Juni 2013
Ausgabe 01/13
Deutschland

BAUZ

www.bauz.net
Eine Kampagne der
Branche Baustoffe - Steine - Erden

BG RCI
Berufsgenossenschaft
Rohstoffe und chemische Industrie

www.bauz.net

Von Leiter mitgerissen

- Leiter auf glatter Metallplatte aufgestellt
- Betonpumpenfahrer stürzt 3 m in die Tiefe

Seite 3

Das Kreuz mit dem Kreuz

Hier ist der Rücken gefährdet

SEITE 9

Montagearbeiten von der Leiter

Volle Kraft abwärts

SEITE 5

Sprung von der Leiter

Wenn das Regal entgegenkommt

SEITE 6

Steigleitersturz

Fallrückzieher

SEITE 4

Fußschutz

Schweiß lass nach

SEITE 10

Foto: iStockphoto

Augenfinsternis

Wer in der Sonne arbeitet, muss auch die Augen schützen. Denn die Hornhaut kann einen Sonnenbrand bekommen. Und der tut höllisch weh. So beugen Sie vor. SEITE 10

Unterwegs für den Rücken

Das Rückenmobil der BG RCI

Seite 8

Ideen im Blick

Förderpreis
Arbeit - Sicherheit - Gesundheit
2013

Bereits zum 16. Mal wurde der „Arbeitsschutz-Oscar“ verliehen. In der Alten Oper in Frankfurt/Main zeichnete die Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie (BG RCI) Männer und Frauen aus, die clevere Ideen für sicheres Arbeiten entwickelten.

Seite 11

Leitern und Tritte

Leitern, Tritte, Aufstiege – sie sind als Arbeitsmittel zwar weit verbreitet, aber dennoch nicht ungefährlich. Tausende Leiterunfälle jedes Jahr zeigen, dass der Schritt von Sprosse zu Sprosse nicht so einfach zu sein scheint. Sorgloses und leichtsinniges Verhalten sowie die Wahl ungeeigneter oder gar beschädigter Aufstiege zu höher gelegenen Arbeitsplätzen sind die häufigsten Unfallursachen. Das Infokärtchen „Leitern und Tritte“ hält die wichtigsten Hinweise für einen sicheren Umgang bereit.

Falls vergriffen, bitte nachbestellen bei
BG RCI, Branche Baustoffe - Steine - Erden,
Thomas Wischnewski, Tel.: 06221 5108-22116

BAUZ Bilderrätsel

Puzzeln, raten und gewinnen!

Mitmachen & gewinnen!

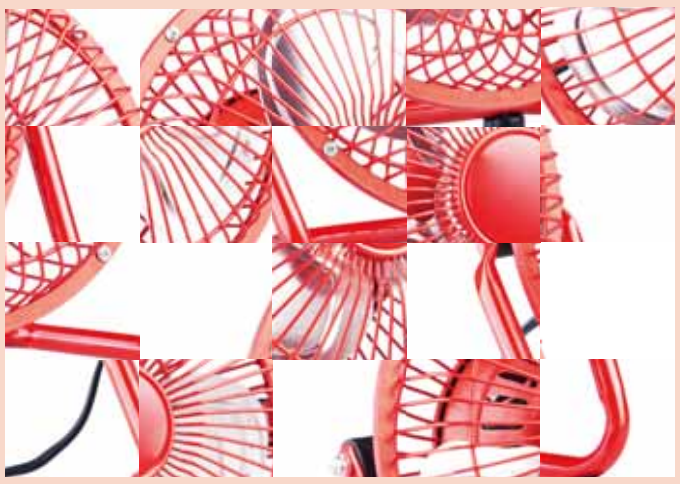


Foto: fotolia

Welcher Gegenstand ist hier verpuzzelt? Erkennen Sie ihn? Dann einfach die Lösung auf die beiliegende Postkarte schreiben und an die BG RCI, Branche Baustoffe - Steine - Erden, schicken. Sie haben die Chance auf einen von zehn Überraschungspreisen.
Viel Glück!
Einsendeschluss: 15. 08. 2013

BAUZ Worträtsel

Jetzt mitmachen und gewinnen!

Bauen Sie eine Wörterbrücke!

Welche Wörter fehlen hier? Der Pfeil ergibt das Lösungswort. Schreiben Sie Ihre Lösung auf die Rückseite der beiliegenden Postkarte und dann ab die Post an die BG RCI, Branche Baustoffe - Steine - Erden. BAUZ drückt die Daumen!
Einsendeschluss: 15. 08. 2013

BAUZ verlost 10 x Überraschungspreise

FAUL		PFLEGER
NUDEL		HAMMER
KRISTALL		SCHREIBER
FUSS		KLEID
EDEL		PILZ
SONNEN		ZEIT
VANILLE		BECHER
BRETT		ZEUG
POST		KISSEN
FREI		DECKEL

Teekesselchen

Bei diesem Rätsel wurden zwei gleiche Wörter mit unterschiedlichen Bedeutungen durch ein „*Teekesselchen*“ ersetzt. Beispiel: Jupp verträgt die Würstchen aus Bochum nicht, er kann nur die aus *Teekesselchen Teekesselchen*. Lösung: Essen/essen. Welche Wörter sind hier noch versteckt?

1. Der *Teekesselchen* der Feuerwehr stieg persönlich auf eine lange *Teekesselchen*, um zwei Menschenleben zu retten.

_____
(gesuchtes Wort)

2. Als der Laster mit lautem Getöse vorbeifuhr, flogen alle Vögel auf. Nur einer blieb sitzen. Dabei handelte es sich wohl um eine *Teekesselchen Teekesselchen*.

_____
(gesuchtes Wort)

3. Viele Urlauber legen in Mallorca immer Handtücher auf ihre *Teekesselchen*, damit keine fremden Leute darauf *Teekesselchen*.

_____
(gesuchtes Wort)

4. Verletzen sich zwei Fußballer bei einem Spiel, müssen die Sanitäter sie mit *Teekesselchen* vom Platz *Teekesselchen*.

_____
(gesuchtes Wort)

SUPER-BAUZ-Gewinn geht nach Büdelsdorf

Rätsel lösen und etwas lernen

SUPER-BAUZ-Glücksfee Jennifer Fiege bei der Ziehung.

Olivenöl, Feta-Käse, Gyros. Diese und mehr einheimische Spezialitäten kann Michaela Kohnert genießen, wenn sie ihren Urlaub auf der beliebten Ferieninsel Kreta antritt.

Herzlichen Glückwunsch, Frau Kohnert! Was haben Sie gedacht, als Sie von Ihrem Gewinn erfahren haben?
Ich dachte zuerst, es wäre ein Scherz. Ich konnte es gar nicht glauben. Aber ich habe mich sehr gefreut.

Machen Sie regelmäßig beim Gewinnspiel mit?
Ja, jedes Mal. Die Rätsel sind immer sehr knifflig. Um sie zu lösen, muss man die ganze Zeitung durchlesen. Und dabei lernt man auch immer noch etwas.

Was gefällt Ihnen besonders an der BAUZ?
Es ist alles gut beschrieben. Die Unfälle sind ja alle real. Manchmal ist es etwas brutal, aber ich finde es gut, da man so besser aufpasst und Mängel aufzeigt.

Wo arbeiten Sie und wofür sind Sie zuständig?
Ich arbeite bei ACO Severin Ahlmann. Wir entwerfen Entwässerungssysteme. Mein Arbeitsplatz ist das Sekretariat der Produktion.

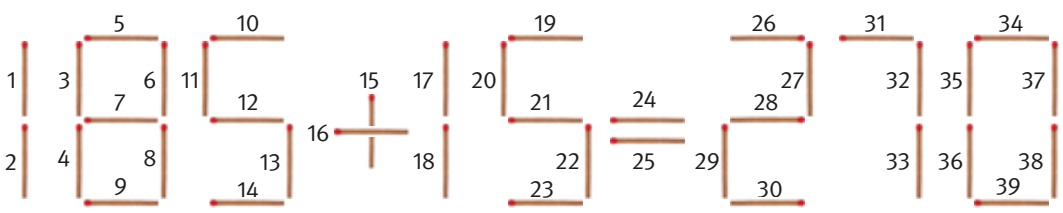
Haben Sie schon Erfahrungen mit Arbeitsunfällen gemacht?
Wir haben ein bestimmtes Programm. Unsere Arbeitssicherheitsleute und regelmäßigen Schulungen helfen, Unfällen vorzubeugen.

Gehirnjogging

Streichholz schieben

Legen Sie nur ein Streichholz so um, damit die Rechnung aufgeht.

Das Streichholz kann von jeder Position genommen und an jede Stelle gelegt werden.
TIPP: Nehmen Sie echte Streichhölzer und bauen Sie die Abbildung nach.



Das Rechenquadrat

Ganz schön knifflig!

Bei diesem Zahlenrätsel rechnen Sie von oben nach unten und von links nach rechts. Setzen Sie die Zahlen von **1** bis **9** so ein, dass die Ergebnisse stimmen. Keine Zahl darf zweimal vorkommen!

	–		–		=	0
+		+		+		
	–	2	–		=	0
+		+		+		
	–		–		=	3
‖		‖		‖		
24		8		13		

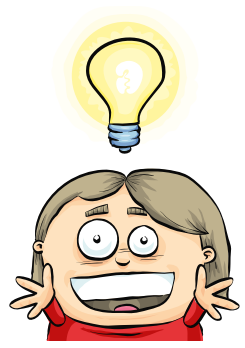


Foto: iStockphoto

Die Gehirnjogging-Lösungen finden Sie auf der letzten Seite in dieser Ausgabe.

