abgesichert sein!
- Tragen Sie bei der Arbeit **Sicherheitsschuhe!**
- Die **Bedienungsanleitung** des Herstellers ist zu beachten!
- Beachten Sie die für das Gerät ausgehängte **Betriebsanweisung!**
- **Schutzeinrichtungen** dürfen von Ihnen **nicht demontiert oder außer Kraft gesetzt werden!**
- Zu Beginn des Arbeitens sind von Ihnen die **Sicherheits- und Schutzeinrichtungen** auf **ordnungsgemäßen** Zustand zu prüfen!
- **Reparaturen** an den Maschinen dürfen nur **von Fachkräften** durchgeführt werden!
- Zum Betanken **Sicherheitseinfüllstutzen** verwenden, nicht rauchen!
- Halten Sie zu anderen Personen einen **Sicherheitsabstand** ein!
- **Kabeltrommeln** sind bei der Arbeit **ganz auszurollen** und sollten einen **Überhitzungsschutz** haben und aus isolierendem Material bestehen.
- Verwenden Sie nur Kabel und Kabeltrommeln die für den **Einsatz im Freien** zugelassen sind.
- ...



Arbeiten mit dem **Rasenmäher**:

- Jugendliche müssen mind. **16 Jahre** alt sein.
- Rasenfläche vor Arbeitsbeginn nach Fremdkörpern absuchen.
- Vor dem Mähen Scheidewerkzeug auf festen Sitz und einwandfreien Zustand überprüfen. Beschädigte Messer sind auszutauschen!
- Niemals ohne mitgelieferte Schutzeinrichtungen (z. B. Prallblech oder Grasfangsack) mähen.
- Nur mit funktionsfähiger Totmannschaltung mähen!
- Beim Fahren außerhalb des Rasens Mähwerk abschalten.
- An Böschungen quer zum Hang mähen, beim Mähen nicht rückwärts laufen.
- Wartungs- und Reinigungsarbeiten nur bei abgeschaltetem Motor bzw. gezogenem Zündkerzenstecker. Nach 5 Sekunden muss das Schneidewerkzeug zum Stillstand kommen und blockieren.
- Schnitthöhe nicht bei laufendem Mäher verstellen!
- Verweisen Sie andere Personen, insbesondere Kinder aus Ihrem Arbeitsbereich!



Arbeiten mit der **Heckenschere**:

- Jugendliche müssen mind. **16 Jahre** alt sein.
- Bei der Arbeit sind Handschuhe zu tragen.
- Beim Transport ist das Schneidwerkzeug durch einen Köcher gegen Berührung zu sichern.
- Heckenscheren sind immer mit zwei Händen zu führen, Geräte mit Einhandschaltung dürfen nicht verwendet werden.
- Heckenscheren nur von sicheren Standplätzen aus einsetzen.
- Elektrokabel müssen für die Arbeit im Freien zugelassen sein (VDE-Bezeichnung H07-RVF).
- Zum Reinigen der Heckenschere Kabelstecker bzw. Zündkerzenstecker ziehen.



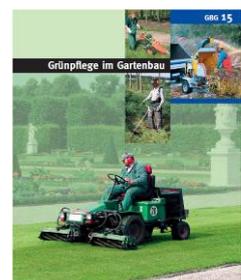
Arbeiten mit dem **Freischneider**:

- Jugendliche müssen mind. **18 Jahre** alt sein.
- Bei der Arbeit sind Handschuhe, Gehörschutz und Gesichtsschutz zu tragen.
- Beim Transport ist das Schneidwerkzeug gegen Berührung zu sichern.
- Vor Arbeitsbeginn Haltegriffe und Tragegurte auf Körpergröße einstellen.
- ...



Grünpflege – Schutzmaßnahmen gegen Zecken

- Lassen Sie sich ggf. nach Rücksprache mit dem Betriebsarzt freiwillig gegen FSME impfen!
- Tragen Sie bei der Arbeit geschlossene Kleidung!
- Nach der Arbeit sollte der Körper nach Zecken abgesucht werden.
- Die Zecke ist nach einem Stich möglichst rasch mit einer Pinzette oder einer Zeckenkarte zu entfernen oder es ist ein Arzt aufzusuchen.
- Es ist empfehlenswert, die Stichstelle zu markieren und weiter zu beobachten.
- Nach Entfernen der Zecke ist die Wunde zu desinfizieren.
- Beim Auftreten akuter Krankheitssymptome nach einem Zeckenstich (Wanderröte, Fieber, Schwellungen u. a.) ist ein Arzt aufzusuchen mit dem Hinweis auf die gefährdende Tätigkeit. (Auch Monate bis Jahre nach einer Infektion können noch Gelenkbeschwerden oder neurologische Beschwerden auftreten, die eine ärztliche Behandlung erforderlich machen).
- Der Zeckenstich ist zeitnah im Verbandbuch zu notieren!
- Beachten Sie hierfür auch die ausgehängte **Betriebsanweisung** zum Schutz vor Zecken!
- Weitere Tipps und Info`s siehe Broschüre: „Grünpflege im Gartenbau“ der SVLFG – siehe im Internet unter:
[https://www.svlfg.de/60-](https://www.svlfg.de/60-service/serv02_brosch/serv0201praev/broschueren/b30_gruenpflege_gartenbau.pdf)



https://www.svlfg.de/60-service/serv02_brosch/serv0201praev/broschueren/b30_gruenpflege_gartenbau.pdf

Hautschutz in der Grünpflege

Hände waschen



Unsere Tipps

- Waschen Sie Ihre Hände:
 - wenn sie dreckig sind
 - vor der Pause
 - nach der Toilette
- Benutzen Sie Flüssig-Seife zum Hände-Waschen
Achtung: Benutzen Sie keine Seife mit Reibe-Mitteln.
Die Mittel machen die Haut kaputt.
- Nach dem Hände-Waschen
Trocknen Sie Ihre Hände ab:
Mit weichen Einmal-Hand-Tüchern.
- Cremens Sie ihre Hände oft ein.
Am Besten: 4 mal am Arbeits-Platz.
- Schützen Sie sich vor Zecken:
Tragen Sie Kleidung mit langen Ärmeln und Hosen-Beinen.
- Schützen Sie sich vor Insekten-Stichen:
Tragen Sie Kleidung mit langen Ärmeln und Hosen-Beinen.
- Vor der Arbeit:
Benutzen Sie ein Mittel zum Schutz vor Stichen.
Zum Beispiel ein Pump-Spray.
- Nach Insekten-Stichen:
Wenn Sie trotzdem gestochen werden:
Benutzen Sie ein Mittel gegen die Stiche.
Zum Beispiel: Ein Gel, das kühlt.
- Wenn die Sonne scheint:
Benutzen Sie Sonnen-Schutz-Creme.
Setzen Sie einen Sonnen-Hut oder eine Kappe auf.
- Wenn es kalt wird, gibt es Garten-Handschuhe mit Fell.



