

# SICHERHEITS REPORT

Das Magazin der  VBG

Trends im Büro

## Licht und Luft zum Leben

Arbeitsschutzpreis 2012

**Mitmachen  
und gewinnen**

Mahlzeit

**5 Tipps für  
eilige Esser**

## Wertschöpfung durch Werte



■ Für die meisten Unternehmer ist es heute selbstverständlich, dass sie neben dem wirtschaftlichen Erfolg ihrer Firma auch das Gemeinwohl im Blick haben. In der Öffentlichkeit hat sich dafür in den vergangenen Jahren das Stichwort „Corporate Social Responsibility“ etabliert. Fachleute verstehen darunter den freiwilligen Beitrag der Wirtschaft zu einer nachhaltigen Entwicklung, die von der eigentlichen Geschäftstätigkeit über ökologische Aspekte bis zu den Beziehungen mit Mitarbeitern und dem Informationsaustausch mit gesellschaftlichen Interessensgruppen reicht.

Ein Unternehmen, das sich gesellschaftliche Verantwortung schon vor Jahrzehnten auf die Fahnen geschrieben hat, ist die Mainzer Schott AG. Neben besonderem Engagement für die Region sowie für Kinder und Jugendliche liegt der Unternehmensführung vor allem die Motivation der eigenen Mitarbeiter am Herzen. So setzt sich Schott besonders für Mütter und Väter ein und bietet ein umfangreiches Gesundheitsmanagement –

in Form von Arbeitszeitmodellen, mit denen sich Beruf und Familie besser miteinander vereinbaren lassen, sowie der Gesundheitsinitiative „Bleib gesund! Du bist mir wichtig!“

Diese Initiative bietet den Mitarbeitern Präventionsangebote zur Stressbewältigung, zu Entspannung und Ernährung bis hin zur Früherkennung von chronischen Erkrankungen. Ein spezielles Präventionsangebot für ältere Schichtarbeiter und ein Modellprojekt für rehabilitierte Mitarbeiter runden das beispielhafte Leistungspaket ab.

Beispiele wie dieses gibt es hierzulande inzwischen in immer größerer Zahl. Sie alle belegen, dass sich eine gesundheitsorientierte Unternehmensführung für die Firmen letztlich rechnet: durch weniger Krankheitstage, mehr Zufriedenheit und eine höhere Produktivität der Mitarbeiter. Ökonomen nennen das eine „Win-win-Situation“!



*Dr. Manfred Fischer*  
Direktor Prävention der VBG





4

## Guten Appetit

5 Tipps für ein leckeres Essen.



18

## Gewalt

Wie man Konflikte friedlich lösen kann.



12

## Bürotrends

Ein schöner Platz zum Arbeiten.

### Sicher & gesund

- Essen unter Zeitdruck –**  
So wird es trotzdem lecker 4
- Bewegung im Büro –**  
30 Minuten für die Gesundheit 6
- Heikle Gespräche –**  
So treffen Sie den richtigen Ton 7
- Trotz Stress entspannt bleiben –**  
In vier Stufen locker durch den Tag 8
- Seminar für Sprechberufe –**  
Stimmiges Angebot 9

### Mensch & Betrieb

- Zeitarbeit und Unfallschutz –**  
Anleitung für mehr Sicherheit 10
- Branchentreff Zeitarbeit –**  
Erfolgreiche Kooperation 11

### Aus der Praxis

- Neue Trends für das Büro –**  
Das VBG Office-Team gibt Tipps 12
- Lärmpegel im Büro –**  
Mit Akustikdecken gegen Schall 15
- Steharbeitsplätze –**  
Wechselnde Haltung ist gesund 15

- Risiko raus –**  
Verkehrssicherheitstag bei SAP und Unfallverhütung für junge Fahrer 16
- Arbeitsschutzpreis 2012 –**  
Preiswürdige Ideen gesucht 17

### Branchenforum

- Gewalt in Ausbildungsstätten –**  
Das VBG-Präventionsprogramm 18
- Werkbänke in Ausbildungsstätten –**  
Worauf Einkäufer achten sollten 19
- Gefahren auf dem Dach –**  
Instabile Teile/Photovoltaikanlagen 20
- 100. AMS-Zertifikat verliehen –**  
Auszeichnung für Fa. Trenkwalder 20
- Klettern in Bühnenaufbauten –**  
Wie sich „Rigger“ schützen können 21
- Gesundheitsmanagement –**  
Schutz in Genossenschaftsbanken 21

### Fragen & Antworten

- Gesundheit im Büro –**  
Martina Reymann gibt Tipps 22

### Wir für Sie

- Beitragsbescheid 2010 –**  
Alles bleibt beim Alten 23
- Impressum 23

## Angebot

Sie möchten Beiträge aus dem Sicherheitsreport veröffentlichen?  
Rufen Sie uns an: 040 5146-2564.