„BAUZ-LESER“

sagen ihre Meinung

Sehr gelungen: praxisnah und für sehr viele Betriebe nutzbar! Checklisten übersichtlich und sehr gut verständlich aufgebaut! Sonderseiten zu einem ausgewählten Thema sind praxisnah und schnell verständlich! Alles in allem eine gut lesbare, praxisorientierte und informative Zeitung!
Lars Witte, Saint Gobain Rigips GmbH

Gutes Thema: Bohren mit Handschuhen (immer sehr häufig zu beobachten). Zum Thema „Gut gemeint, tödlich getroffen“: Meine Meinung: Übereifrige Kollegen gefährden sich und andere. Immer nach dem Motto: Hauptsache, ich mache was, ohne großes Nachdenken und Absprache (sehr treffend).
Günther Schön, Märker Zement GmbH

Dass wir statt hübschen Mädchen inzwischen Elefant, Giraffe und Co. auf dem Cover haben, kann man nicht ändern. Ist auch betriebsnäher. Besser sind die weniger reißerischen Aufmacher, z. B. „Laut Lesen“. „Der 5-Minuten-Check“ hätte auch eine Kärtchenausgabe, ähnlich der von Seite 1, verdient.
Harald Bestehorn, BASF Wall Systems GmbH & Co. KG

Diese Ausgabe gefällt mir besonders gut, da sie viele brauchbare Tipps enthält, wie man sich besser schützen kann, um Unfälle sowie unnötigen Stress zu vermeiden. Außerdem gefällt mir, dass der richtige Umgang mit Maschinen und Werkzeugen beschrieben wird. Echte Tipps für die Zukunft.
Jens Knöpke, Dyckerhoff AG

Da ich eine der wenigen Personen bin, die Tiefbauarbeiten durchführen lassen, ist Ihre Zeitung hochinteressant, um die eingesetzten Auftragnehmer auf Arbeitssicherheit zu kontrollieren. Jedoch alles, was aus der Betonindustrie kommt, ist bei uns in der Erdgas-Erdöl-Industrie nicht anwendbar.
Reiner Tannhäuser, ExxonMobil Central Europe Holding GmbH

Schicken Sie uns Ihre Meinung. Karte liegt der Zeitung bei.

Impressum:

Herausgeber:
Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie (BG RCI)
Branche Baustoffe - Steine - Erden
Theodor-Heuss-Straße 160
30853 Langenhagen

Internet: www.bauz.net

Redaktionelle Mitarbeit:
Wolfgang Pichl, Dr. Ulrich Mörters, Martin Böttcher, Ulrich Kretschmer, Ulrich Matz, Winfried Stieldorf, Klaus Rachau, Klaus Schlingplässer

Idee, Konzept, Redaktion, Layout:
steindesign Werbeagentur GmbH
Dragonerstraße 34
30163 Hannover

Druck:
v. Stern'sche Druckerei GmbH & Co KG
Zeppelinstraße 24
21337 Lüneburg

Leserbriefe:
Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie (BG RCI)
Branche Baustoffe - Steine - Erden
Stichwort „BAUZ-Leserbrief“
Theodor-Heuss-Straße 160
30853 Langenhagen

Von Leiter mitgerissen

Sturz von Rohbau. Beim Übersteigen rutschte die Leiter weg. Sie stand auf einer Metallplatte.

Unfall wurde nachgestellt.

K./Niedersachsen. – **„Ich hab nur den Schrei gehört und bin losgelaufen", berichtet Bauarbeiter Karl S. (32). „Als ich um die Ecke kam, sah ich den Kollegen am Boden liegen. Seine Beine waren seltsam mit der Leiter verknotet. Erst dachte ich, er hätte sich sämtliche Knochen gebrochen."**

Flemming H. (43) ist Betonpumpenfahrer. Zu seinen Aufgaben gehört es, auf Baustellen vor Ort zu pumpen. Dabei muss er den Überblick behalten. Dafür braucht er einen erhöhten Standplatz, um von dort aus den Arbeitsbereich voll einsehen zu können.

„Durch die Schwerpunktverlagerung kippte die Leiter."

Am Unfalltag hatte sich Flemming für einen Rohbau als Standplatz entschieden. Also holte er sich eine Anlegeleiter und stellte sie auf dem lehmig-kiesigen Boden auf. Doch das war ihm nicht standsicher genug. Deshalb suchte er sich eine Metallplatte und legte sie unter die Leiterfüße. Mit der Funkfernsteuerung der Pumpe um den Bauch kletterte er die Leiter hoch. Alles schien sicher wie immer. Doch dann kam der Moment des Übersteigens. Als Flemming den seitlichen Schritt auf die Geschossdecke machte, ging plötzlich ein Ruck durch die Leiter. Schlagartig rutschte sie von der Platte, sackte nach unten und kippte zur Seite um. Flemming konnte sich nicht mehr rechtzeitig auf die Geschossdecke retten. Er wurde rückwärts von der Leiter mitgerissen und stürzte 3 m in die Tiefe. Halb in, halb unter der Leiter blieb er bewusstlos liegen. „Zum Glück fiel der Kollege in ein Kiesbett", so Bauarbeiter Karl S. „Obwohl es nicht danach aussah, kam er mit Prellungen und Stauchungen davon."

„Die Unfallanalyse ergab, dass Herr H. die Leiter im richtigen Winkel aufgestellt hatte und diese auch ordnungsgemäß einen Meter über die Ausstiegsstelle herausragte. Doch die Standsicherheit unten stimmte nicht", so der Betriebsleiter. „Die Metallplatte als Unterlage war aufgrund der glatten Oberfläche nicht rutschsicher. Als Herr H. beim Übersteigen sein Gewicht verlagerte, führte das zu einer ruckartigen Belastung der Leiterfüße. Die Leiter rutschte über den Rand der Platte und Herr H. stürzte ab."

Kurz & knapp

- Tätigkeit bedenken
- Untergrund prüfen
- Geeignete Leiter auswählen und standsicher aufstellen, ggf. durch eine zweite Person sichern
- Funkfernsteuerung vor dem Betreten von Leitern sichern; Tragegurte müssen eng anliegen

Checkliste

Leitern und Tritte

- ✓ *Eine/-n für die Tätigkeit geeignete/-n Leiter oder Tritt auswählen*
- ✓ *Nur geprüfte Leitern und Tritte benutzen (Prüfung durch befähigte Person)*
- ✓ *Sichtkontrolle und Funktionsprüfung vor der Benutzung, schadhafte Leitern und Tritte sofort aussortieren*
- ✓ *Betriebsanleitung des Herstellers (Piktogramme am Holm) und zulässige Belastungen beachten (150 kg pro Sprosse)*
- ✓ *Beim Aufstellen auf Standsicherheit achten und gegen Wegrutschen sichern*
- ✓ *Anlegeleitern nur an sicheren Stützpunkten anlegen, mit Ellenbogenprobe richtigen Anlegewinkel ermitteln (65° – 75°)*
- ✓ *Gelenkleitern erst benutzen, wenn alle Sicherheitsgelenke korrekt eingerastet sind*
- ✓ *Spreizsicherung bei Stehleitern und Tritten gespannt halten bzw. einrasten, Einrastvorrichtung bei mehrteiligen Leitern sicher einrasten*
- ✓ *Arbeiten mit zusätzlicher Gefährdung sind nicht zulässig (hoher Kraftaufwand, Gefahrstoffe, Schweißarbeiten, Hochdruckreiniger, Mitführen von schweren Lasten mit mehr als 10 kg)*
- ✓ *Leitern und Tritte versetzen, nicht seitlich hinauslehnen*
- ✓ *Nicht von Stehleitern auf Gerüste oder Podeste übersteigen*
- ✓ *Leitern und Tritte gegen schädigende Einflüsse (Witterung, Fahrverkehr) geschützt lagern*
- ✓ *Auf richtiges Schuhwerk und saubere Sohlen achten*

Anlegeleitern
Steht wie 'ne Eins

Die häufigsten Gefahren:

- Wegrutschen, Einsinken und Umkippen der Anlegeleiter
- Verlust des Gleichgewichtes durch den Benutzer

Maßnahmen:

- Anlegeleitern standsicher aufstellen. Richtigen Winkel beachten (Sprossenanlegeleiter 65° – 75°, Stufenanlegeleiter 60° – 70°)
- Anlegeleitern nur an sicheren Punkten anlegen – mindestens 1 m über Austrittsstelle
- Gegen Wegrutschen, Umfallen, Einsinken sichern (z.B. durch dem Untergrund angepasste Leiterfüße, Einhängevorrichtungen, Anbinden des Leiterkopfes)
- Beim Arbeiten auf Anlegeleitern mit beiden Füßen auf einer Sprosse stehen
- Bei mehrteiligen Anlegeleitern nur bis zu der vom Hersteller angegebenen Länge ausziehen
- Bei Schiebeleitern auf freie Beweglichkeit der Abweiser sowie auf Einrasten der Feststelleinrichtung achten

Betonpumpenfahrer arbeiten oft in der Höhe. Einerseits um beim Pumpen alles von oben im Blick zu behalten. Andererseits um Betonpumpen regelmäßig zu warten und zu kontrollieren. Hoch gelegene Standplätze müssen sicher sein und sicher erreicht werden können. Liegen sie höher als einen Meter über dem Boden, muss eine geeignete Absturzsicherung vorhanden sein. Wird auf dem Steuerstand der Betonpumpe gearbeitet, ist dieser durch ein Geländer zu sichern. Bei Arbeiten auf Leitern besteht häufig Absturzgefahr, z.B. wenn Werkzeuge benutzt werden, beidhändig gearbeitet wird oder ein hoher Kraftaufwand nötig ist, wie beim Nachziehen von Schraubverbindungen, Abschmieren mit Hand- und Fettpresse oder Austausch von Rohren. Eine sichere Lösung bieten fahrbare Arbeitsbühnen mit festem Seitenschutz. Sie erleichtern Arbeiten in der Höhe und schützen vor Absturz.

Märchen
... mal anders

Emporkömmling

Untertanen aufgepasst! Hier oben regiert der neue Kletterkönig ganz allein in seinem schicken Schaufel-Thron. Rauf und runter, hin und her. Der Herrscher über Mensch und Maschine. Die normale Karriereleiter war ihm zu kurz. Deshalb hat er sich schnell mal selbst nach oben befördert. Mit Verlaub: Diese Majestät hat einen ordentlichen Dachschaden.