- Nach der Arbeit:
Suchen Sie sich nach Zecken ab. Entfernen Sie Zecken mit einer Pinzette oder Zecken-Karte. Fragen Sie Ihren Gruppen-Leiter wie man die Karte benutzt.

Hände eincremen



BGW - Poppelallee 33/35/37 - 22089 Hamburg



Winterdienst – Umgang mit der Schneefräse

- Verwenden Sie das Gerät nur entsprechend der **Bedienungsanleitung!**
- Verwenden Sie das Gerät nur auf **festem Untergrund!**
- Tragen Sie bei der Arbeit **festes Schuhwerk** mit rutschfester Sohle und **Warnkleidung**, ggf. Gehörschutz!
- Greifen Sie niemals mit der Hand in die **Schleuder- und Fräseinrichtung**, sondern beseitigen Sie Schneeverstopfungen mit den vorgesehenen Werkzeugen.
- **Sicherheitseinrichtungen** an der Maschine (z. B. Totmannschalter) müssen **intakt** sein und dürfen nicht willentlich außer Betrieb genommen werden.
- Überfahren Sie Straßenbordsteine möglichst rechtwinklig.
- Richten Sie die Schneeschleuder nicht auf Personen oder Fahrzeuge.
- Verwenden Sie das Gerät nicht bei starkem Wind.
- Beachten Sie das Mindestalter von **18 Jahren** zur Verwendung dieses Gerätes.

Plan für Sauberkeit und Haut-Schutz der Hände

für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Garten-Bereich

Vor der Arbeit	Hände waschen mit Flüssig-Seife	Hände eincremen mit Schutz-Creme
	 1	 2
	Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben	Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben

Vor vielen Arbeiten: Handschuhe anziehen

Arbeiten mit Erde, Pflanzen und Geräten	Garten-Handschuhe anziehen
	 !
	Die Handschuhe sollen eine Schutz-Schicht haben

Saubermachen im Garten	Greif-Zange benutzen und dünnere Garten-Handschuhe anziehen
	 !
	Die Handschuhe sollen eine Schutz-Schicht haben

Arbeiten mit Ästen, Dornen, Büschen	Leder-Handschuhe anziehen
	 !
	Die Handschuhe sollen ein Bündchen haben

Arbeiten mit Pflanzen-Schutz-Mitteln	Pflanzen-Schutz-Handschuhe anziehen
	 !
	Sie dürfen das nur machen, wenn Sie eine Erlaubnis haben

Hände sind dreckig	Hände waschen mit Flüssig-Seife	Hände eincremen mit Schutz-Creme
	 1	 2
	Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben	Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben

Nach der Arbeit	Hände eincremen mit Pflege-Creme
	 !
	Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben

Reinigungsarbeiten / Hauswirtschaft: richtiger Umgang mit Gefahrstoffen, Auswahl pers. Schutzausrüstung, Hautschutz/-pflege

- Bei der Fensterreinigung ohne ausreichend hohe Brüstung haben Sie als Mitarbeiter **persönliche Schutzausrüstung** gegen Absturz (wie Sicherheitsgeschirre, Absturzsicherungen) zu verwenden!
- Bei höher gelegenen Reinigungsbereichen oder anderen schwierigen Arbeiten haben Sie als Mitarbeiter **geeignete Leitern und Tritte** (nicht auf Stühle steigen!) (vgl. gesonderte Unterweisung zum richtigen Umgang mit Leitern) zu verwenden bzw. weitere Personen zur Sicherung/Hilfestellung oder Entlastung anzufordern!
- Sind Wege und Verkehrsflächen bei Nässe glatt/rutschig und es befinden sich weitere Personen im Gebäude, müssen **Hinweis-/ Warnschilder** aufgestellt oder Bereiche abgesperrt werden.
- Bei Reinigungsarbeiten an elektrischen Geräten oder Leuchten müssen die Stecker gezogen bzw. der Strom abgeschaltet werden.
- Bei der Reinigung von Dachböden und Kirchtürmen und dgl., ist Staubbildung zu vermeiden, bzw. ein geeigneter Staubsauger und Atemschutz (z. B. Staubschutzmaske FFP3/Schutzausrüstung) einzusetzen. Bei der Beseitigung von tierischen Verunreinigungen wie z. B. Taubenkot, sind unbedingt die hierfür erstellten Betriebsanweisungen anzuwenden.
- Als Reinigungskraft sind Sie zudem einer besonderen **Hautbelastung** ausgesetzt. Bei Arbeiten mit direktem Kontakt mit Wasser oder bei dem Tragen von „Gummi“-Handschuhen – sog. „Feuchtarbeit“ – kommt es vermehrt zu einer höheren Belastung der Haut. Deshalb ist zu beachten:
- Für Sie besteht das Angebot einer **arbeitsmedizinischen Vorsorge durch den Betriebsarzt** des BAD (bei > 2 Stunden „Feuchtarbeit“ am Tag; bei > 4 Stunden am Tag sind diese Untersuchungen Voraussetzung für die weitere Beschäftigung!)
- Melden Sie Ihrem Arbeitgeber unverzüglich das **Auftreten einer Schwangerschaft**, damit geprüft werden kann, ob die bisherigen Tätigkeiten in gewohntem Umfang von Ihnen weiterhin durchgeführt werden können.
- Nutzen Sie die vom Anstellungsträger bereitgestellten **Hautschutz- und Hautpflegeprodukte** sowie **persönliche Schutzausrüstung** (z. B. geeignete chemikaliendichte Handschuhe und ggf. eine Schutzbrille für die Augen)! Bei Bedarf müssen Ihnen zusätzlich Unterziehhandschuhe aus Baumwolle bereitgestellt werden.
- Trocknen Sie nach jedem Einsatz die Handschuhe an einem geeigneten Ort, z. B. Handschuhhalter. Einweghandschuhe sind nach Gebrauch zu entsorgen! Bitte beachten: medizinische Einweghandschuhe aus Latex stellen im Umgang mit Gefahrstoffen keinen ausreichenden Schutz dar!
- Tragen Sie während der Arbeit an der Ferse **geschlossene Schuhe** bzw. Schuhe mit Fersenriemen und rutschsicherer Sohle! (Siehe Beispielfoto)
- Der am Arbeitsplatz ausgehängte **Hautschutzplan** und die



entsprechenden **Betriebsanweisungen** für den sicheren Umgang mit Reinigungsmitteln/Gefahrstoffen sind zu beachten! Zu Ihrer weiteren Information stehen **Sicherheitsdatenblätter** zur Verfügung.