## Kontakt

Die VBG ist die gesetzliche Unfallversicherung für Unternehmen aus mehr als 100 Gewerbezweigen. So können Sie Kontakt zur Redaktion aufnehmen: **Briefe:** VBG, Servicestelle Kommunikation, Deelbögenkamp 4, 22297 Hamburg, **E-Mail:** [sicherheitsreport@vbg.de](mailto:sicherheitsreport@vbg.de), **Telefon:** 040 5146-2525, **Fax:** 040 5146-2255

Essen im Büro

# Guten



*Frisch zubereiten...*

# Appetit

**Meeting, Telefonkonferenz und am Mittag noch ein Kundentermin. Nicht viel Zeit zum Essen. Doch es geht trotzdem lecker.**

■ Küchenchef Klaus Reisinger kennt das Problem: Eine Mittagspause ist nicht lang. Dennoch kann man sie nutzen, um richtig gut zu essen. Reisinger und sein Team kochen täglich für 100 Seminarteilnehmer in der VBG-Akademie Gevelinghausen in Olsberg im Sauerland. Sein Credo: „Alles muss frisch sein. Und schmecken muss es natürlich.“

Was in der Akademie funktioniert, geht auch im heimischen Büro. Statt Pizza oder Leberkäs-Brötchen kann es auch mal etwas Frisches sein. „Wer sich selbst ein paar Tomaten aufschneidet und mit Mozzarella belegt, hat schon Spaß bei der Zubereitung“, sagt der gebürtige Bayer Reisinger, der schon 25 Jahre im Sauerland lebt.

Für den Sicherheitsreport hat er ein **Doradenfilet an Salatbouquet** mit **Genueser Pesto** zubereitet.

► In den Salat schneidet er Radicchio, Lollo rosso, Chicorée, Avocadostreifen, Tomaten und Champignons. Dazu gibt es Schnittlauchröllchen und Gartenkresse.

► Das selbst gemachte Pesto enthält Basilikum, Pinienkerne, Knoblauch und Olivenöl.

► Dazu das gebratene Doradenfilet.

„Nutzen Sie einfach den Salat und das Gemüse, das Sie gerade im Haus haben. Mit ein bisschen Fantasie lassen sich ganz einfach und schnell leckere Sachen zaubern.“

! (kr)

## ► Info

[www.vbg.de](http://www.vbg.de),

Suchwort „Fit und produktiv“;

Link zum kompletten Rezept:

[www.vbg.de/sicherheitsreport](http://www.vbg.de/sicherheitsreport)

## 5 Tipps fürs Büro

### Leicht und lecker

#### 1. Vielseitig essen

Wer abwechslungsreich isst, fühlt sich besser. Gesund soll es sein, aber es muss auch schmecken. „Es gibt keine Verbote“, sagt Klaus Reisinger, „notfalls esse ich eben nur die Hälfte!“

#### 2. Mehr Getreide

Getreideprodukte sind wichtig für eine ausgewogene Ernährung. „Am besten sollte man natürlich vollwertig essen.“ Klaus Reisinger nennt als Beispiel Vollkorn- statt Weizenbrot.

#### 3. Mehr Obst und Gemüse

„Die alte Regel ‚Fünfmal täglich‘ gilt noch immer.“ Reisingers Tipp: Morgens eine Dose mit Gemüsesticks einpacken. „Mit einem Dip schmecken die richtig lecker und sind gut für zwischendurch.“

#### 4. Weniger Fleisch

Natürlich muss man nicht ganz darauf verzichten. Aber Fleisch, Wurst und Eier sollten nicht die Hauptrolle auf dem Teller spielen. Klaus Reisinger: „Das richtige Verhältnis ist ein Drittel Fleisch und zwei Drittel Beilagen.“

#### 5. Salz und Zucker sparen

Zucker und Salz sind wichtig für den Körper. Zu viel davon kann aber auch erhebliche Schäden anrichten.

„Deshalb kommt es hier ganz besonders auf das richtige Maß an.“

**Übrigens:** Natürlich sollte man auch im Arbeitsalltag genug trinken. Ein bis zwei Liter Wasser sollten es schon sein. Alternative sind verdünnte Säfte und Tees. Selbst Kaffee ist besser als sein Ruf. Man darf seine Tässchen zur Gesamt-Trinkmenge rechnen.

Fotos: wdv/jan Lauer



... macht Spaß



... und schmeckt lecker!

## Bewegung

# Aufstehen und loslaufen

**Bewegung tut gut. Doch wer im Sitzen arbeitet, hat zu wenig davon. Das muss nicht sein. Wie man bewegter mehr leisten kann.**



■ Sport fängt auf dem Bürostuhl an. Wer dynamisch sitzt, häufiger aufsteht und zum Kollegen geht statt zu telefonieren, verbraucht bis zu 200 Kalorien (kcal) mehr pro Tag als Sitzbleiber. Und wer nach Feierabend eine Runde joggen oder schwimmen geht, tut noch viel mehr für seinen Körper. Regelmäßige Bewegung

- ▶ stärkt das Immunsystem,
- ▶ regelt Blutdruck und Cholesterinspiegel,
- ▶ vermindert das Krebsrisiko,
- ▶ senkt das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen,
- ▶ steigert das Wohlbefinden und
- ▶ erhöht die Lebenserwartung.

Soweit die Fakten. Die sind weitgehend bekannt. Das Problem ist ein anderes: „Man muss sich erst einmal aufraffen und anfangen, sich mehr zu bewegen.“ VBG-Arbeitspsychologin Dr. Susanne Roscher weiß, wie schwer das ist. „Machen Sie kleine Schritte“, rät die Expertin daher aus Erfahrung, „nehmen Sie sich nicht zu viel vor und finden Sie Ihren eigenen Weg.“

### Bewegung im Büro

Auch bei der Arbeit kann man sich bewegen und einen Teil der empfohlenen 30 Minuten Bewegung am Tag erfüllen:

- ▶ öfter die Sitzhaltung ändern,
- ▶ Treppe laufen statt Fahrstuhl fahren,
- ▶ beim Telefonieren aufstehen,
- ▶ zu Kollegen gehen statt anzurufen,
- ▶ in der Pause spazieren gehen,
- ▶ zwischendurch ein paar Dehnübungen machen,
- ▶ wenn möglich mit dem Rad zur Arbeit kommen oder zu Fuß gehen.