Das tapfere Meisterlein

Man nehme eine Portion Größenwahn, eine Leiter, einen Hubmast und ein paar Paletten. Ist die „Arbeitsbühne“ fertiggebastelt, geht es rauf in die Höhe. Und schon balanciert der Meister persönlich. Ei, wie fein doch die Paletten wippen! Aber wie kommt man wieder runter, wenn die Leiter sich langmacht? Da wird die „Arbeitsbühne“ zur Absturzbühne. Risiko macht den Meister.

Steigleitersturz
Fallrückzieher

Nachgestellt: Durch diese offene Stelle stürzte Harald rückwärts runter.

T./Bayern. – **„Harry und der Prallbrecher waren ein Herz und eine Seele“, erzählt Schichtführer Thomas K. (49). „Er kümmerte sich jedes Mal mit sehr viel Geduld und Sachverstand um die Anlage. Bis er eines Tages unerwartet mit dem Werkzeug abrutschte.“**

„Er ruderte wie wild mit den Armen.“

Der Rotor eines Prallbrechers ist das Herzstück der Anlage. Er sorgt dafür, dass Material mit großer Kraft zerkleinert wird. Kein Wunder, dass es an dieser Stelle häufiger zu Reparaturarbeiten kommt. Und für die war Harald F. (38) zuständig.

Am Unfalltag gab es mal wieder eine dieser Störungen. Harald hatte die Anlage ordnungsgemäß stillgesetzt. Er schnappte sich sein Werkzeug und stieg auf die Arbeitsbühne. Sorgfältig checkte er die Ursache und begann dann mit den Reparaturarbeiten. „Harry legte sich ins Zeug, um den Prallbrecher schnell wieder einsatzklar zu bekommen“, berichtet Thomas K. „Dabei musste er ganz schön viel Kraft aufwenden. Und dann rutschte er plötzlich mit dem Werkzeug ab.“ Dies wirkte wie eine Beschleunigung nach hinten. Harald merkte, wie es ihm den Boden unter den Füßen wegzog und er rückwärts kippte. Er ließ das Werkzeug fallen, ruderte wie wild mit den Armen. Doch er konnte seinen Sturz nach hinten nicht mehr aufhalten. Er fiel rückwärts die Steigleiter runter und landete unglücklicherweise mit dem Oberkörper auf einem Kantholz am Boden. „Obwohl Harry schwer verletzt wurde, kann er von Glück sagen, dass er noch lebt. Das hätte auch total schiefgehen können“, so Thomas K.

Die spätere Unfalluntersuchung ergab, dass an der Steigleiter zur Arbeitsbühne eine Absturzsicherung fehlte. „Die Arbeitsbühne des Prallbrechers befand sich 2,50 m über dem Boden. Es handelt sich um einen höher gelegenen Arbeitsplatz. An der Steigleiter hätte zur Absturzsicherung ein klappbares Geländer angebracht sein müssen“, so die zuständige Aufsichtsperson. „Durch das plötzliche Abrutschen mit dem Werkzeug verlor Herr F. das Gleichgewicht. Er fiel durch die offene Stelle der Steigleiter bis auf den Boden.“

Witze

Wie fängt man richtig Fliegen?
Man jagt sie auf den Dachboden und zieht dann die Leiter weg.

Sitzen zwei Vögel auf einer Stromleitung. Auf einmal fliegt ein Düsenjet vorbei. Da fragt der eine Vogel: „Warum fliegt denn dieser Vogel so schnell?“ Sagt der andere: „Wenn dir der Hintern brennen würde, würdest du genauso schnell fliegen.“

Fliegt ein Kuckuck über den Atlantik. Taucht ein Hai unter ihm auf. Sagt der Kuckuck: „Hai.“ Sagt der Hai: „Kuckuck!“

Ein Holzwurm kommt freudestrahlend nach Hause und verkündet: „Los, zieht euch schick an. Wir gehen groß aus und essen chinesisch. Im Antiquitätenladen sind Möbel aus Hongkong eingetroffen.“

Ein Mathematiker will seinen neuesten Beweis als Bild aufhängen. Er nimmt Leiter, Nagel und Hammer. Dann hält er den Nagel mit dem Nagelkopf an die Wand. Gerade als er zuschlagen will, schaut er noch mal genau hin. Und stutzt. Und überlegt. Nach fünf Minuten hat er's: „Das ist ein Nagel für die gegenüberliegende Wand!“

ACHTUNG!

Eine ausziehbare Podestleiter ist ideal für beidhändiges Arbeiten mit hohem Kraftaufwand.

LEITER-WAHNSINN!

Bohrarbeiten haben es oft in sich. Besonders, wenn sie unter großem Kraftaufwand auf einem hoch gelegenen Arbeitsplatz ausgeführt werden. Wenn die Leiter dann auch noch ungeeignet ist, droht Absturzgefahr.

Für Bohrarbeiten oben an der Wand wird eine Anlegeleiter benötigt. Doch zum Einsatz kommt eine Stehleiter, und zwar in zusammengeklapptem Zustand. Die Schenkel lehnen aneinander, die Spreizsicherung hängt schlaff in der Gegend herum. Zusätzlich ist die Leiter an glatten Rohrleitungen angelegt, was die ohnehin gefährliche Situation verschärft. Dieser unsichere Anlegepunkt kann sehr leicht zum Wegkippen oder Wegrutschen führen. Denn Bohrarbeiten sind oft kraftaufwendig und werden seitlich ausgeführt. Deshalb: Geeignete Leiter für die Tätigkeit auswählen und die Leiter standsicher aufstellen. In diesem Fall ist eine ausziehbare Podestleiter die sichere Alternative. Die Podesthöhe kann an die jeweiligen Arbeitshöhen angepasst werden. Der Arbeitsplatz auf dem Podest ist nach vorn und zu den Seiten mit einem stabilen Geländer gesichert – ideal für beidhändiges Arbeiten mit hohem Kraftaufwand.

Diese Stehleiter ist nicht nur ungeeignet, sondern auch falsch aufgestellt.

Dieser Unfall könnte passieren!

John H. Balsley
Klappbare Stehleiter

Leitern sind vermutlich älter als die Schrift. Denn schon immer waren sie hilfreiche Werkzeuge, um in größeren Höhen zu arbeiten. Zum Beispiel zeigen Höhlenmalereien, dass schon in der Steinzeit Leitern benutzt wurden, um auf Bäume zu klettern. Im Mittelalter brauchte man sie ebenfalls für den Bau von Burgen oder Kirchen. Kräne gab es noch nicht. Damals waren die Leitern aber viel unsicherer und sperriger.

Abhilfe schaffte der Zimmermeister und Erfinder John H. Balsley aus Ohio, USA, im Jahr 1862 mit einer neuen Stehleiter. Obwohl es zu der Zeit schon solche Leitern gab, war seine Erfindung ein großer Beitrag zur Sicherheit. Vorher rutschte man auf abgerundeten Sprossen leicht ab. Balsleys Stehleiter besaß flache und standfeste Stufen. Außerdem entwickelte er Scharniere für die oberen Enden. So war seine Leiter die erste, die man zusammenklappen und ordentlich wegstellen konnte. Die Arbeit in der Höhe war fortan leichter und sicherer. Die Stehleiter eroberte auf diese Weise die Welt. Alle heutigen Leitern sind nach dem Vorbild von Balsleys Erfindung gebaut.

SCHWARZ auf weiß

Volle Kraft abwärts

Montagearbeiten von der Leiter

An dieser Stelle arbeitete Matthias D. auf einer Anlegeleiter. Der benötigte Kraftaufwand brachte die Leiter seitlich zum Wegrutschen. Matthias D. verlor den Halt und stürzte auf den Betonboden.

D./Nordrhein-Westfalen. – **„Für Matze ist es das Aus als Sportler. Fußball, Rudern, Kitesurfen, kann er alles abhaken", fasst Kollege Andreas L. (32) die Folgen des Unfalls zusammen. „Die Ärzte sagen, er wird nur mühsam wieder laufen lernen. Ich hätte nicht gedacht, dass ein Absturz aus 1,50 m zu so krassen Verletzungen führen kann."**

Eigentlich war es eine Kleinigkeit, die Schlosser Matthias D. (25) zu erledigen hatte. Am Hydraulikschlauch eines Kegelbrechers sollte ein Scheuerschutz befestigt werden. Die Montagestelle befand sich in 3 m Höhe. Also machte sich Matze auf die Suche nach einer Leiter. Er entschied sich für eine Anlegeleiter. Die lehnte er gegen das Schutzgitter des Zuführbandes. Mit Gummiunterlage, Schlauchschellen und Werkzeug machte er sich auf den Weg nach oben. Erst einmal versuchte Matze, den Scheuerschutz unter den Schlauch zu schieben. Dafür brauchte er viel Kraft. Um die Hände freizuhaben, drückte Matze den Schlauch mit der Schulter nach oben. Dabei bewegte sich sein gesamter Körper – und die Leiter plötzlich auch. Es war, als hätte die Leiter plötzlich Beine bekommen. Matze spürte das seitliche Wegkippen. Er ließ alles aus den Händen fallen und versuchte noch gegenzusteuern – doch vergeblich. Die Leiter krachte mit großer Wucht auf den Betonboden. Und Matze schlug daneben auf. Dabei brach er sich Handgelenk, Hüfte und zwei Wirbel. Eine Katastrophe für ihn als Sportler.

> **„Es war, als hätte die Leiter plötzlich Beine bekommen."**
> Andreas L. (32)

„Wer auf Leitern arbeitet, sollte unbedingt den benötigten Kraftaufwand bedenken", so der zuständige technische Leiter. „Herr D. versuchte, mit der Schulter den Hydraulikschlauch anzuheben. Die aufgewandte Kraft brachte die Leiter seitlich zum Wegrutschen. Die Leiter hätte entweder festgebunden oder zusätzlich im Fußbereich gegen Wegrutschen gesichert werden müssen. Für diese Arbeiten wäre eine Podestleiter wesentlich geeigneter gewesen."

BAUZ

„Ich habe schon mal meinen Absturz in die Wege geleitet."

Spruchreif

Fundstück

Guck mal!