- Verschiedene Reinigungsmittel sollten nie miteinander gemischt werden. Andernfalls kann es zu gefährlichen chemischen Reaktionen kommen.
- Bei Reinigungsarbeiten in Hauswirtschaftsbereichen und Küchen sind die Betriebsanweisungen der "Küchengeräte" sowie der "Reinigungsplan" zu beachten.
- Weitere Tipps und Info`s siehe in der Broschüre: „Körpergerechtes Arbeiten – bewusst bewegen“ im Internet unter: http://www.efas-online.de/images/files/themenschwerpunkte/Bewusst_bewegen_klein.pdf

Hände desinfizieren

Unsere Tipps

- **Cremen Sie ihre Hände oft ein.** Am Besten: 4 mal am Arbeits-Platz.
- **Ziehen Sie Handschuhe nur an, wenn es wichtig ist,** steht in dem Plan.
- **Benutzen Sie Einmal-Handschuhe wirklich nur einmal.**
- **Wenn Sie Haushalts-Handschuhe ausziehen:** Hängen Sie die Handschuhe zum Lüften auf.
- **Waschen Sie ihre Hände so wenig wie möglich. Besser ist: Hände desinfizieren.**
- **Warum?** Hände waschen ist nicht so gut für Ihre Haut. Die Haut wird schneller trocken und rissig. Und Seife wirkt nicht so gut wie Desinfektions-Mittel. Das bedeutet: Viele krankmachende Keime bleiben auf der Haut.
- **Darum: Hände nur waschen, wenn sie wirklich dreckig sind.** Desinfektions-Mittel sind besser für Ihre Haut. Die Mittel töten die krankmachenden Keime.
- **Nach dem Hände-Waschen die Hände abtrocknen.** Danach die Hände eincremen.

Haushalts-Handschuhe zum Auslüften aufhängen

Hände abtrocknen

Hände eincremen

BGW - Pappelallee 33/35/37 · 22089 Hamburg

Was	Wann	Womit	Wie
	<ul style="list-style-type: none"> • vor Arbeitsbeginn • vor längerem Tragen von Handschuhen • nach dem Handewaschen 	<ul style="list-style-type: none"> • Hautschutzcreme 	<ul style="list-style-type: none"> • circa kirschkerngroße Menge auf Handrücken auftragen • sorgfältig einmassieren (Fingerzwischenräume, Fingersseitenkanten, Nagelfalze, Fingerkuppen, Daumen, Handgelenke)
	<ul style="list-style-type: none"> • bei Feuchtreinigungs- und Desinfektionsarbeiten (zum Beispiel Abwasch, Bettenreinigung, Wischen) • beim Umgang mit Schmutzwäsche • beim Umgang mit keimbehafteten Materialien (zum Beispiel Abfälle, benutzte medizinische Gegenstände) 	<ul style="list-style-type: none"> • chemikalienbeständige Schutzhandschuhe • Einmalhandschuhe 	<ul style="list-style-type: none"> • Handschuhe nur auf trockenen, sauberen Händen benutzen • bei Tragezeiten über zehn Minuten möglichst Baumwollhandschuhe unterziehen • bei trockenen, sauberen Tätigkeiten Handschuhe ausziehen
	<ul style="list-style-type: none"> • beim Wechsel von unreinen zu reinen Tätigkeiten • vor jedem Umgang mit Lebensmitteln (zum Beispiel Zubereitung, Essensausgabe) • nach Umgang mit keimbehafteten Materialien (zum Beispiel Müllentsorgung) – auch wenn Handschuhe getragen wurden • nach Toilettenbesuch 	<ul style="list-style-type: none"> • Händedesinfektionsmittel 	<ul style="list-style-type: none"> • circa 3 ml Händedesinfektionsmittel <input type="text"/> Sekunden (laut Herstellerangabe) in die trockenen Hände einreiben • Problemzonen einbeziehen (Fingerkuppen, Daumen, Fingerzwischenräume, Fingersseitenkanten, Nagelfalze, Handgelenke)
	<ul style="list-style-type: none"> • bei Arbeitsbeginn • bei sichtbarer Verschmutzung 	<ul style="list-style-type: none"> • Waschlotion • Einmalhandtücher 	<ul style="list-style-type: none"> • Waschlotion mit lauwarmem Wasser aufschäumen • Hände und Fingerzwischenräume gründlich abspülen und sorgfältig abtrocknen
	<ul style="list-style-type: none"> • am Arbeitsende 	<ul style="list-style-type: none"> • Pflegecreme 	<ul style="list-style-type: none"> • circa kirschkerngroße Menge auf Handrücken auftragen • sorgfältig einmassieren

(Quelle: Berufsgenossenschaft Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege)

Plan für Sauberkeit und Haut-Schutz der Hände

für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Reinigungs-Bereich

Vor der Arbeit	Hände waschen mit Flüssig-Seife	Hände eincremen mit Schutz-Creme
	 <p>1</p>	 <p>2</p>
	Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben	Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben

Arbeiten mit Wasser oder Putz-Mittel	Haushalts-Handschuhe anziehen
	

Arbeiten mit Schmutz-Wäsche	Einmal-Handschuhe anziehen
	

Handschuhe ausziehen	Hände desinfizieren mit Hände-Desinfektions-Mittel
	 <p>Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben</p>

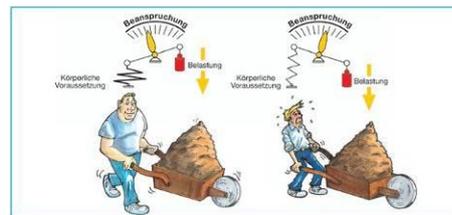
Hände sind dreckig	Hände waschen mit Flüssig-Seife	Hände eincremen mit Schutz-Creme
	 <p>1</p>	 <p>2</p>
	Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben	Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben

Nach der Toilette	Hände waschen mit Flüssig-Seife	Hände eincremen mit Schutz-Creme
	 <p>1</p>	 <p>2</p>
	Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben	Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben

Nach der Arbeit	Hände eincremen mit Pflege-Creme
	 <p>Hier bitte ein Produktfoto aus Ihrem Betrieb hochladen oder einkleben</p>

Psychische Belastungen allgemeiner Art (gilt für alle Mitarbeiter/-innen):

Nehmen Sie unter Umständen vorhandene persönliche psychische Belastungen wahr und melden Sie diese Ihrem Vorgesetzten oder der Mitarbeitervertretung zurück, wenn aus Ihrer Sicht Handlungsbedarf besteht:



(Skizze aus: BGI 5050 der VBG)