### Sport im Alltag

Jeden Tag ein bisschen Bewegung ist besser, als sich für Samstag einen Marathon vorzunehmen und daran zu scheitern. Möglichkeiten gibt es viele:

- ▶ ein kurzer Spaziergang nach dem Abendessen,
- ▶ eine Radtour am Wochenende,
- ▶ mit Freunden Fußball spielen,
- ▶ einmal die Woche schwimmen,
- ▶ ab und zu Walken.

„Sie werden den Effekt bereits nach kurzer Zeit spüren“, ist sich Dr. Susanne Roscher sicher. „Wer sich mehr bewegt, fühlt sich gesünder, ist zufriedener und kann auch besser mit den Belastungen des Berufsalltags fertig werden. Und natürlich merkt man mehr Bewegung nach einiger Zeit auch an der Figur.“

### Betriebssport

Zusammen macht es mehr Spaß. Wer mit Kollegen gemeinsam Sport treibt, steht dabei unter dem Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung, wenn es sich hierbei um Betriebssport handelt. Das ist der Fall, wenn der Sport Ausgleichs- und nicht Wettkampfcharakter hat, regelmäßig stattfindet und der Teilnehmerkreis sich im Wesentlichen auf Mitarbeiter des Unternehmens oder der Unternehmen beschränkt, die sich zu einer Betriebssportgemeinschaft zusammengeschlossen haben. Wichtig ist, dass der Sport unternehmensbezogen organisiert ist. „Das heißt, der Unternehmer stellt den Beschäftigten zum Beispiel das Sportgerät und die Halle zur Verfügung oder bucht einen Gymnastiklehrer für seine Beschäftigten“, erläutert Christine Ramsauer, VBG-Expertin für Versicherungsschutz. Ein selbst organisierter gemeinsamer Lauffreizeit nach Feierabend ist nicht versichert. Wer eine Betriebssportgruppe gründen möchte, kann sich bei seiner VBG-Bezirksverwaltung beraten lassen. | (kr)

### Info

Faltblatt „Fit und produktiv – ein gutes Gefühl“ unter: [www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort „Bewegung“.

„Move. Weg zu einer aktiven Lebensweise“ unter: [www.cconsult.info](http://www.cconsult.info), Downloads Broschüren.

[www.dguv.de](http://www.dguv.de), Suchwort: „Versicherungsschutz beim Betriebssport“.



## Heikle Gespräche

# Du, sag' doch mal ...

Wie man peinliche Themen sensibel zur Sprache bringt. Eine Anleitung.

■ Der neue Azubi in der Anzeigenabteilung war ein netter Kerl. Umgänglich, neugierig und immer interessiert. Doch neben ihm stehen und etwas erklären? Eine Qual. Bald tuschelte die ganze Abteilung über den Körpergeruch des jungen Mannes. Doch keiner traute sich, etwas zu sagen.

„Eine Situation, die im Arbeitsalltag durchaus vorkommt“, sagt dazu Dr. Susanne Roscher, Arbeitspsychologin bei der VBG in Hamburg. Ob man sich an der ständigen Unpünktlichkeit eines Kollegen stört, sich über Unzuverlässigkeit ärgert oder über Körpergeruch und schlampige Kleidung die Nase rümpft: So lange das Problem nicht angesprochen wird, bleibt es ungelöst. „Im Gegenteil“, erklärt sie: „Wenn man nichts sagt, ist das wie bei Zahnschmerzen. So lange man nicht zum Zahnarzt geht, wird es schlimmer.“



» **Nichts zu sagen ist wie Zahnschmerzen. Es wird nur schlimmer.**

VBG-Arbeitspsychologin  
Dr. Susanne Roscher

Sie rät daher grundsätzlich dazu, Dinge anzusprechen, wenn sie einen wirklich stören. Dabei komme es natürlich darauf an, wie nahe man dem Kollegen oder der Kollegin stehe. „Wenn ich mit jemandem befreundet bin, lässt sich ein persönliches Gespräch leichter führen als mit einem Kollegen, den ich nur einmal die Woche sehe“, sagt Roscher. Außerdem solle man sich vorher genau überlegen, ob das Thema wirklich wichtig genug ist. Kommt man zu diesem Ergebnis, solle es „zwingend“ angesprochen werden.

Es kommt natürlich darauf an, wie man ein solches Gespräch führt. Susanne Roscher empfiehlt:

- » Sich vor dem Gespräch ins Gegenüber versetzen: „Was würde ich mir wünschen, wie man mir so etwas sagt?“
- » Einen geeigneten Ort aussuchen: Das Gespräch unter vier Augen führen und den Gesprächspartner nicht vor anderen Kollegen bloßstellen.
- » Im Gespräch respektvoll sein: „Mir ist das auch unangenehm, aber ich muss dir was sagen – auch weil ich dich schätze ...“
- » Gesprächspartner nicht anklagen: „Du-Botschaften“ vermeiden und Gegenüber nicht verurteilen.
- » Bei Kritik authentisch bleiben und eigene Betroffenheit („Ich-Botschaften“) beschreiben: „Ich komme nicht klar damit, dass ...“

„Selbstverständlich ist das noch keine Garantie für den Erfolg des Gesprächs“, macht Susanne Roscher klar, „aber die Chancen steigen, dass man das Problem lösen und sich dennoch auch nachher noch in die Augen schauen kann.“

Im Fall des Azubis mit der störenden Duftnote, fasste sich ein jüngerer Kollege ein Herz und sprach ihn während einer gemeinsamen Pause an. Der Erfolg lag schon am nächsten Tag für alle spürbar in der Luft. I (kr)

### » Info

Info-Map „Kommunikation leicht gemacht – Tipps für eine gute Kommunikation im Unternehmen“. Download unter: [www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort "Kommunikation".