Neugier ist etwas Großartiges. Doch wer seine Nase in anderer Leute Dinge steckt, muss mit Überraschungen leben. So auch diese Kuh im schottischen Troon. Sie blieb mit ihrem Kopf in einer Leiter stecken. Zum Glück wurde sie von einem Passanten entdeckt. Die Kuh stolzierte etwas verwirrt mit ihrem neuen Halsschmuck auf dem Feld herum. Dabei war sie überraschend ruhig. Retter waren so in der Lage, ihr die Leiter ganz sanft vom Kopf zu ziehen. Der hinzugerufene Bauer konnte sich nicht erklären, wie eine Leiter auf sein Feld kam.

Filmreif | Schadhafte Leiter platt gemacht

Kaputte Leiter auf den Boden legen. Radlader ausrichten.

Langsam und gezielt den gesamten Holm plattfahren.

Prüfung, ob die Leiter wirklich unbrauchbar ist. Und dann ab damit auf den Schrott.

Schluss mit Wellen, Dellen, Löchern

Ob an Fahrzeugen, Containern, Gebäuden oder Silos – Aufstiege ermöglichen den sicheren Zugang zu höher gelegenen Arbeitsplätzen. Doch oft sind sie beschädigt, verschmutzt oder abgenutzt. Machen Sie doch mal den Check in Ihrem Betrieb. Wie sicher sind die Aufstiege? Und was ist zu tun, um sie wieder rundum sicher zu machen? Hier zwei Beispiele, was Ihnen ins Auge fallen könnte:

AUFSTIEGS-CHECK

Erdbaumaschinen

Dieser Aufstieg zum Radlader ist beschädigt und verschmutzt. Hier kann es leicht zum Abrutschen oder zum Fehltritt kommen.

Checken Sie doch mal

- Wie sicher und sauber sind die Aufstiege an Erdbaumaschinen und Fahrzeugen in Ihrem Betrieb?
- Sind Trittflächen ausreichend breit und tief?
- Gib es eine rutschhemmende Oberfläche?
- Sind Haltegriffe an geeigneter Stelle angebracht?

Steigleitern

Der Rückenschutz der Steigleiter muss nachgebessert werden. Der Abstand der vertikalen Leisten ist zu groß, es entstehen Lücken.

Checken Sie doch mal

- Haben die Steigleitern in Ihrem Betrieb einen durchgehenden Rückenschutz?
- Gibt es einen sicheren Ein- und Ausstieg aus dem Steiggang?
- Ist an der Austrittsstelle eine Haltevorrichtung angebracht?

MOMENT MAL!

SPORTLICH

Tempo-Leiter

Eine Leiter auf dem Boden? Macht Sinn. Und zwar für sportliche Zeitgenossen, die an ihrer Leichtfüßigkeit arbeiten wollen. Mit der Tempo-Leiter wird die Koordination von Bein und Fuß trainiert. Die unbiegsamen Sprossen liegen flach auf dem Boden in gleichmäßigem Abstand. Und los geht's. Rein, raus. In verschiedenen Rhythmen und Geschwindigkeiten. Wer leichtfüßig ist, kann schnell und wendig auf Unvorhergesehenes reagieren.

Foto: istockphoto

SKULPTUR

Leiterkunst

Wenn Hunderte von Leitern mitten in der Landschaft auftauchen, steckt bestimmt ein kreativer Kopf dahinter. Der US-amerikanische Künstler Charlie Brouwer bringt Menschen und Leitern zusammen. Die Idee: Jeder bringt seine persönliche Leiter mit. Sie werden mit einem Anhänger und dem Namen des Besitzers markiert. Dann verbaut der Künstler sie zu einer Skulptur in verschiedenen Farben, Formen und Größen. Dabei fügt er alles mit speziellen Kabelbindern zusammen. Die Leitern symbolisieren die Träume ihrer Besitzer, den Zusammenhalt und die Unterstützung untereinander. Zum Ende der Aktion erhält jeder Besitzer seine Leiter zurück.

Foto: Daniel Mayer

FISCHZUG

Wanderhilfe

Wenn Fische im Wasser wandern, müssen sie oft Hindernisse wie Wasserfälle oder Wehre überwinden. Eine Fischleiter oder auch Fischtreppe hilft ihnen beim Auf- oder Abstieg. Sie besteht aus kleinen Wasserbecken oder Stufen. Sie sind so hintereinander angeordnet, dass die Fische den Höhenunterschied überwinden können.

Foto: Per Henriksson

Sprung von der Leiter
Wenn das Regal entgegenkommt

P./Hessen. – **Es war mal wieder so weit. Der Warenbestand in der Lagerhalle musste kontrolliert werden. Staplerfahrer Rüdiger F. (28) hatte die Schwerlastregale übernommen. Das hieß Paletten sortieren und zählen, bis der Arzt kommt. Doch in Rüdigers Fall wurde dieser Spruch böse Wahrheit.**

Rüdiger hatte bei der Inventur ein genaues System. Mit dem Gabelstapler hob er erst Palette für Palette aus den oberen Regalen. Dann stellte er sie sicher am Boden ab. Dort sortierte er in aller Ruhe die Leisten aus Kunststoff und zählte die Mengen aus. Dann stellte er die Paletten mit dem Gabelstapler wieder zurück in die oberen Fächer des Regals. Die unteren Regale erledigte er auf der Leiter.

Beim Zurückstellen der oberen Palette merkte Rüdiger zunächst nicht, dass er sie unsicher ins Regal zurückgestellt hatte. Während er auf der Leiter stand und weiter unten zählte, fiel ihm plötzlich die Schieflage oben auf. Einige Kunststoffleisten drohten herunterzufallen. Das wollte Rüdiger unbedingt vermeiden. Und so stieg er schnell die Leiter weiter hoch, um das Schlimmste zu verhindern und die Palette zu richten. Mit beiden Händen schob und drückte er. In dem Moment kam es zu einer ruckartigen Bewegung der Palette. Rüdiger fuhr der Schreck in die Glieder. Und weil er keine Hand am Holm der Leiter hatte, machte er, was vermutlich alle tun würden: Er sprang nach hinten von der Leiter ab, um sich in Sicherheit zu bringen. Ein fataler Fehler. Denn Rüdiger verletzte sich beim Aufprall auf dem Betonfußboden schwer.

„Herr F. hat bei seiner Tätigkeit eine Stehleiter als Anlegeleiter benutzt. Das ist nicht zulässig", erläutert die zuständige Sicherheitsfachkraft. „Außerdem hatte er sie nur äußerst wacklig an den Längsträger des Regals gelehnt. Hinzu kam, dass Herr H. beidhändig im Regal arbeitete. Zu seiner eigenen Sicherheit hätte er eine andere Lösung wählen müssen. Für das Arbeiten auf Leitern gilt grundsätzlich: immer eine Hand an der Leiter."

Kurz & knapp

- Klappbare Stehleitern nicht als Anlegeleitern verwenden
- Wenn Anlegeleitern notwendig sind, diese oben sicher anlehnen und gegen Verrutschen oder Kippen sichern
- Wenn beidhändig gearbeitet wird, nach Möglichkeit Podestleitern oder Fahrgerüste verwenden

Spaß beiseite!

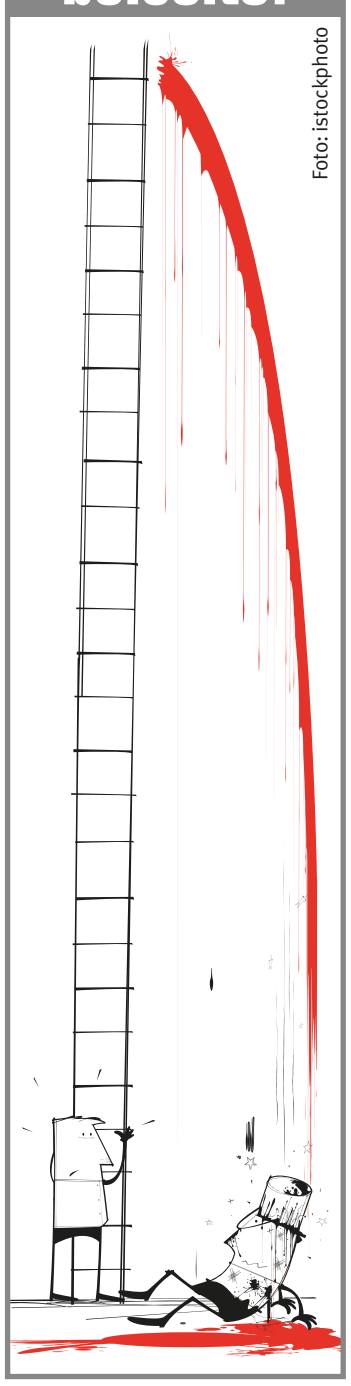


Foto: istockphoto

so nicht!

Absturzgefahr: Wo Materialien in hohen Schränken und Regalen aufbewahrt werden, ist die Versuchung groß. Schnell mal rauf auf den wackeligen Bürostuhl und dann ran ans Regal. Die unsanfte Landung ist vorprogrammiert.

Sondern SO!

Geeignete Tritte sind wichtige Hilfsmittel im Büro und im Lager. Auch an Orten, wo in leicht erhöhten Bereichen gearbeitet werden muss, ist ein Klapptritt hilfreich. So lässt sich absturzfrei arbeiten.

Interview

Sicher RAUF und RUNTER

Für den sicheren Umgang mit Leitern und Tritten sind neben regelmäßigen Prüfungen vor allem Auswahl, Nutzung und das richtige Verhalten wichtig. Dipl.-Ing. Peter Graap von der BG RCI, Branche Bergbau, Präventionsbereich Gera, bildet jährlich bis zu 150 befähigte Personen aus, die sachkundig sind im Umgang mit Leitern und Tritten.

Dipl. Ing. Peter Graap erläutert im Gespräch mit BAUZ, was es beim Umgang mit Leitern und Tritten zu beachten gibt.