1	Arbeitstätigkeit:	Eher Ja	Eher Nein
1.1	Wird die auszuführende Arbeit von Ihnen selbst vorbereitet, organisiert und geprüft?		
1.2	Ist Ihre Tätigkeit abwechslungsreich?		
1.3	Haben Sie die Möglichkeit, eine wechselnde Körperhaltung einzunehmen und / oder ausreichende Bewegung am Arbeitsplatz?		
1.4	Erhalten Sie ausreichende Informationen zum eigenen Arbeitsbereich?		
1.5	Entspricht Ihre Qualifikation den Anforderungen, die durch die Tätigkeit gestellt werden?		
1.6	Ist die Aufgabe / Tätigkeit frei von erhöhter Verletzungs- und Erkrankungsgefahr?		
1.7	Ist Ihre Aufgabe/Tätigkeit frei von ungünstigen Arbeitsumgebungsbedingungen (zum Beispiel Lärm, Klima, Gerüche)?		
1.8	Ist Ihre Aufgabe / Tätigkeit frei von erhöhten emotionalen Anforderungen (zum Beispiel im Publikumsverkehr)?		
1.9	Haben Sie Einfluss auf die Zeiteinteilung Ihrer Arbeit (zum Beispiel Lage der Pausen, Arbeitstempo, Termine)?		
1.10	Haben Sie Einfluss auf die Vorgehensweise bei Ihrer Arbeit (zum Beispiel Wahl der Arbeitsmittel / -methoden)?		
1.11	Erhalten Sie ausreichend Informationen zur Entwicklung der Dienststelle / des Betriebes?		
2	Arbeitsorganisation:	Eher Ja	Eher Nein
2.1	Ist ein kontinuierliches Arbeiten ohne häufige Störungen möglich?		
2.2	Können Sie überwiegend ohne Zeit- bzw. Termindruck arbeiten?		
2.3	Erhalten Sie ausreichende Rückmeldung (Anerkennung, Kritik, Beurteilung) über die eigene Leistung?		
2.4	Gibt es für Sie klare Entscheidungsstrukturen?		
2.5	Sind angeordnete Überstunden die Ausnahme?		
2.6	Wird Ihnen im Falle von Überstunden zeitnah Freizeitausgleich gewährt?		
3	Soziales:	Eher Ja	Eher Nein
3.1	Bietet Ihre Tätigkeit die Möglichkeit zur Zusammenarbeit mit Kolleginnen / Kollegen?		
3.2	Besteht ein positives soziales Klima?		

Diese Prüfliste entstammt der Broschüre „Was stresst“ der Unfallkasse des Bundes. Siehe im Internet unter: http://www.uk-bund.de/downloads/Gesundheitsfoerderung/Psychische%20Belastung/UVB_Broschuere_WasStresst_2015.pdf

Weitere vertiefende Informationen: Broschüre der DGUV 206-007: „So geht’s mit Ideentreffen“, im Internet unter: <http://publikationen.dguv.de/dguv/pdf/10002/206-007.pdf> oder VBG Fachwissen: „Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen“ im Internet unter:

http://www.vbg.de/SharedDocs/Medien-Center/DE/Broschuere/Themen/Arbeitsschutz_organisieren/gebraehrdungsbeurteilung_psychischer_belastung.pdf?__blob=publicationFile&v=4

Zusätzliches für Tätigkeiten in Kindertagesstätten:

- Lassen Sie regelmäßig durch den Betriebsarzt Ihren **Immunstatus** prüfen bzw. nehmen Sie angebotene Schutzimpfungen in Anspruch!
- Vermeiden Sie direkten Kontakt mit Urin, Kot, Erbrochenem und Blut!
- Tragen Sie bei Hilfestellungen auf dem WC, beim Windelwechseln und wechseln von kot- oder urinverschmutzter Kleidung und beim Entfernen von Körperflüssigkeiten **Einmal-Handschuhe aus Vinyl oder Nitril!** Vermeiden Sie aufgrund der Allergiegefahr die Verwendung von Latexhandschuhen!
- Vor dem Umgang mit Essen und nach jedem Toilettenbesuch die **Hände waschen!**
- Nach infektionsgefährlichen Arbeiten die Hände gründlich mit Seife waschen und desinfizieren! Verwenden Sie die bereitgestellten Hautschutz- und Hautpflegemittel!
- Nach dem Wickeln ist die **Wickelaufgabe zu reinigen und zu desinfizieren oder auszutauschen!**
- Möglicherweise mit Krankheitserregern verschmutzte Kleidung ausziehen.
- Melden Sie Ihrem Arbeitgeber unverzüglich das **Auftreten einer Schwangerschaft**, damit geprüft werden kann, ob die bisherigen Tätigkeiten in gewohntem Umfang von Ihnen weiterhin durchgeführt werden können.
- Beachten Sie die ausgehängten Betriebsanweisungen im Blick auf Infektionsgefährdungen, Gefahrstoffe und den Hautschutzplan!
- Bei der Arbeit sind Schuhe mit folgenden Eigenschaften zu tragen: an der Ferse geschlossen, flach und bequem; rutschfest auf nassen Böden, mit regulierbarer Spannweite, einem anatomisch geformten Fußbett, wasserabweisend, strapazierfähig, pflegeleicht und atmungsaktiv.
- Die Teilnahme an einer Unterweisung gemäß Biostoffverordnung und Infektionsschutzgesetz ist für den Arbeitnehmer Pflicht!
- ...



Hautschutz- und Händehygieneplan

für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Kindertagesstätte

Was	Wann	Wie	Womit
<p>Hautschutz</p>	<ul style="list-style-type: none"> vor Arbeitsbeginn vor längerem Tragen von Handschuhen nach dem Händewaschen 	<ul style="list-style-type: none"> ca. kirschkernegroße Menge auf Handrücken auftragen sorgfältig einmassieren (Fingerzwischenräume, Fingerseitenkanten, Nagelfalze, Fingerkuppen, Daumen, Handgelenke) 	<ul style="list-style-type: none"> Hautschutzcreme
<p>Handschuhe</p>	<ul style="list-style-type: none"> bei Kontakt mit Blut oder Ausscheidungen (z.B. Wundversorgung, Windelwechsel, Schmutzwäsche) beim Umgang mit hautreizenden oder verschmutzenden Lebensmitteln (z.B. Verarbeitung von Obst, Gemüse, Fleisch) bei Feuchtreinigungs- und Desinfektionsarbeiten (z.B. Abwasch, Wischen) 	<ul style="list-style-type: none"> Handschuhe nur auf trockenen, sauberen Händen benutzen bei Tragezeiten über 10 Minuten möglichst Baumwollhandschuhe unterziehen 	<ul style="list-style-type: none"> Einmalhandschuhe chemikalienbeständige Haushaltshandschuhe
<p>Hände desinfizieren</p>	<ul style="list-style-type: none"> vor jedem Umgang mit Lebensmitteln vor Kontakt zu Wunden nach Kontakt mit Blut oder Ausscheidungen – auch wenn Handschuhe getragen wurden nach Versorgung von Kindern mit Durchfall, Erbrechen oder Atemwegsinfekten nach Toilettenbesuch 	<ul style="list-style-type: none"> ca. 3ml Händedesinfektionsmittel <input type="text"/> Sekunden (laut Herstellerangabe) in die trockenen Hände einreiben Problemzonen einbeziehen (Fingerzwischenräume, Fingersseitenkanten, Nagelfalze, Fingerkuppen, Daumen, Handgelenke) 	<ul style="list-style-type: none"> Händedesinfektionsmittel
<p>Hände waschen</p>	<ul style="list-style-type: none"> zu Arbeitsbeginn bei sichtbarer Verschmutzung (z.B. Spielen mit Sand oder Erde) nach Hilfestellung beim Toilettengang 	<ul style="list-style-type: none"> Waschlotion mit lauwarmem Wasser aufschäumen Hände und Fingerzwischenräume gründlich abspülen und sorgfältig abtrocknen 	<ul style="list-style-type: none"> Waschlotion Einmalhandtücher
<p>Hände pflegen</p>	<ul style="list-style-type: none"> am Arbeitsende 	<ul style="list-style-type: none"> ca. kirschkernegroße Menge auf Handrücken auftragen sorgfältig einmassieren 	<ul style="list-style-type: none"> Pflegecreme