Karl Benien: *Schwierige Gespräche führen. Modelle für Beratungs-, Kritik- und Konfliktgespräche im Berufsalltag*, Rowohlt 2003, 9,95 Euro

Friedemann Schulz von Thun: *Miteinander reden, Teil 1*, Rowohlt Taschenbuch, 2010, 9,95 Euro

## Sicherheitstechnische und arbeitsmedizinische Betreuung gemäß DGUV Vorschrift 2

- Gefährdungsbeurteilungen
- Bildschirmarbeitsplatzanalysen
- Sehtest-Bildschirmarbeitsplatz
- Arbeitsmittelprüfdienst
- UVV-Prüfungen
- Prüfung elektrischer Geräte
- QM SCC-SGU Beratung
- Unterweisung von Mitarbeitern
- Regalprüfungen nach BetrSichV
- Ausbildung zum Regalprüfer
- Gabelstaplerfahrer-Kurse
- Betriebsanweisungen

**Bundesweit**



Maximilianstr. 23  
67433 Neustadt a.d. Weinstraße  
Tel.: 06321 / 968142  
Fax: 06321 / 968143  
info@diemer-ing.de www.diemer-ing.de

## Stressberufe

# Kopf hoch ...

So lässt sich akutem Stress mit der Vier-Stufen-Strategie begegnen.

■ Zack. Das war jetzt aber nicht eingeplant. Da ist sie wieder, die Überraschung in einem perfekt durchgeplanten Arbeitsalltag. Stau auf dem Weg zum Kundentermin, wütende Kundenreaktionen, die sofortiges Nacharbeiten erfordern, oder das kranke Kind, das sofort aus der Schule abgeholt werden muss. „Viele Menschen spüren geradezu körperlich, wie es sie in solchen Momenten aus der Bahn wirft, und geraten nicht selten in einen Strudel des Aktionismus.“ Doch kleine alltägliche Unannehmlichkeiten und Ärgernisse gehören zu unserem Berufsalltag. Sie lassen sich oft nicht vermeiden. In der Wissenschaft werden sie als „daily hassles“ bezeichnet. „Die vielen kleinen kritischen Ereignisse bergen bei häufigem Auftreten auf lange Sicht ein nicht unerhebliches gesundheitliches Risiko“, sagt Jasmine Kix, Referentin für Arbeitspsychologie bei der VBG.

Jetzt müssen Arbeitnehmer entscheiden, wer die Oberhand behält: sie oder der Stress. Kix plädiert für die Eigenregie. Sie weiß, wie man dem Teufelskreis der Hektik Paroli bietet: „Wir empfehlen die 4-A-Strategie des Stressexperten Professor Kaluza.“

1. **Annehmen.** „Annehmen bedeutet, zu akzeptieren, was ist, ohne in eine Schleife von Ärger, Wut, Selbstvorwürfen oder Grübeleien zu geraten. Annehmen bedeutet auch, wahrzunehmen, was der akute Stress mit meinem Körper macht – zum Beispiel die Wut im Bauch spüren“, erklärt Jasmine Kix.

2. **Abkühlen.** Kix rät, sich eine Routinehandlung zuzulegen: „Zum Beispiel sich kurz zurücklehnen und zu strecken oder sich erst mal einen Kaffee oder Tee zu holen.“ Von der Zigarette als „Entschleuniger“ hält sie – wenig erstaun-

lich – nichts: „Damit wird eine Sucht gefördert oder gestärkt. Das Hirn lernt, bei Stress zu einer Zigarette zu greifen.“

Durch die beiden Stufen gewinnen Arbeitnehmer an Distanz und nehmen durch das Annehmen und Abkühlen der stressigen Situation negative emotionale Sprengkraft. Erst dann folgen die nächsten Schritte:

3. **Analysieren.** Um mit kühlem Kopf zu entscheiden, was zu tun ist, rät Jasmine Kix zu diesen Selbst-Fragen: „Was ist jetzt wirklich wichtig? Was muss ich jetzt neu ordnen oder priorisieren? Was kann warten?“

4. **Aktion.** Am Ende steht dann eine wohlüberlegte Handlung.

Ein solcher Umgang mit akutem Stress sei nicht nur für den Betroffenen gesünder, sondern führe oft auch zu besseren Arbeitsergebnissen und einem angenehmeren Klima im Büro, so Jasmine Kix. | (mj)

### Info

Zahlreiche praktische Tipps und Beispiele aus der Unternehmenswelt enthält die BGI 5107 „Aktiv Ressourcen nutzen: Vom richtigen Umgang mit Stress“ unter [www.vbg.de/stresspraevention](http://www.vbg.de/stresspraevention)

Gert Kaluza: „Stressbewältigung – Trainingsmanual zur psychologischen Gesundheitsförderung“, Springer-Verlag Berlin-Heidelberg-New York, 39,95 Euro.

Sprechberufe

## Mund auf ...

Untersuchung analysiert Erfolg von Sprechseminaren für Callcenter-Mitarbeiter.