Wer hoch hinaus will, braucht eine geeignete Aufstiegshilfe. Welche Gefahren gibt es beim Arbeiten von Leitern und Tritten?
Graap: Zunächst gibt es die technische Gefährdung. Aber nur ca. 3 – 5 % der eingesetzten Leitern sind defekt – die meisten Leitern sind okay. Viel entscheidender ist die falsche Auswahl der Leiter, insbesondere im Hinblick auf Stabilität, ausreichende Höhe etc. Besonders gefährlich wird es bei nicht fachgerechter Nutzung und falschem Verhalten auf der Leiter.

Was ist bei der Auswahl von Leitern und Tritten zu beachten?
Graap: Wichtig ist die Gefährdungsbeurteilung, die tätigkeitsbezogen erstellt werden muss und in der alle wichtigen Maßnahmen festgelegt sind. Und die sich daraus ergebenden Betriebsanweisungen. Beispielsweise sind diese ab 1 Meter Absturzhöhe vom Unternehmer gefordert. Typischer Fall ist der in 1 – 2 Meter Höhe befindliche Schieber oder Ventilhebel: Hier ist ein regelmäßiger Aufstieg in einen höher gelegenen Arbeitsbereich nötig. Es stellt sich sofort die Frage, ob eine Leiter bei regelmäßiger Benutzung geeignet ist. In diesem Fall wäre ein fest installierter Aufstieg das richtige Ergebnis und somit die sichere Maßnahme aus der Gefährdungsbeurteilung.

Leichtsinniger Umgang mit Leitern: Was begegnet Ihnen immer wieder in der Praxis?
Graap: Die Unfallauswertungen zeigen einen Schwerpunkt von Abstürzen von der Leiter unter 2 Meter Absturzhöhe. Oft sind Knöchel-, Sprunggelenks- und Fersenbeinverletzungen die Folge. Hauptgrund für diese Unfälle ist das Unterschätzen der Absturzgefährdung. Häufig wird dies deutlich bei handwerklichen Tätigkeiten auf der Leiter. Hierbei zeigt sich, dass der Betroffene sich auf die Tätigkeit konzentriert, nur eine Hand an der Leiter hat – die andere Hand ist am Werkzeug –, vor allem beim Auf- und Absteigen.

Was können Mitarbeiter tun, um sicherer mit Leitern und Tritten zu arbeiten?
Graap: Die Gefährdungsbeurteilung und die Betriebsanweisungen beachten. Die Einsatzmöglichkeiten von Leitern sind begrenzt. Das sollte rechtzeitig erkannt werden und z. B. Arbeitsbühnen eingesetzt werden. In jedem Fall gilt: Hände weg von gefahrbringenden Provisorien. Andererseits sollte der Mitarbeiterbeitrag lauten: „Mehr Bewusstsein beim Umgang mit Leitern!“ Denn der Nutzer hat auch die Verantwortung. Landläufig herrscht ja die Meinung vor: „Jeder hat eine Leiter zu Hause und jeder kann damit umgehen!“

Was ist bei der Prüfung und Instandhaltung von Leitern und Tritten zu beachten?
Graap: Die richtige Organisation von Lagerung, Überprüfung und Verantwortlichkeiten im Betrieb durch eine geeignete Prüfperson spielt eine wichtige Rolle. Außerdem sind die Herstellerangaben zu berücksichtigen. Hier sind wertvolle Hinweise für die Instandsetzung enthalten.

Welche guten Praxislösungen können Sie empfehlen?
Graap: Zum Beispiel Checklisten nutzen. Die Mitarbeiter sollten immer wieder unterwiesen werden, um die Gefährdungen bewusstzumachen. Dabei ist das richtige Anlegen der Leiter zu üben. Außerdem sollten die Piktogramme angesehen und besprochen werden. So kann überprüft werden, ob die vorher gemachte Aussage „Ich weiß doch, wie eine Leiter funktioniert“ gerechtfertigt ist oder nicht. Auch die Pflege der Leitern, insbesondere beim Einsatz mit Ölen und Fetten, sollte nicht außer Acht gelassen werden, d. h. eine Reinigung nach diesen Einsatzbedingungen ist ein „Muss“. Die Auswahl der richtigen Leiter, die für die Tätigkeit geeignet ist, muss vor Beginn jedes Einsatzes getroffen werden. Wenn Gefahren erkannt werden, muss z. B. ein fahrbares Gerüst her.

Auf einer Anlegeleiter zu hoch gestiegen

Gefangen auf Leiter

D./Sachsen. – **„Ich hing da oben fest und hab mich gefühlt wie ein Stück Fleisch am Haken.“ Holger S. (43) ist Anlagenbediener in einem Betrieb für Betonfertigteile. Bei der Erinnerung an seinen Unfall wird ihm nachträglich noch schlecht. „Ich dachte, mein Bein würde auseinanderbrechen.“**

Holger hatte den Auftrag, in einer Produktionspause die Betonpresse zu reinigen. Dabei muss von oben der Doseur kontrolliert und gegebenenfalls mit einem Spachtel gesäubert werden. Um auf die Presse zu kommen, nutzte Holger S. eine Anlegeleiter. Die war an dem Schutzgitter angelegt. Die Reinigung erwies sich als schwierig, die Verschmutzungen waren hartnäckiger als gedacht. Mit dem Spachtel kam Holger nicht an jede Stelle. Aber der Schmutz musste unbedingt raus aus dem Doseur. Und so stieg Holger die Anlegeleiter immer weiter hinauf. Ganz hinten war noch ein Brocken, den er wegmachen wollte. Holger lehnte sich vor, mittlerweile auf der obersten Sprosse der Leiter. Und dann rutschte er plötzlich ab, sackte durch, zwischen die obersten beiden Sprossen. Sein rechtes Bein wurde wie in einer Zange zwischen Leiter und Schutzgitter eingeklemmt. Holger hing fest, konnte sich selbst nicht befreien. Seine Schreie alarmierten seinen Kollegen Paul R. (39). „Als ich ihn da oben mit schmerzverzerrtem Gesicht sah, wusste ich, dass es schnell gehen muss. Das sah echt fies aus, wie er da so hilflos hing.“ Tatkräftig befreite Paul seinen Kollegen. Durch das Entlangschrammen am Schutzgitter hatte Holger sich eine offene, blutende Wunde zugezogen.

„Auf einer Anlegeleiter dürfen nie die obersten drei Sprossen bestiegen werden.“

Die Aufsichtsperson: „Die Überprüfung ergab, dass sich die eingesetzte Leiter in einem technisch guten Zustand befand. Eine Gefährdungsbeurteilung und eine Betriebsanweisung lagen ebenfalls vor. Daraus ging hervor, dass auf einer Anlegeleiter nie die obersten drei Sprossen bestiegen werden dürfen. Das jedoch hat Herr S. ignoriert. Wenn Wartungsarbeiten regelmäßig durchzuführen sind, müssen andere Lösungen gefunden werden als ein Zugang mit Leitern. In diesem Fall ist eine Arbeitsbühne mit sicherem Aufstieg einzurichten.“

Gute Praxislösung

Weg damit – aber sicher!

In vielen Betrieben wird regelmäßig etwas weggeworfen wie beispielsweise Bauschutt, Folie, Papier oder Kabel. Um sicher an die Container zu gelangen, muss es geeignete Zugänge oder Aufstiegshilfen geben.

Anlegeleitern sind in vielen Fällen gar nicht geeignet. Besonders dann nicht, wenn die Untergründe um die Container herum rutschig, verdreckt oder uneben sind. Ein standsicheres Aufstellen ist hier häufig nicht möglich. Auch der Anlegepunkt an der glatten Containerwand ist alles andere als sicher.

Eine gute Lösung sind beispielsweise mobile Rollpodeste mit Absturzsicherung. Aber auch ortsfeste Einrichtungen wie Treppen mit Geländer und Zugängen auf Containerhöhe sind gute Praxislösungen. Gehen Sie doch mal mit offenen Augen durch Ihren Betrieb und schauen Sie, ob und wo eine ähnliche Lösung für mehr Sicherheit sorgen könnte.

Thilo W. ist hoch motiviert: „Bei mir zieht und zwickt es ab und zu im Rücken. Und mein Kollege liegt seit ein paar Wochen mit einem Bandscheibenvorfall flach. Das möchte ich nicht erleben!“

Unterwegs für den Rücken

Das Rückenmobil der BG RCI

Es bewegt sich etwas in Deutschland: Das Rückenmobil der BG RCI ist unterwegs, um seinen Besuchern den Rücken zu stärken. BAUZ macht für Sie den Test und begleitet Verfahrensmechaniker Thilo W. in die mobile Ausstellung.

Mehr zum Rückenmobil im Internet unter www.aktionsmedien-bg.de Fragen zur Kampagne und weiteren Aktionsmedien unter Tel. 06221 5108-29301

Film ab

Thilo erfährt, welche Belastungen sein Rücken bei der Arbeit aushalten muss und welche rückenfreundlichen Lösungen es gibt. Einige davon wird er gleich kennenlernen.

Praktische Helfer

Die beiden Ergonomiekoffer halten viele Hilfsmittel für die Arbeit in Produktion und am Bildschirm bereit.

Mit dem Handsaugheber lassen sich polierte Steinplatten oder Glasscheiben besser greifen, ungünstige Hand- und Armhaltungen werden vermieden.

Gewusst, wie!

„Was verursacht Rückenschmerzen?“, „Wie schütze ich meine Bandscheiben?“ – Thilo bemerkt einige Wissenslücken. Gut findet er, dass auf persönliche Rückenbeschwerden eingegangen wird.

Alles stabil?

Beim S3-Stabilitätstest wird Thilos Körperstabilität im Stehen sowie seine Bewegungskoordination beurteilt. Dafür muss er sich auf eine bewegliche Messplatte stellen, die mit einem Computer verbunden ist. Mit dem ermittelten Wert kann ein persönlich zugeschnittenes Trainingsprogramm erstellt werden.

Zug um Zug für den Rücken

Ob Gerätetraining, Liegestütze oder Theraband – es gibt viele Möglichkeiten, die Rückenmuskulatur zu kräftigen.

Wie (ent)spannend

Thilo betritt Neuland und entdeckt wirksame Entspannungstechniken für sich. Per Video zum Nachmachen: von einfachen Atemübungen bis hin zur Feldenkrais-Methode.