(Quelle: Berufsgenossenschaft Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege)

Zusätzliches für Tätigkeiten in Diakoniestationen:



- Nach infektionsgefährlichen Arbeiten die **Hände** gründlich mit Seife **waschen** und **desinfizieren!** Hautschutz- und Hautpflegemittel verwenden!
- Lassen Sie regelmäßig durch den **Betriebsarzt** Ihren Immunstatus prüfen bzw. nehmen Sie angebotene **Schutzimpfungen** in Anspruch.
- **Arbeiten Sie rückengerecht** in der Pflege und Betreuung gem. DGUV Info 207-010. Nutzen Sie zur Verfügung gestellte technische Hilfsmittel zum Bewegen und Transfer von Patienten (vollständig elektrisch verstellbares Pflegebett, Lifter, Umsetzhilfe)!
- **Nutzen Sie sogenannte „kleine Hilfsmittel“** wie Rutschbrett, Rollbrett, Gleitmatte/-tuch, Haltegürtel, Antirutschmatte!
- Verbessern Sie Ihre **Kraft und Beweglichkeit** durch gezieltes Training und Gymnastik!
- Verwenden Sie keine **ungeprüfte elektrische Geräte** in Patientenhaushalte
- Tragen Sie beim Wechseln von kot- oder urinverschmutzter Kleidung und beim Entfernen von Körperflüssigkeiten **Einmal-Handschuhe aus Vinyl oder Nitril!** Vermeiden Sie aufgrund der Allergiegefahr die Verwendung von Latexhandschuhen!
- Vor dem Umgang mit Essen und nach jedem Toilettenbesuch die **Hände waschen!**
- Möglicherweise mit Krankheitserregern **verschmutzte Kleidung ausziehen.**
- Melden Sie Ihrem Arbeitgeber unverzüglich das **Auftreten einer Schwangerschaft**, damit geprüft werden kann, ob Ihre bisherigen Tätigkeiten von Ihnen weiterhin in gewohntem Umfang durchgeführt werden können.
- Bei der Arbeit sind **geeignete Schuhe** mit folgenden Eigenschaften **zu tragen**: an der Ferse geschlossen, flach und bequem; rutschfest auf nassen Böden, mit regulierbarer Spannweite, einem anatomisch geformten Fußbett, wasserabweisend, strapazierfähig, pflegeleicht und atmungsaktiv. (Siehe Beispielfoto)
- Achten Sie darauf, dass Fingernägel unlackiert und kurzgeschnitten sind, lange Haare hochgesteckt oder zusammengebunden werden, Schmuck, wie z. B. Ringe und Armbänder, nicht getragen werden dürfen, zur Grundpflege Schutzkleidung getragen wird.
- Bei **körperlicher Gewalt oder übergriffigem Verhalten durch Patienten**: Handeln Sie gemäß dem ausgearbeiteten Notfallplan und den Handlungsanweisungen Ihres Arbeitgebers! Tragen Sie stets ein Handy mit sich. Nehmen Sie an Fortbildungen für Deeskalationsstrategien und Befreiungstechniken teil! Schützen Sie sich durch ausreichende Impfungen hinsichtlich möglicher Infektionen aufgrund von Beißattacken! Informieren Sie nach einem Übergriff umgehend Kollegen und Vorgesetzte. Fahren Sie nicht unter Schock alleine nach Hause oder zu einem Arzt. Wenn Sie angegriffen wurden oder übergriffigem Verhalten ausgesetzt waren und deswegen mehr als drei Tage arbeitsunfähig sind, müssen Sie oder Ihr Arbeitgeber dies der BGW als Arbeitsunfall melden. Die BGW genehmigt Ihnen nach Rücksprache auch mind. 5 Stunden psychologische Hilfe bei einem Therapeuten, um das Geschehen besser zu verarbeiten. Dazu muss aber solch ein Vorfall dokumentiert werden.
- Beachten Sie ausgehängte **Betriebsanweisungen** im Blick auf Infektionsgefährdungen, Nadelstichverletzungen, Gefahrstoffen und den Hautschutzplan!



- Weitere Tipps und Info`s siehe in der Broschüre: „Starker Rücken“ und „Gewalt und Aggression gegen Beschäftigte in Betreuungsberufen“ der BGW im Internet siehe Suchmaschine



Hautschutz- und Händehygieneplan

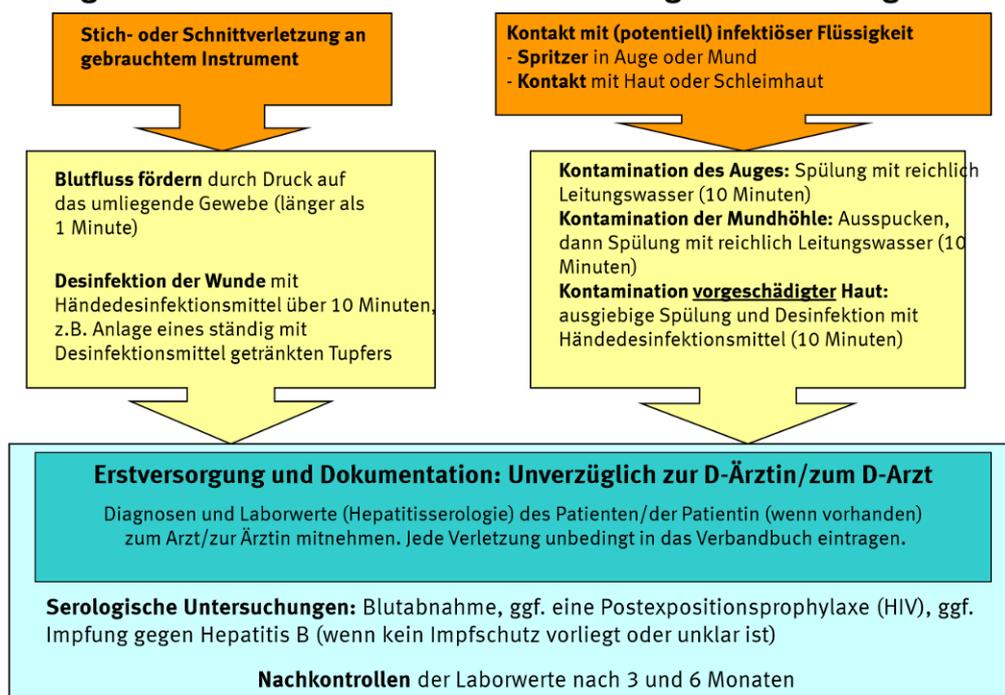
für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in der Kranken- und Altenpflege