■ Die Belastbarkeit der Stimme und die Stimmqualität von Callcenter-Mitarbeitern kann durch ein gezieltes Stimmtraining stark verbessert werden. Das zeigt eine vergleichende Untersuchung zweier Callcenter-Belegschaften in Nordrhein-Westfalen im Auftrag der VBG. Demnach geben 37,9 Prozent der Befragten nach Abschluss eines Stimmseminars an, dass sie die Luft beim Sprechen besser dosieren können. 23,3 Prozent sagen, dass sich die Einsatzfähigkeit ihrer Stimme verbessert habe. Keiner der Seminarteilnehmer berichtet in den Folgemonaten von einer Verschlimmerung bereits bestehender Probleme wie Nackenverspannungen, Beeinträchtigungen der Stimme bei Erkältung oder Räuspern. Ganz anders in der Kontrollgruppe, die kein Seminar besuchte: 11,2 Prozent geben nach Ablauf der Studie an, mehr Stimmbeschwerden zu haben und – ganz im Gegensatz zur Seminar-Gruppe – kann keiner der Teilnehmer von einer positiven Entwicklung seiner Stimme berichten.

### Gesunde Stimme durch Seminar

Auch der Vergleich der DSI (Dysphonia Severity Index)-Werte zeigt, wie sinnvoll eine Sprachschulung ist: Mit dem Wert werden

Stimmen beurteilt. Punktabzug gibt es für Störungen. Vor der Schulung lag bei 51 Teilnehmern der DSI-Wert unter dem Grenzwert für eine gesunde Stimme. 25 Mitarbeiter schafften durch ein Seminar den Sprung über den Grenzwert. „Das sind deutliche Werte“, so CCall-Mitarbeiter und Präventionsexperte Heiko Schröder aus Bielefeld: „Es zeigt sich, dass ein Stimmtraining das subjektive Wohlbefinden steigert und der Erfolg objektiv messbar ist.“ CCall ist eine Beratungseinrichtung der VBG für die Callcenter-Branche.

### Ersthelfer für das Team

Die VBG bietet das dreitägige Seminar „Mit der Stimme arbeiten“ an. „Dort erleben die Teilnehmer bei den Trainings an ihrer eigenen Stimme, worauf es ankommt, und sie bekommen viele einfache Tipps, wie sie ihre Stimme pflegen. Wir nennen das Stimmhygiene“, so Schröder. Das Seminar richtet sich an Multiplikatoren (Abteilungsleiter, Trainer, Betriebsärzte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Teamleiter). Diese sollen als „Ersthelfer“ im Betrieb fungieren, so der Bielefelder Präventionsexperte: „Wer das Seminar besucht hat, hat ein Ohr für stimmlich angeknackste Mitarbeiter entwickelt und kann Betroffenen erste Tipps geben.“ Zudem lernen Seminarteilnehmer, in ihrer natürlichen Sprech-Stimmlage zu sprechen. Das sei nicht nur gesünder, als die Stimme zu verstellen, sondern wirke oft auch beim Zuhörenden authentischer, berichtet Schröder. | (mj)

### Info

[www.ccall.de](http://www.ccall.de), VBG-Internetseite für Callcenter

Unfallverhütung in der Zeitarbeit

## Mehr Raum für Sicherheit

Seit dem Ende der Wirtschaftskrise boomt die Zeitarbeit wieder. Ein Grund mehr für Unternehmen, auch die Sicherheitsvorkehrungen in der Branche anzupassen.



■ Die Zeitarbeitsbranche frohlockt: Im Jahr 2011 sei erstmals mit mehr als einer Million über Zeitarbeitsfirmen vermittelten Arbeitnehmern zu rechnen, teilte der Bundesverband Zeitarbeit, einer der drei großen Branchenverbände, Anfang des Jahres mit. In fast allen Branchen würden „händeringend Fachkräfte gesucht“, selbst Hilfskräfte seien mancherorts schwer zu finden, so Volker Enkerts, Präsident des Verbandes und Vorstandsmitglied der VBG, in einem Zeitungsinterview.

Auch wenn die magische Grenze noch nicht ganz erreicht ist: Die Zahlen der Bundesagentur für Arbeit bestätigen den Optimismus in der Branche. Laut den jüngsten verfügbaren offiziellen Daten waren im Juni 2010 etwa 806.000 Arbeitnehmer von Zeitarbeitsunternehmen an „Einsatzbetriebe“ (Entleiher) überlassen – etwa 200.000 mehr als ein Jahr zuvor. Allerdings dürfen die steigenden Beschäftigtenzahlen in der Zeitarbeit die Kehrseite ihres Erfolgs nicht verdecken: Zeitarbeitnehmer sind – trotz einiger Fortschritte in den vergangenen Jahren – immer noch deutlich stärker als fest angestellte Beschäftigte gefährdet, an ihrem Arbeitsplatz einen Unfall zu erleiden.

### Problem: ständig wechselnde Aufgaben

Die wesentlichen Gründe dafür sind nach Erkenntnissen von Herbert Grond, Leiter Sachgebiet Zeitarbeit bei der VBG-Betriebsverwaltung Duisburg, „eine immer wieder neue Arbeitsumgebung, stark wechselnde Aufgaben, eine unzureichende Einweisung in die jeweilige Tätigkeit, ständiger Beobachtungsdruck und der Wunsch, einen besonders guten Job machen zu wollen“. Dazu kämen eine nicht ausreichende Abstimmung zwischen Einsatzbetrieb und Zeitarbeitsunternehmen über die für den Einsatz notwendige Erfahrung, Qualifikation und die Abstimmung der Arbeitsschutzmaßnahmen, ergänzt Grond.