Testen & probieren

Nach dem Rundgang können die Teilnehmer noch einmal alle Stationen besuchen, interaktive Lernprogramme ausprobieren, Bewegungsübungen trainieren oder sich weiter informieren und beraten lassen.

Thilos Fazit zum Rückenmobil:

„Ich hätte nicht gedacht, wie viele einfache Möglichkeiten es gibt, meinen Rücken zu entlasten. Der Ergonomiekoffer hat mir besonders gefallen. Hier habe ich einige Hilfsmittel entdeckt, die auch für meine Arbeit sinnvoll sind. Bei den Übungen war ich zuerst skeptisch. Aber einige sind leicht zu merken und auch mal zwischendurch machbar.“

Rücken-App der BG RCI

Und app dafür!

Schallpegelmesser, Vibrationsmessgerät, Checklisten, die bei der Beurteilung des Arbeitsplatzes helfen. Die neue Rücken-App der BG RCI hat einiges zu bieten.

Im Rahmen der Präventionskampagne „Denk an mich. Dein Rücken“ haben interessierte Smartphone-Nutzer jetzt die Möglichkeit, die neue Rücken-App der BG RCI kostenlos downzuloaden und einzusetzen. Mit der BG RCI-Rücken-App werden Sie nicht nur über Inhalte der aktuellen Präventionskampagne „Denk an mich. Dein Rücken“ informiert, sondern auch über ergonomische Gefährdungs- und Belastungsfaktoren aus Ihrem beruflichen Alltag, die wesentlichen Einfluss auf Muskel- und Skeletterkrankungen haben können. Darüber hinaus informiert Sie die BG RCI-Rücken-App auch über individuelle Schutzmaßnahmen.

Die Rücken-App der BG RCI gibt es für alle iOS- und Android-Smartphones kostenlos im Apple App Store und im Google Play Store unter dem Stichwort BG RCI. Alternativ ist ein QR-Code eingerichtet.

Jetzt downloaden!

Das Kreuz mit dem Kreuz

Drehbewegung im Rücken beim Heben. Besser: Rücken gerade halten, ganzen Körper drehen.

Einseitiges Tragen schwerer Gegenstände. Besser: Rücken gerade halten, Lasten mit beiden Armen tragen.

Lasten auf Steigleitern mitführen. Besser: Last umhängen, (z. B. mit einem Gurt).

Hier ist der Rücken gefährdet !

Langes Sitzen in einer Position. Besser: Kleine Bewegungspausen einlegen.

Arbeiten in Zwangshaltung. Besser: Arbeitshaltung möglichst oft wechseln.

Sperrige, schwere Lasten allein bewegen. Besser: Kollegen fragen oder Transporthilfe (z. B. Versetzhilfe) nutzen.

Häufige Transporte schwerer Lasten. Besser: Gewicht der Lasten reduzieren, Unterstützung holen.

Heben mit gebeugtem Rücken. Besser: rückenschonender Transport z. B. mit Vakuumschlauchheber.

Schwerpunkt der Last zu weit vom Körper weg. Besser: Lasten körpernah bewegen, erhöhte Ablagefläche bereitstellen.

Bundesweite Präventionskampagne

Den Rücken im Blick

www.deinruecken.de

Könnte unser Rücken sprechen, er würde sich wohl häufiger in Erinnerung rufen. „Benutz doch mal eine Hebehilfe.“ – „Ich hätte gern etwas Abwechslung. Nicht immer die gleiche Haltung oder Bewegung.“ – „Wie wäre es mit einer Pause? Nicht immer nur sitzen.“ – „Sich immer nur über die Kollegen beschweren, bringt nichts. Sucht gemeinsam nach einer Lösung für den Stress.“ Leider redet der Rücken nicht mit uns. Dass es ihn gibt, merken wir häufig erst, wenn er wehtut.

Mit der neuen Kampagne „Denk an mich. Dein Rücken“ wollen Berufsgenossenschaften, Unfallkassen, die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau und die Knappschaft Rückenbelastungen bei der Arbeit, in der Schule und in der Freizeit verringern.

Unter **www.bgrci.de/denk-an-mich-dein-ruecken/die-kampagne/** bietet die BG RCI ihren Mitgliedsunternehmen und den Beschäftigten viele Ideen, die für betriebliche Aktionen genutzt werden können. Von der ergonomischen Arbeitsplatzgestaltung mit Hilfsmitteln über Broschüren, Unterweisungshilfen bis hin zu Lernprogrammen, DVDs und Apps. Oder dem Einsatz von Aktionsmedien wie dem Rückenparcours, Rückenmobil oder dem Fitnesstest Polar BodyAge.

ZAHLEN UND FAKTEN

FAST 23 % DER ERWERBSTÄTIGEN MÜSSEN BEI DER ARBEIT HÄUFIG SCHWERE LASTEN BEWEGEN

15 % DER ERWERBSTÄTIGEN ARBEITEN HÄUFIG IN ZWANGSHALTUNG

16 MRD. EURO AUSFALL AN BRUTTOWERTSCHÖPFUNG (ARBEITSPRODUKTIVITÄT) DURCH KRANKHEITEN DES MUSKEL-SKELETT-SYSTEMS UND BINDEGEWEBES (IN 2010)

FAST 23 % ALLER ARBEITSUNFÄHIGKEITSTAGE 2010 ENTFIELEN AUF MUSKEL-SKELETT-ERKRANKUNGEN

78 % DER EUROPÄISCHEN ARBEITGEBER BETRACHTEN MUSKEL-SKELETT-ERKRANKUNGEN ALS WICHTIGES GESUNDHEITSPROBLEM

26.000 MENSCHEN MUSSTEN 2009 WEGEN MUSKELSKELETT-ERKRANKUNGEN VORZEITIG AUS DEM ARBEITSLEBEN AUSSCHEIDEN

Quelle: DGUV 2012

Für weitere Infos wenden Sie sich an Ihren Ansprechpartner der Branche Baustoffe - Steine - Erden, Martin Böttcher:
martin.boettcher@bgrci.de,
Telefon 06221/5108 22600, Fax: 06221/5108 22699

Unglaublich!

Wussten Sie, dass ...

... **die Nase** des Menschen 5 Mio. Geruchszellen hat, die Schnauze eines Dackels dagegen 125 Mio.?

... ein Mensch in seinem Leben ca 14.000 Liter **Schweiß** produziert?

... der Mensch immer nur durch ein **Nasenloch** atmet? Der Wechsel findet ca. alle 15 Minuten statt.

... Menschen und Schweine die einzigen Lebewesen sind, die einen **Sonnenbrand** bekommen können?

... das **Haar** eine Länge von 9,42 m erreichen könnte, ließe man es lebenslang wachsen?

... dreißigminütiges **Dauerküssen** die Symptome von Heuschnupfen messbar lindert?

... das menschliche Auge bis zu 1 Mio. Bits pro Sekunde verarbeitet? Damit ist unser **Sehnerv** so schnell wie ein Breitbandanschluss.

... der stärkste Muskel im Körper die **Zunge** ist?

... das weibliche **Herz** etwas schneller schlägt als das männliche?

Foto: fotolia

Haut in Not

Richtig Anziehen statt ausziehen

Der Sommer ist da, die Temperaturen steigen. Also runter mit den Klamotten und rein in die Sonne? Keine gute Idee, wenn man den ganzen Tag draußen arbeitet. Wer zu lange ungeschützt in der Sonne arbeitet, riskiert einen Sonnenbrand.

So schützen Sie sich richtig:

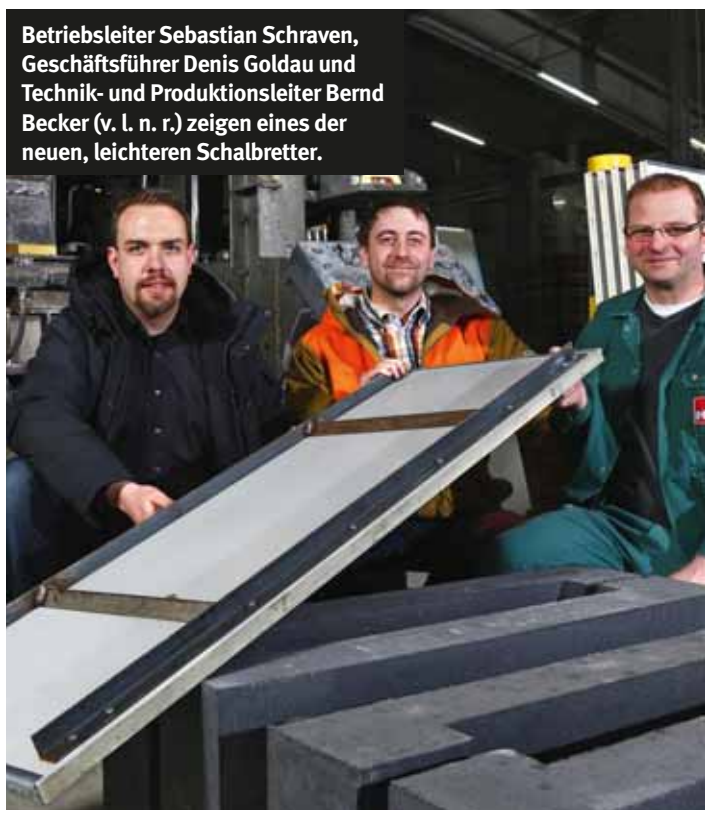
- Ziehen Sie ein langärmliges Shirt und eine luftige, beinlange Hose an.
- Nehmen Sie Arbeitskleidung eine Nummer größer, wenn bei Arbeiten im Bücken oder Knien der untere Rücken rausguckt.
- Arbeit in vollgeschwitzten Sachen ist unangenehm. Deshalb Ersatzkleidung mitnehmen.
- In schmutzabweisender Kleidung schwitzt man stärker. Sie sollte pflegeleicht und trocknergeeignet sein.
- Atmungsaktive Kleidung bringt den Schweiß nach außen und kühlt die Haut.
- Bekleidung mit dem Hinweis UPF ist zu bevorzugen (schützt gegen ultraviolette Strahlung).
- Wird es unter dem Helm kochend heiß, machen Sie, wenn möglich, Pausen und setzen Sie den Kopfschutz ab. Einige Helme haben auch Belüftungsschlitze. Lässt es die Gefährdungsbeurteilung zu, tragen Sie eine Kopfbedeckung mit Nackenschutz.
- Freie Hautstellen unbedingt mit Sonnencreme einreiben.