Datum _____ Unterschrift _____

Was	Wann	Womit	Wie
<p>Hautschutz</p>	<ul style="list-style-type: none"> • vor Arbeitsbeginn • vor längerem Tragen von Handschuhen • nach dem Händewaschen 	<ul style="list-style-type: none"> • Hautschutzcreme 	<ul style="list-style-type: none"> • circa kirschkerngroße Menge auf Handrücken auftragen • sorgfältig einmassieren (Fingerzwischenräume, Fingerseitenkanten, Nagelfalze, Fingerkuppen, Daumen, Handgelenke)
<p>Handschuhe</p>	<ul style="list-style-type: none"> • bei Kontakt mit Blut, Sekreten oder Ausscheidungen (zum Beispiel Blutentnahme, Injektion, Wundversorgung) • bei längerem Kontakt mit Wasser (zum Beispiel Körperpflege) • bei Einreibungen (zum Beispiel mit Aktivgel, Rheumasalbe, Cortisonpräparaten) <ul style="list-style-type: none"> • bei Kontakt mit Flächendesinfektions- oder Reinigungsmitteln 	<ul style="list-style-type: none"> • Einmalhandschuhe • chemikalienbeständige Schutzhandschuhe 	<ul style="list-style-type: none"> • Handschuhe nur auf trockenen, sauberen Händen benutzen • bei Tragezeiten über zehn Minuten möglichst Baumwollhandschuhe unterziehen
<p>Hände desinfizieren</p>	<ul style="list-style-type: none"> • bei Arbeitsbeginn • vor aseptischen Tätigkeiten (wie Injektionen, Infusionen, Wundversorgung) • vor jedem Umgang mit Lebensmitteln • vor und nach direktem Kontakt zu Patienten/Bewohnern • nach Kontakt mit Blut, Sekreten, Ausscheidungen oder damit kontaminierten Gegenständen – auch wenn Sie Handschuhe getragen haben • nach Kontakt mit der unmittelbaren Patientenumgebung • nach Toilettenbesuch 	<ul style="list-style-type: none"> • Händedesinfektionsmittel 	<ul style="list-style-type: none"> • circa 3 ml Händedesinfektionsmittel _____ Sekunden (laut Herstellerangabe) in die trockenen Hände einreiben • Problemzonen einbeziehen (Fingerkuppen, Daumen, Fingerzwischenräume, Fingerseitenkanten, Nagelfalze, Handgelenke)
<p>Hände waschen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • bei Arbeitsbeginn • bei sichtbarer Verschmutzung 	<ul style="list-style-type: none"> • Waschlotion • Einmalhandtücher 	<ul style="list-style-type: none"> • Waschlotion mit lauwarmem Wasser aufschäumen • Hände und Fingerzwischenräume gründlich abspülen und sorgfältig abtrocknen
<p>Hände pflegen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • am Arbeitsende 	<ul style="list-style-type: none"> • Pflegecreme 	<ul style="list-style-type: none"> • circa kirschkerngroße Menge auf Handrücken auftragen • sorgfältig einmassieren

(Quelle: Berufsgenossenschaft Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege)

Vorgehen bei Stich- oder Schnittverletzungen in der Pflege



Umgang mit schweren Lasten – „richtiges“ Heben und Tragen:

(z. B. Hausmeister/-innen, Mesner/-innen, Mitarbeiter/-innen Tafelladen)

Grundsätzliches zum Transport von schweren Lasten:

- Verwenden Sie **geeignete Hilfsmittel** (z. B. Transportwagen, Sackkarren, Ameise) für ein rüchenschonendes Tragen und Heben von Lasten!
- Benützen Sie beim Tragen von schweren Gegenständen, z. B. Tische **Sicherheitsschuhe** mit Stahlkappe!
- Gestalten Sie die Arbeit so, dass die Belastung durch das Heben und Tragen abnimmt (z.B. schwere Dinge in bequemer Höhe lagern).
- Wenn Sie zu zweit eine Last tragen, achten Sie darauf, dass die Last auf beide Personen gleichmäßig verteilt ist.
- Beachten Sie die dafür ausgehängte **Betriebsanweisung** „Heben und Tragen“!
- ...



Lasten anheben:

- Heben Sie die Last nur mit **geradem Rücken**, möglichst steil aufgerichtetem Oberkörper, gebeugtem Knie und möglichst nah am Körper an.
- Vermeiden Sie **ruckartiges Anheben** und richten Sie sich stattdessen gleichmäßig und langsam auf.



Lasten tragen:

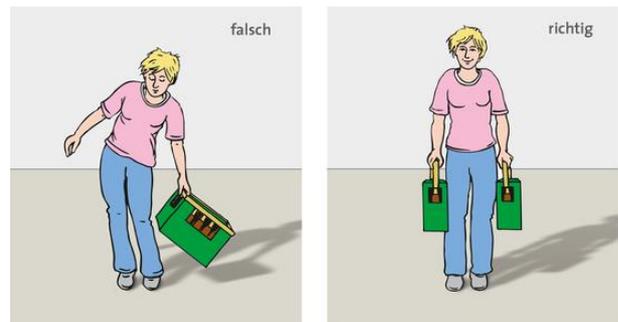
- Tragen Sie die Last möglichst **körpernah** und halten Sie dabei den Rücken gerade.
- Vermeiden Sie das **Verdrehen der Wirbelsäule** indem Sie zuerst die Last anheben und dann den ganze Körper durch Schritte in die Bewegungsrichtung drehen, schließlich setzen Sie die Last mit gebeugtem Knie und geradem Rücken ab!



Führen Sie regelmäßig **Lockerungs- und Dehnungsübungen** für Rücken, Schulter, Nacken, Arme und Beine durch!
Nutzen Sie das Angebot, der arbeitsmedizinischen Vorsorge zum Thema „Muskel- und Skeletterkrankungen“ („G46“) in Ihrem BAD-Zentrum!



Melden Sie Ihrem Arbeitgeber unverzüglich das **Auftreten einer Schwangerschaft**, damit geprüft werden kann, ob die bisherigen Tätigkeiten in gewohntem Umfang von Ihnen weiterhin durchgeführt werden können.