Die Folge: Trotz damals deutlich niedrigerer Beschäftigtenzahlen verzeichnete die VBG auch im Krisenjahr 2009 fast 33.700 meldepflichtige Arbeitsunfälle – die mehr als 6.200 meldepflichtigen Wegeunfälle nicht einmal eingerechnet. Da im Jahr 2010 wieder deutlich mehr Arbeit-

nehmer über Zeitarbeitsfirmen auf den Arbeitsmarkt kamen, befürchten Fachleute wie Herbert Grond, dass auch die Zahl der Arbeitsunfälle wieder „deutlich gestiegen“ sein dürfte.

Um die nach wie vor unbefriedigende Situation bei der Arbeitssicherheit in der Branche nachhaltig zu verbessern, hat sich die Gemeinsame Deutsche Arbeitsschutzstrategie (GDA), eine Initiative von Bund, Ländern und Unfallversicherungsträgern, im Jahr 2008 auf ein eigenes Arbeitsprogramm für die Zeitarbeit verständigt. Es besteht aus drei Phasen:

► **1. Sachstandsermittlung:** Im Einsatzbetrieb werden die Arbeitsbedingungen für die Beschäftigten mithilfe eines einheitlichen Interviewleitfadens überprüft. Insgesamt 10.000 Einsatzbetriebe sollen besucht werden.

► **2. Information:** Eine Kampagne soll die Verantwortlichen in den Einsatzbetrieben für Fragen des Arbeitsschutzes und arbeits- sowie haftungsrechtlichen Fragen sensibilisieren.

► **3. Überprüfung:** Nach etwa einem Jahr werden die beratenen Einsatzbetriebe, bei denen sich Handlungsbedarf gezeigt hat, erneut aufgesucht – teilweise ist dies auch bereits geschehen. Dabei überprüfen Aufsichtspersonen aller Berufsgenossenschaften und der staatlichen Arbeitsschutzbehörden, wie die Inhalte ihrer Beratung umgesetzt wurden und wo bereits deutliche Verbesserungen zu erkennen sind.

Doch nicht nur die Einsatzbetriebe, auch die Disponenten in den derzeit mehr als 6.500 bei der VBG versicherten Zeitarbeitsunternehmen tragen Verantwortung für den Arbeitsschutz der bei ihnen angestellten Zeitarbeiter. In ihrer Verantwortung liegt es vor allem, die beruflichen Qualifikationen eines Arbeitnehmers mit den tatsächlichen Anforderungen abzugleichen. Speziell für sie hat die VBG den Branchenleitfaden „BGI 5020“ entwickelt. Darin finden Personalverantwortliche der Branche Hinweise, worauf sie bei der Disposition eines Arbeit-

nehmers an den Einsatzbetrieb achten sollten – von notwendigen speziellen Fachkenntnissen für den Einsatzbereich bis hin zur Einweisung in den Umgang mit einer Persönlichen Schutzausrüstung. Zahlreiche Praxishilfen unterstützen dabei. Der Einsatzbetrieb kann sich damit darauf verlassen, dass das Zeitarbeitsunternehmen den Arbeitnehmer bereits in grundlegenden Sicherheitsfragen unterrichtet oder auf die entsprechende Verpflichtung des Einsatzbetriebs hingewiesen hat. Zudem sind in ausreichendem Maße Einarbeitungszeiten und die arbeitsplatzspezifische Unterweisung zu berücksichtigen. Wie dies effektiv und dennoch wirtschaftlich geschieht, erläutert die „BGI 5021“.

Beide BGIs bieten viele Übersichtstabellen und Checklisten, zudem eine CD zur Nutzung des Programms am PC. | (sth)

#### ► Info

[www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort „BGI 5020“ und „BGI 5021“; Seminare: [www.vbg.de/seminare](http://www.vbg.de/seminare), Branche: Zeitarbeit

## Branchentreff Zeitarbeit

# Chance für mehr Qualität

## Beim 4. Treffen von Unternehmern und Experten für Arbeitsschutz stand die neue DGUV Vorschrift 2 im Fokus

► Einen passenderen Termin für den diesjährigen „Branchentreff Zeitarbeit“ hätten die Verantwortlichen der VBG kaum finden können: Genau an dem Tag, an dem der Bundestag in Berlin ein Gesetz gegen Missbrauch und für Mindestlöhne in der Zeitarbeit verabschiedete, trafen sich im Duisburger Landschaftspark Nord zum 4. Mal mehr als 100 Verbandsvertreter, Unternehmer und Experten, um über aktuelle Entwicklungen und Fragen zum Arbeitsschutz in der Branche zu diskutieren.

Vor dem Hintergrund der aktuellen Aufbruchstimmung lauschten die Zeitarbeits-Fachleute konzentriert den Vorträgen der zehn hochkarätigen Referenten. Zunächst erläuterte VBG-Präventionsexperte Jürgen Da Pont die Vorteile der neu-

en DGUV Vorschrift 2, die in manchen Unternehmen noch für Unsicherheit sorgt. Die Vorschrift fördere die Zusammenarbeit der Fachkräfte für Arbeitssicherheit, der Betriebsärzte und der Mitarbeitervertretung. Zudem sei sie eine „Chance zur Qualitätsverbesserung“, so Da Pont.