Foto: shotshop

MHS Baunormteile GmbH & Co. KG

Leichter ist gesünder

Die Firma MHS Baunormteile stellt Betonstufen und Rollladenkästen her. Dabei kommen schwere Schalbretter zum Einsatz. Diese müssen von den Mitarbeitern Tag für Tag viele Male von Hand bewegt werden. Das geht langfristig auf den Rücken. Um den Gesundheitsschutz im Betrieb gezielt zu fördern, haben Geschäftsführer Denis Goldau, Betriebsleiter Sebastian Schraven und der Leiter für Technik und Produktion, Bernd Becker, unter anderem dafür gesorgt, dass die Schalbretter leichter werden.



Betriebsleiter Sebastian Schraven, Geschäftsführer Denis Goldau und Technik- und Produktionsleiter Bernd Becker (v. l. n. r.) zeigen eines der neuen, leichteren Schalbretter.

Herr Goldau, was hat Sie als Geschäftsführer bewogen, in die Beschaffung von leichteren Schalbrettern zu investieren?
Goldau: Wir haben viele langjährige Mitarbeiter, die sich bei uns spezielle Fachkenntnisse angeeignet haben, auf die wir bauen und die sich ihren Rücken nicht kaputt machen sollen. Wir möchten bei uns im Betrieb ein gutes Arbeitsklima haben, damit wir auch für den Nachwuchs, trotz der Arbeitsschwere in unseren Gewerken, ein attraktiver Arbeitgeber sind.

Hat sich die Investition gelohnt?
Goldau: Wir haben durchweg positive Rückmeldungen von den Mitarbeitern bekommen, allerdings haben wir auch an anderer Stelle in den Gesundheitsschutz der Mitarbeiter investiert. So gibt es in der Fertigung der Rollladenkästen an den Arbeitsplätzen Anti-Ermüdungsmatten. Alle im Lärm Beschäftigten wurden mit angepasstem Gehörschutz – sogenannten Otoplastiken – ausgestattet. Und wir sind dabei, weitere technische Maßnahmen zur Lärmminderung umzusetzen.

Wacher, bequemer, sicherer: Eine Anti-Ermüdungsmatte im Einsatz.

Herr Schraven, Sie als Betriebsleiter hatten die erste Idee zur Verminderung des Gewichtes der Schalbretter, die immerhin pro Stück 16,5 kg wiegen und täglich etwa 120-mal auf die Form gelegt werden müssen.
Schraven: Ja, die erste Idee dazu hatte ich zusammen mit dem Seniorchef. Angebote aus der Industrie waren für unsere Zwecke nicht geeignet, da zu dick und zu teuer. Bei der Fertigung von Rollladenkästen haben wir schon ein Kunststoffmaterial im Einsatz, das in einer modifizierten Form für unsere Schalbretter geeignet ist. Die Kosten sind zwar höher als die der herkömmlichen Schalbretter auf Spanplattenbasis, wir haben hier aber eine Gewichtsersparnis von 7,5 kg pro Brett, d. h. der Mitarbeiter bewegt 900 kg weniger am Tag.

Herr Becker, Sie haben als Leiter für Technik und Produktion die Einführung der neuen Schalbretter begleitet. Gab es Schwierigkeiten und haben sich die neuen Bretter auch technisch bewährt?
Becker: Durch den Kunststoffkörper sind die Platten im Handling etwas empfindlicher, allerdings quillt die Platte bei Kontakt mit Feuchtigkeit nicht wie die Spanplatte auf, so dass im Produktionsprozess die Restfeuchte der Betonstufen besser reguliert werden kann. Zudem platzt die Oberfläche nicht ab und die Platten können mit einem Wasserstrahl gereinigt werden. Wir erhoffen uns davon eine deutlich längere Standzeit und die Vermeidung von Oberflächenschäden an den Blockstufen.

Gut für den Rücken: leichtere Schalbretter, die auf die Form gelegt werden müssen.

Foto: fotolia

Schweiß lass nach

Die Füße schwitzen. Die Socken qualmen. Die Schuhe werden zum Hochofen. Wer Sicherheitsschuhe tragen muss, kennt dieses unangenehme Gefühl zwischen Schaft und Sohle.

Ausziehen geht nicht, wenn Sicherheitsschuhe Pflicht sind. Sie schützen die Füße, denn die sind empfindlich und eine schmerzhafte Verletzung passiert schnell.

Was also tun, wenn die Füße kochen?

- Sofern möglich, machen Sie eine Pause. Weg mit den Schuhen und lassen Sie Ihre Füße atmen. Frische Luft bringt Abkühlung.
- Packen Sie Ersatzschuhe ein, damit Sie etwas zum Wechseln haben, wenn Ihre Schuhe zu durchgeschwitzt sind.
- Schweiß und Hitze tragen dazu bei, dass die Haut aufweicht. Das macht die Füße anfälliger für Pilze und andere Erkrankungen. Sie können ein Fußspray benutzen. Es schützt vor allen möglichen Pilzen und lässt Ihre Füße gut riechen.
- Nach der Arbeit sollten Sie die Schuhe auslüften, trocknen lassen und sie gut aufbewahrt verstauen.
- Nehmen Sie zu Hause ein kühlendes und entspannendes Fußbad. Nach einem anstrengenden Tag gibt es nichts Besseres.
- Wenn es Ihre Tätigkeit zulässt, tragen Sie leichtere, atmungsaktive Schuhe oder Sicherheitssandalen (S1P). Fragen Sie doch einfach Ihren Vorgesetzten danach.

Augenfinsternis

Wer in der Sonne arbeitet, muss auch die Augen schützen. Denn die Hornhaut kann einen Sonnenbrand bekommen. Und das tut höllisch weh.

Augen mit Sonnenbrand werden sehr lichtempfindlich. Es brennt, als wäre etwas Unangenehmes im Auge. Und das will man am liebsten wegreiben. Doch: Finger weg und ab zum Arzt. Grund für so einen „Augenbrand“ ist oft die Arbeit ohne richtigen Schutz. Deshalb immer eine geeignete Sonnenbrille tragen. Eine gute Lösung sind UV-Schutzbrillen. Ihr Schutz ist zuverlässig und mit ihnen kann man gut sehen, egal ob hell oder dunkel. Besondere Hinweise auf der Schutzbrille können sein: 100 Prozent UV-protection oder CE und UV 400. Die Farbe der Gläser spielt für den Schutz keine Rolle. Braune, grüne oder graue Gläser verfälschen aber am wenigsten die Umgebung. Signalfarben sind dadurch gut zu erkennen. Vorsicht bei selbsttönenden Gläsern, wenn oft zwischen hellen und dunklen Arbeitsplätzen gewechselt wird.

Foto: iStockphoto

Wichtig ist, dass die Brille die komplette Augenpartie und die Seiten bedeckt.

Förderpreis 2013

Arbeit • Sicherheit • Gesundheit

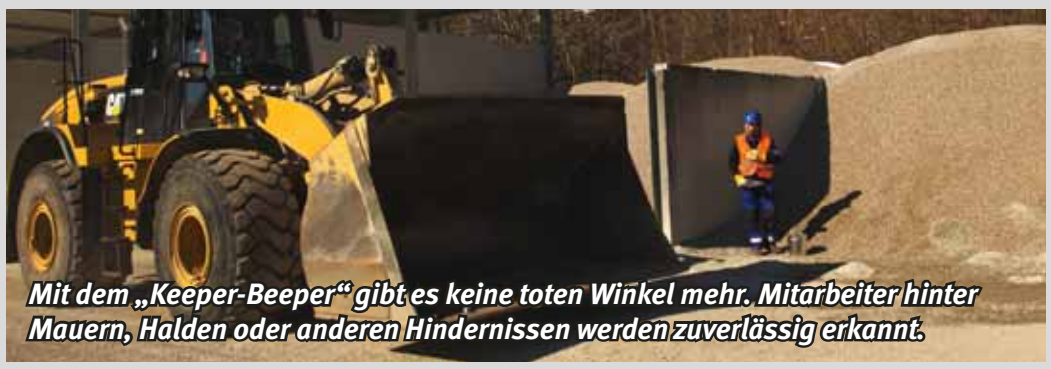
Bereits zum 16. Mal wurde der „Arbeitsschutz-Oscar“ verliehen. In der Alten Oper in Frankfurt/Main zeichnete die Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie (BG RCI) Männer und Frauen aus, die clevere Ideen für sicheres Arbeiten entwickelten.

Förderpreis

Bayerische Asphalt-Mischwerke GmbH & Co. KG, Brunntal
Comnovo GmbH i. G. TU Dortmund Lehrstuhl für Kommunikationsnetze

Übersehen unmöglich mit dem „Keeper-Beeper“

Doppelte Aufmerksamkeit: Der „Keeper“ warnt den Fahrer in der Kabine. Der „Beeper“ schlägt Alarm am Mann.



Mit dem „Keeper-Beeper“ gibt es keine toten Winkel mehr. Mitarbeiter hinter Mauern, Halden oder anderen Hindernissen werden zuverlässig erkannt.

Peter Neefs, Alfons Berger (beide BAM), Dominik Gerstel, Dr. Andreas Lewandowski, Michael Buchberger (BAM), Prof. Dr. Christian Wietfeld und Volker Köster (v. li.).