(Quelle: Berufsgenossenschaft Handel und Warenlogistik)

Zumutbare Last in kg Häufigkeit des Hebens und Tragens				
Lebensalter	gelegentlich		häufiger	
	Frauen	Männer	Frauen	Männer
15 bis 18 Jahre	15	35	10	20
19 bis 45 Jahre	15	55	10	30
älter als 45 Jahre	15	45	10	25

(Empfehlung des Bundesministers für Arbeit und Sozialordnung, veröffentlicht im Bundesarbeitsblatt 1981/11, S. 96)

„Gelegentlich“ bedeutet: Heben und Tragen der Last höchstens 1 x pro Stunde bei einem Transportweg bis längstens 4 Schritte

„Häufiger“ bedeutet: Heben und Tragen der Last wenigstens 2 x pro Stunde bei einem Transportweg von 5 und mehr Schritten

Weitere Tipps und Info`s siehe in der Broschüre: „Lasten bewegen von Hand – Ergo-Tipps“ unter: <http://www.forumfbb.de/downloads/m-heben-und-tragen-bg-etm.pdf>



Fahrtätigkeiten (und ggf. Materialtransport mit erf. Ladungssicherung):

- Fahren ist nur mit gültiger **Fahrerlaubnis** zulässig!
- Das Fahren unter **Alkohol- und Drogeneinfluss** ist verboten! Beachten Sie auch mögliche Beeinträchtigungen durch **Medikamenteneinnahme!**
- Nehmen Sie an angebotenen **Fahrsicherheitstrainings** teil!
- Sehen Sie **ausreichend große Zeitfenster** vor, berücksichtigen Sie dabei die Witterungsverhältnisse, den Straßenzustand, mögliche Staus.
- Lassen Sie sich vor Nutzung des Fahrzeugs **einweisen**. Es ist eine **Betriebsanleitung** für das Fahrzeug im Auto mitzuführen!
- Bitte prüfen Sie vor jedem Fahrtantritt: Im Fahrzeug sind **Warnwesten, Warndreieck, Verbandskasten** und 30/30 cm große rote Fahne mitzuführen!
- Fahrzeuge müssen von Ihnen **vor Dienstantritt** auf erkennbare Mängel **geprüft werden!** Mängel und Schäden sind unverzüglich dem Dienstgeber zu melden!
- Achten Sie darauf, dass Fristen für die technische Überwachung des Fahrzeugs gemäß Herstellerangaben und **BGV D29** eingehalten werden!
- Achten Sie darauf, dass **Hilfsmittel zur Ladungssicherung** wie Zurrgurte, Netze, Keile, Antirutschmatten, feste Kästen vorhanden sind. Prüfen Sie die Hilfsmittel regelmäßig auf ihren ordnungsgemäßen Zustand hin! Siehe auch BGI 649!
- Transportieren Sie größere Lasten nur dann, wenn in den Fahrzeugen die erforderlichen **Anschlagpunkte** vorhanden sind, um die Hilfsmittel befestigen zu können.
- Transportieren Sie nur dann **größere Lasten**, wenn Sie über das richtige Beladen des Fahrzeugs unterwiesen sind! (Platzierung schwerer Lasten; Überlänge von Transportgütern; Sichern gegen verrutschen der Ladung)
- Tragen Sie bei Bedarf **Sicherheitsschuhe mit Stahlkappe!**
- Achten Sie darauf, dass zwischen Gepäckraum und Fahrersitz ein wirksamer Schutz von Personen gegen umherfliegender Ladung besteht!
- Besondere Anforderungen gelten für den Transport von Gefahrgut. Beim Transport von Gasflaschen ist die **Betriebsanweisung** "Flüssiggas/ Flüssiggasflaschen" zu beachten.
- Bei Transporten mit Anhängern sind ebenfalls die Sicherheitsbestimmungen u. a. auch das zulässige Gesamtgewicht, einzuhalten. Achten Sie auf eine geschlossene, gesicherte Verbindung zum Zugfahrzeug. Die Art/Größe des Anhängers kann zudem eine spezielle Fahrerlaubnis erforderlich machen!
-



Fahrtätigkeiten - Außendienste:

- Planen Sie bei der Reisedauer auch **Zeitpuffer** für z. B. Zwischenfälle, Staus, Streiks und Witterungsverhältnisse ein.
- Nutzen Sie wenn möglich ein Navigationsgerät um Stress zu vermeiden!
- Fahren Sie **defensiv, vorausschauend** und für andere **vorhersehbar**.
- Fahren Sie **auch bei Zeitnot** an unübersichtlichen Stellen **langsam**.
- **Unterlassen Sie ablenkende Tätigkeiten**, z. B. Telefonieren, Rauchen, Essen, Suchen von Gegenständen, Eingaben in Ihr Navigationsgerät.
- Machen Sie **ausreichend Pausen** (mindestens alle 2 bis 3 Stunden für 10 bis 15 Minuten) und bewegen Sie sich dabei.
- Achten Sie auf **Zeichen von Müdigkeit**: Häufiges Gähnen, Augenbrennen, verlangsamte Reaktionen
- Halten Sie bei Müdigkeit an und schlafen Sie kurz. Kaffee hilft nur vorübergehend und macht dann noch müder. Frische Luft und laute Musik verhindern nicht den Sekundenschlaf.
- Sorgen Sie für ausreichenden **Nachtschlaf**.
- Ernähren Sie sich auf Reisen von möglichst **leichter Kost**.
- Weitere Tipps und Info`s siehe in der Broschüre „Gesundheitstipps für Vielfahrer“ der BG RCI – im Internet unter:
https://www.bgrci.de/fileadmin/BGRCI/Downloads/DL_Praevention/kurz_und_buendig/KB_003_Gesundheitstipps_f%C3%BCr_Vielfahrer.pdf



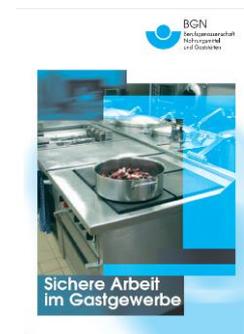
Umgang mit Flüssiggasflaschen:

- Achten Sie darauf, dass Flüssiggasflaschen **nicht unter Erdgleiche** (z. B. im Keller), in Treppenträumen, Hausfluren, engen Durchgängen und Garagen sowie in der Nähe von tiefer liegenden Öffnungen im Gebäude aufgestellt und gelagert werden!
- Bei Lagerung der Gasflaschen ist für **ausreichende Lüftung** zu sorgen!
- Flüssiggasflaschen sind vor **übermäßiger Erhitzung** schützen!
- Zum Lagern und Transportieren der Flaschen diese **fest verschließen** und mit **Schutzkappe** versehen!
- Zu Brandlasten muss ein Abstand von **mind. 5 Metern** eingehalten werden!
- Beim Transport von vereisten Druckflaschen **Schutzhandschuhe aus Leder** tragen!
- Beachten Sie die für den Umgang mit der Flüssiggasflasche am Lagerungsort ausgehängte **Betriebsanweisung!**
- Weitere Tipps und Info`s siehe in der Broschüre „Verwendung von Flüssiggasflaschen“ der BGN – im Internet suchen unter:
 „Verwendung von Flüssiggas – DGUV“