*VBG-Präventionschef Dr. Manfred Fischer (rechts) im Gespräch mit Vertretern der Zeitarbeitsverbände.*

Interessante Trends zeigten Ina Krietsch, Michael Kienert und Andreas Hencker mit ihren vom Bundesministerium geförderten Forschungsprojekten „GRAzil – Wirksame Instrumente fördern Arbeitsschutz“ und „GeZa – Integriertes Gesundheitsmanagement als Schlüssel zum Erfolg“ vor. Und VBG-Rehaexperte Eckehard Froese erläuterte die Bedeutung von aktivem Reha-Management für Zeitarbeitsunternehmen. | (sth)

#### ► Info

[www.vbg.de](http://www.vbg.de), „Branchentreff Zeitarbeit“



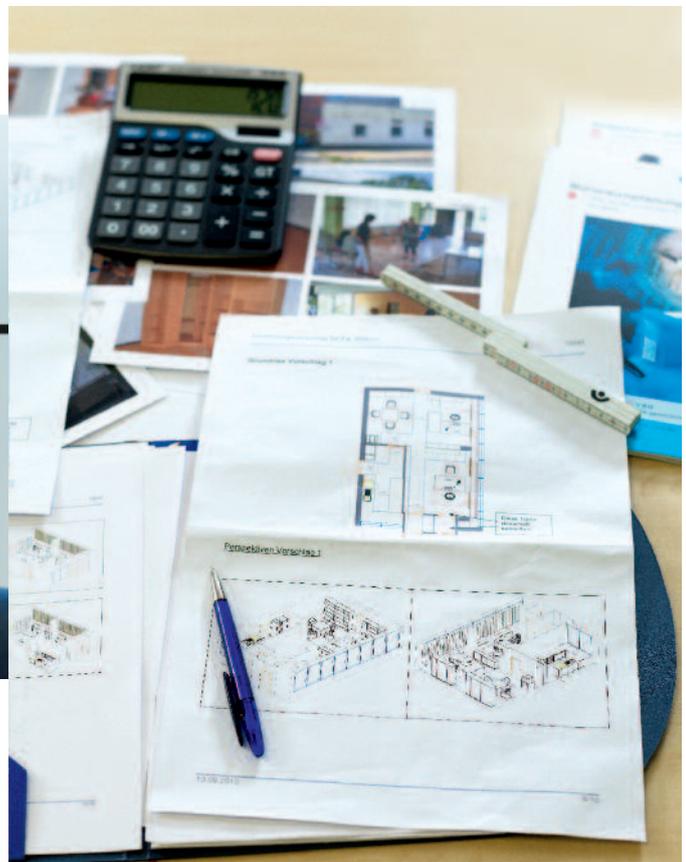
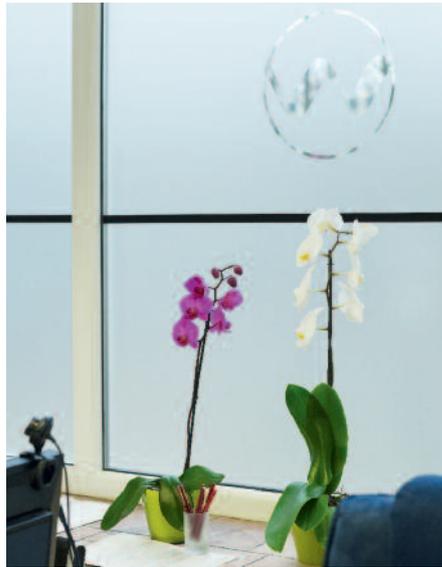
Trends im Büro

# Mehr Platz, mehr Licht, mehr Farbe

Mit dem VBG Office-Team hat sich Petra Wittum den Traum vom neuen Büro verwirklicht.

*Gemeinschaftsarbeit:  
VBG-Präventionsexperte  
Werner Gehrke bespricht mit  
Firmeninhaberin Petra Wittum  
die Pläne des Office-Teams.*





■ Modern, aber nicht abgehoben, freundlich, offen, sicher und ergonomisch – so wünscht sich Petra Wittum ihr neues Büro. Ihr Unternehmen für Dienstleistungen rund ums Haus in Frankfurt an der Oder expandiert rasch. 2007 allein gestartet beschäftigt Wittum heute 17 Teil- und Vollzeitkräfte. Sie braucht dringend mehr

*Planungssicherheit: Damit sich alle Auftraggeber ein möglichst genaues Bild von den Vorschlägen des Office-Teams machen können, erhalten sie Pläne auch mit perspektivischen Ansichten.*



## » Von der Sicherheit bis zu individuellen Wünschen – bei unseren Einrichtungsvorschlägen bringen wir alles unter einen Hut.

*Manuela Wuttke, Planerin im VBG Office-Team*

Platz für Mensch und Material. Ein neues Gewerbeobjekt, eine alte Metzgerei, findet sie schnell. „Bei Reinigungsmitteln kenne ich mich aus“, so die quirlige Chefin, „aber wie plant man ein Büro samt Einrichtung, Fluchtwegen und ergonomischen Arbeitsplätzen?“

### Office-Team hilft

Wittum erinnert sich an einen Tipp von der Innung und ruft bei der VBG an. Dort landet sie schnell beim Office-Team, das Unternehmen bei der Gestaltung von Büroräumen hilft. „Wir geben nach sicherheitstechnischen und ergonomischen Kriterien Tipps zur Anordnung der Arbeitsplätze in den Räumen, beraten zur Raumklimatisie-

rung, Beleuchtung und Sonnenschutz. Dabei beachten wir auch wirtschaftliche Gesichtspunkte“, erklärt Präventionsexpertin Sylke Neumann aus Hamburg. Sie leitet das Office-Team, das mit drei Planern Unternehmen berät – egal, ob Kleinbetriebe oder Konzerne. Die Anlässe für das Engagement des Office-Teams sind vielfältig: Mal wird umgezogen, mal muss vorhandener Raum neu aufgeteilt werden, mal geht es um die Beleuchtung oder eine nachträgliche Verbesserung der Akustik.