Kamerasysteme an Erdbaumaschinen helfen dem Fahrer, nicht einsehbare Bereiche zu überwachen. Doch es handelt sich um ein passives System, bei dem der Fahrer alles im Blick haben muss. Für aktive Personensicherheit haben Mitarbeiter der TU Dortmund und der Bayerischen Asphalt-Mischwerke (BAM) den „Keeper-Beeper“ entwickelt, ein zweiteiliges, auf Funk basierendes Warngerät. Der „Keeper“ wird in der Fahrerkabine der Erdbaumaschinen installiert, den „Beeper“ tragen alle Mitarbeiter, die sich im Arbeitsbereich der Maschine aufhalten. Bei Gefahr blinken, piepen und vibrieren beide Geräte. Für diese Entwicklung gab es den Förderpreis 2013 der Branche Baustoffe - Steine - Erden.

++ Ideen entwickeln ++ Lösungen aus der Praxis für die Praxis ++ Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz verbessern ++ Preise im Gesamtwert von 100.000 Euro zu gewinnen ++ Mitmachen kann jeder! ++

Sonderpreise

TU Clausthal Lehrstuhl für Tagebau und intern. Bergbau, Clausthal-Zellerfeld,
Heeren-Herkener Kiesbaggerei GmbH

Prüfung per Schall

Wenn mineralische Schüttgüter hergestellt werden, muss die Aufbereitung exakt gesteuert werden. Die richtige Korngrößenverteilung ist für die Qualität besonders wichtig. Bisher wurden Proben per Hand aus dem laufenden Förderstrom entnommen. Das war gefährlich und gesundheitsgefährdend. Gemeinsam mit der Heeren-Herkener Kiesbaggerei hat die TU Clausthal ein akustisches Messsystem entwickelt, das die Korngrößen per Schall misst. Es ermöglicht die Überwachung der Produktqualität und eine Onlinesteuerung der Anlage. Die Entwickler bekamen dafür einen Sonderpreis.

Das akustische Messsystem überwacht den Förderstrom dauerhaft. Dank der Online-Erfassung können Veränderungen der Qualität zeitnah korrigiert werden.

Norddeutsche Naturstein GmbH, Flechtingen

Am längeren Hebel

Henning Baumert (li.) und Jürgen Beziel zeigen den verlängerten Öffnungshebel. Standort beim Öffnen und Drehpunkt sind nach links verlagert.

Die Wartung von Kreiselbrechern bei einer Störung kann gefährlich sein. Ist der Brecher überfüllt, fallen Mitarbeitern beim Öffnen der Wartungsklappe Gesteinsbrocken auf Beine und Füße. Henning Baumert und Jürgen Beziel von der Norddeutschen Naturstein GmbH entschärften den Gefahrenpunkt, indem sie den Standort der Mitarbeiter beim Öffnen veränderten. Dafür wurde der Öffnungshebel verlängert, statt an der Wartungsklappe am Brecher befestigt, und der Drehpunkt nach links verlegt. So lässt sich die Klappe leichter öffnen, Beine und Füße sind sicher. Für diese Lösung gab es einen Sonderpreis 2013.

Gemeinsamer BG RCI-Förderpreis

ExxonMobil Production Deutschland GmbH, Betriebsbereich Gas-West, Großenkneten
Hahn-Training-Systems TM, Witten

Fit auch im Alter

Jörg Even und Norbert Pastuschek sorgen zusammen mit dem Trainer Carsten Hahn für ihre eigene Fitness und die der Kollegen.

Bei ExxonMobil wird mit gesundheitsgefährdenden, brennbaren gasförmigen Stoffen gearbeitet. Im Notfall müssen qualifizierte Mitarbeiter unter schwerem Atemschutz für Sicherheit sorgen. Für ältere Arbeitnehmer oft ein Problem, weil die Fitness den Anforderungen nicht mehr entspricht. Doch das Erfahrungswissen älterer Mitarbeiter ist enorm wichtig. Deshalb entwickelten Jörg Even und Norbert Pastuschek mit dem externen Trainer Carsten Hahn ein Fitnessprogramm, das auf jeden Mitarbeiter persönlich zugeschnitten ist. Bereits nach drei Monaten hatten sich Fitness und Blutdruckwerte bei 80 % der Teilnehmer verbessert, mehr als der Hälfte gelang das Abnehmen. Das Projekt wurde mittlerweile auf die gesamte Belegschaft ausgeweitet. Damit hat es den Gemeinschaftspreis der BG RCI verdient.

Die Welt auf den Schultern

Unsere Wirbelsäule trägt uns durchs Leben. Wer sich ständig zu viel auflädt, spürt es irgendwann im Nacken oder im Kreuz.

Das können schwere Lasten sein. Aber auch langes Sitzen oder mangelnde Bewegung nimmt uns die Wirbelsäule krumm und reagiert mit Schmerzen oder Fehlhaltungen. Zur Last werden können auch Stress, Termin- und Leistungsdruck. Und der Rücken beschwert sich.

Lassen Sie sich und Ihren Rücken nicht hängen. Wer sich regelmäßig bewegt, bewusst entspannt und Lasten richtig handhabt, beugt vor. Das lässt uns leicht und aufrecht durchs Leben gehen.

Foto: fotolia

Labrador-Retriever Marley übt sich als Rettungshund. Auf der waagerechten Leiter tapst er vorsichtig von Sprosse zu Sprosse. Er muss sich konzentrieren.

Foto: Hundeschule Potsdam

Rettungstraining

Marley, die Spürnase

Der „Leiterlauf" ist Teil der Rettungshund-Ausbildung. Dabei lernt Marley, die Leiter sicher zu überqueren und selbstständig Gefahren einzuschätzen.

Das ist wichtig, wenn er als Trümmer- oder Lawinenhund zur Menschenrettung eingesetzt wird. Denn dort muss er sich vorsichtig und konzentriert auf jedem ungewohnten Untergrund bewegen können. Und mit seinem extrem guten Geruchssinn tief verschüttete Menschen erschnuppern.

Marley liebt jede Form von Gleichgewichts- und Nasenarbeit. Nach erfolgreicher Leiterüberquerung holt er sich bei seinem Hundeführer das verdiente Leckerli ab. Prüfung bestanden!

Querläufer

Das neue Trainingsgerät für Freikletterer: Leiter waagerecht über dem Boden in Position bringen. Dann selbst einhängen, gut festhalten und los geht's. Nur Fliegen ist schöner!

Foto: photocase

Antelope Canyon

Weiter geht's mit Leiter

Wasser und Wind haben den Antelope Canyon über Jahrtausende geformt und dabei tiefe Einschnitte im Gestein hinterlassen.

Foto: Larry Bourne

Dieser Canyon ist magisch. Er besteht aus einem oberen und einem unteren Teil. Durch einen schmalen Spalt gelangt man über Eisenleitern mitten hinein in die Zauberlandschaft.

Der Weg führt vorbei an bizarr geformten Felsen, sanft geschwungenen Felsbögen und kantig-scharfen Sandsteinen. Die Lichtverhältnisse wechseln ständig. Durch schmale Öffnungen werden die Sonnenstrahlen gebündelt. An einigen Stellen fallen sie als „Beams" durch die schmale Schlucht bis zum Boden des Canyons. Die rotbraune Felswand erglüht dann im indirekten Licht. Ein Feuerwerk der Farben, das man nicht so schnell vergisst. Aufgrund ständig wechselnder Lichtverhältnisse entstehen immer wieder neue Eindrücke. Bereiche, die noch kurz vorher im Schatten lagen, werden plötzlich angestrahlt. An manchen Stellen ist der Antelope Canyon so schmal und steil, dass ein Weiterkommen unmöglich wäre. In diesen Abschnitten wurden für Besucher Leitern aus Eisen angebracht. Die meiste Zeit über sind beide Canyonteile trocken und zugänglich. Nur bei Regenwetterlagen ist absolute Vorsicht geboten. Denn dann besteht die Gefahr einer Sturzflut. Die hat gewaltige Kräfte und ist lebensgefährlich. 1997 wurden elf Besucher von einer solchen Sturzflut überrascht und bezahlten das mit ihrem Leben.

Lösungen von Seite 2:

Das Rechenquadrat

9	–	5	–	4	=	0
+		+		+		
8	–	2	–	6	=	0
+		+		+		
7	–	1	–	3	=	3
ll		ll		ll		
24		8		13		

Gehirnjogging

Streichholz schieben

Das Streichholz mit der Nummer 4 muss so an das Streichholz Nummer 17 gelegt werden, dass aus der 15 eine 75 wird. So ergibt die Rechnung 195 + 75 = 270.

Teekesselchen

1. Leiter ... Leiter
2. taube ... Taube
3. Liegen ... liegen
4. Tragen ... tragen

SUPER BAUZ

1. PREIS
2 WOCHEN IRLAND
für 2 Personen

2. Preis
Wochenendtrip nach Barcelona für 2 Personen

3. Preis
Wochenendtrip nach Berlin für 2 Personen

4. – 5. Preis
Je 1 Tourenrad für Damen oder Herren

6. – 10. Preis
Je 1 iPod Nano

11. – 20. Preis
Je 1 elektronische Dartscheibe

*Teilnahmeberechtigt sind ausschließlich Beschäftigte aus Mitgliedsbetrieben der Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie (BG RCI).

DAS GEWINNSPIEL.

Rätseln Sie mit – es lohnt sich. Einfach BAUZ-Zeitung lesen, Fragen beantworten und die beiliegende Gewinnspielkarte mit dem Lösungswort an die BG RCI, Branche Baustoffe - Steine - Erden senden!

Einsendeschluss: 15.08.2013*

MITMACHEN UND GEWINNEN

Gewinnfragen:

1. Das richtige Maß an ... hält den Rücken gesund.

☐☐☐☐☐☐☐☐☐ (1)

2. Zur Instandhaltung gehört auch die richtige ... der Leitern.

☐☐☐☐☐☐☐☐ (2, 3)

3. Die muss bei Stehleitern und Tritten stets gespannt oder eingerastet sein.

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐ (4, 5, 6, 7)

4. Sie hilft Fischen, Hindernisse wie Wasserfälle oder Wehre zu überwinden.

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐ (8)

5. Der sollte beim Anlegen der Leiter ermittelt werden.

☐☐☐☐☐☐ (9, 10)

6. Die Beschaffenheit des Untergrundes ist wichtig für die ... der Leiter.

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐ (11, 12, 13)

Das Lösungswort heißt:

☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐☐
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13