Tätigkeiten in der Küche: Zubereiten von Nahrungsmitteln:

- Stellen Sie sicher, dass die Räume den **Hygienevorschriften** entsprechen.
- Arbeits- und Betriebsmittel sind vor Tätigkeitsaufnahme auf ihre Sicherheit zu überprüfen.
- Auf Brandschutz achten, Löschdecke und Feuerlöscher bereitstellen.
- Vor Beginn der Zubereitung ist der **Handschnuck abzulegen** und die **Hände sind zu reinigen**. Tragen sie für die Tätigkeit geeignete Kleidung.
- Hände, Oberflächen und Geräte ggfs. auch während den Arbeiten reinigen. Nach jedem Kontakt mit Rohprodukten mit Wasser und Reinigungsmittel waschen. Beachten Sie den **Hautschutzplan!**
- Vor der Inbetriebnahme von Geräten ist die Betriebssicherheit, die Sicherheitsschalter sowie die Vollständigkeit der Maschine zu überprüfen.
- Verwenden Sie nur Messer mit ausreichendem Abrutschschutz und bewahren Sie die Messer z. B. in bereitgestellten **Messerblöcken** o. ä. auf.
- Findet eine Zu-/Verarbeitung außerhalb der Küche statt, so muss dieser Bereich einen festen und leicht zu reinigenden Boden und ein Dach aufweisen und muss an 3 Seiten geschlossen sein. An Beleuchtungskörpern muss ein Splitterschutz angebracht sein. Es müssen getrennte Spül- und Handwaschbecken mit Kalt- und Warmwasserversorgung in Trinkwasserqualität vorhanden sein.
- Fachgerechte Entsorgung der anfallenden Reststoffe und Lebensmittel sicherstellen. Geeignete Behälter/Tonnen etc. sind zu benutzen.
- Bei der Arbeit sind **geeignete Schuhe** mit folgenden Eigenschaften **zu tragen**: an der Ferse geschlossen, flach und bequem; rutschfest auf nassen Böden, mit regulierbarer Spannweite, einem anatomisch geformten Fußbett, wasserabweisend, strapazierfähig, pflegeleicht und atmungsaktiv. (Siehe Beispielfoto)
- Weitere Unterweisungsinhalte ergeben sich unter Umständen aus anderen Tätigkeiten, Betriebsanweisungen, Bedienungsanleitungen / Herstellerangaben und der Gefährdungsbeurteilung! Beachten Sie als Mitarbeiter auch die bei Ihrer Dienststelle für Sie zur Einsichtnahme ausgelegten staatlichen und berufsgenossenschaftlichen Vorschriften!
- Weitere Tipps und Info`s siehe in der Broschüre „Sichere Arbeit im Gastgewerbe“ der BGN – im Internet siehe unter:
https://www.bgn.de/9392?wc_lkm=6649



Bauarbeiten/handwerkliche Tätigkeiten:

- Arbeiten Sie nur nach vorheriger **Einweisung** in die geplante Tätigkeit und nach **Unterweisung** in den Umgang mit einer bestimmten Maschine oder eines Verfahrens auf der Baustelle.
- Beachten Sie die ausgehängten **Betriebsanweisungen** und **Altersbeschränkungen** für bestimmte Tätigkeiten.
- Arbeiten Sie nicht alleine auf der Baustelle. Es muss immer mindestens 1 **Ersthelfer** anwesend sein. Informieren Sie sich über die Lage von **Notrufeinrichtung** und **Erste Hilfe Kasten!** Beachten Sie auch die Hinweise unter: „Grundsätzliches zur Ersten Hilfe“!
- Beachten Sie auch die Hinweise zum „Vorbeugenden **Brandschutz/** Verhalten im Brandfall“!
- Beachten Sie, dass Fluchtwege nicht durch Werkzeuge und Baumaterialien verstellt werden.
- Benutzen Sie nur **elektrisch geprüfte Maschinen** mit den erforderlichen und intakten **Schutzeinrichtungen** und einer „GS“-Kennzeichnung (z. B. bei der Kreissäge: Spaltkeil, Abdeckhaube, Schiebestock, ggf. Absaugeinrichtung/Staubschutzmaske,...)
- Benützen Sie Maschinen nur nach vorheriger **Unterweisung!**
- Benutzen Sie nur **einwandfreies Werkzeug!**
- Benutzen Sie die zur Verfügung gestellten **Transporthilfen**, z. B. Schubkarren! Beachten Sie auch die Hinweise unter: „Umgang mit schweren Lasten – richtiges Heben und Tragen“!
- Benutzen Sie die von der Kirchengemeinde zur Verfügung gestellte **persönliche Schutzausrüstung**, z. B. Sicherheitsschuhe, Schutzbrille, Schutzhelm, Arbeitshandschuhe, Gehörschutz, usw..
- Arbeiten Sie nur auf Gerüsten, wenn Sie **gesundheitlich** dazu **geeignet** sind!
- Beachten Sie bei Verwendung von Gerüsten die **Aufbau-** und **Verwendungsanleitung!**
- Verwenden Sie bei der Erstellung von Gerüsten nur **augenscheinlich unbeschädigte Gerüstbauteile!**
- Verwenden Sie das Gerüst ab einer Fallhöhe von > 2 m nur mit 1 m hohem **Seitenschutz!** Achten Sie darauf, dass die **Belagsflächen vollständig** mit Belagsteilen ausgelegt sind. Bei Fahrgerüsten vor Arbeitsbeginn: Prüfen Sie die **Funktionsfähigkeit aller 4 Fahrrollen!**
- Beachten Sie auch die **Hinweise zu Leitern** siehe unter: „Richtiger Umgang mit Leitern“!
- Arbeiten an der **elektrischen Anlage** dürfen nur von einer **Elektrofachkraft** durchgeführt werden!
- Weitere Tipps und Info`s siehe in der Broschüre „Bau- und Instandhaltungsarbeiten mit Ehrenamtlichen in der Kirche“ der VBG – im Internet siehe unter: <http://www.vbg.de/SharedDocs/Medien->



[Center/DE/Broschuere/Branchen/Kirchen/Bau und Instandhaltungsarbeiten mit Ehrenamtlichen in der Kirchengemeinde Praxis Kompakt.pdf? blob=publicationFile&v=8](http://www.vbg.de/SharedDocs/Medien-Center/DE/Broschuere/Branchen/Kirchen/Bau_und_Instandhaltungsarbeiten_mit_Ehrenamtlichen_in_der_Kirchengemeinde_Praxis_Kompakt.pdf?blob=publicationFile&v=8)