Eine im Team der Planer ist Manuela Wuttke von der VBG in Berlin. Die Pläne für die Firma Wittum stammen aus ihrer Feder. Wie in allen Fällen stand am Anfang eine

Erstberatung durch den zuständigen VBG-Präventionsberater und eine Bestandsaufnahme: „Grundlage unserer Beratung sind Fotos, Bauzeichnungen, eine Liste des vorhandenen Büromobiliars und natürlich die Wünsche des Unternehmens“, so Manuela Wuttke.

Die Präventionsberater kennen „ihre“ Unternehmen oft schon viele Jahre und wissen um die Besonderheiten. Im Fall der Firma Wittum ist es Werner Gehrke. „Oft beginnt der Kontakt damit, dass die Unternehmen von uns Unterstützung erwarten, um Rechtssicherheit herzustellen“, erklärt er. Schließlich will niemand, dass etwas passiert. Deswegen ist eine akkurate Planung von Büro-

*Die Mitarbeiter der Firma Wittum empfinden das neue Büro auch als eine Belohnung für die stressigen Anfangsjahre.*

und anderen Räumen wichtig. Zusammen mit Petra Wittum stellt er alle Informationen und Wünsche für das Office-Team zusammen.

### Pläne mit Perspektive

Auf Basis der Informationen und unter Berücksichtigung aller Normen und Vorschriften beginnt Manuela Wuttkes Arbeit: „Wir berücksichtigen viele Faktoren wie etwa Licht, Akustik sowie Flucht- und Verkehrswege“, erklärt Manuela Wuttke. „Damit sich die Firmen die Einrichtungsvorschläge besser vorstellen können, erhalten sie die Pläne auch mit perspektivischen Ansichten.“

So landeten in ihren Empfehlungen für die Firma Wittum unter anderem die Hinweise, dass eine Tür aus Sicherheitsgründen verlegt werden muss und wie der Geräuschpegel durch eine Akustikdecke (siehe Info, Seite 15) minimiert wird. Zudem unterbreitet Manuela Wuttke Vorschläge für eine Anordnung der Arbeitsplätze, damit das einfallende Tageslicht nicht blendet. Davon gibt es im Büro von Petra Wittum mehr als genug. Die breite



Schaufensterfront flutet den Raum selbst an dunklen Tagen mit viel Licht.

Der alte Fliesenboden ist mit einer dicken Dämmschicht unter Laminat verschwunden. Alle drei Scheibttischarbeitsplätze sind mit Teppich unterlegt. Die Angaben für die hierzu passenden Stuhlrollen erhielt Petra Wittum vom Office-Team geliefert.

Zusammen mit Werner Gehrke hat Petra Wittum die Pläne besprochen. Seitdem sind einige Monate vergangen. „Hier ist viel passiert. Das sieht richtig gut aus“, staunt Gehrke bei einem neuerlichen Termin. „So toll hätten wir das allein nie hingekriegt“, erwidert Wittum das Kompliment

und lobt auch ihr eigenes Team: „Ganz viel ist in Eigenregie neben der normalen Arbeit her entstanden.“

Ihr liegt viel am Teamgeist. In den harten Anfangsjahren sei sie manchmal mit weniger Geld nach Hause gegangen als einige ihrer Mitarbeiter. Das neue Büro ist jetzt für alle eine Belohnung: endlich mehr Platz, mehr Licht, mehr Farbe. Aber eines wird Petra Wittum sicher nicht tun: sich in den neuen, ergonomisch geformten Bürostühlen zurücklehnen. **I (mj)**

### Info

Rufnummer des Office-Teams:  
040 5146-2332

## VBG Prüf- und Zertifizierungsstelle

■ Kleines Zeichen – viel dahinter: Wenn Möbel das DGUV-Test-Prüfzeichen tragen, war mit hoher Wahrscheinlichkeit die VBG Prüf- und Zertifizierungsstelle beteiligt. Sie entwickelt zusammen mit Fachverbänden und Herstellern aus aller Welt neue Normen, berät, prüft und zertifiziert. So entstehen ergonomische und sichere Produkte. Davon profitieren Hersteller, die VBG-Mitgliedsunternehmen und deren Mitarbeiter. Tipp: Die Prüf- und Zertifizierungsstelle unterstützt Firmen auch bei größeren Ausschreibungen von Büromöbeln und führt auf Wunsch technische Bemusterungen durch. „So können von Anfang an Fehler bei der Beschaffung vermieden werden“, so Prüfstellenleiter und Präventionsexperte Helmut Berger.

► **Info:** Prüf- und Zertifizierungsstelle Tel.: 040 5146-2775



Eine abgehängte Akustikdecke reguliert den Schall.

Büroakustik

## „Akustische Schattenzonen“

So senken Unternehmen den Geräuschpegel im Büro.

■ Büros sind keine lauten Fabrikhallen. Trotzdem können störende Geräusche von den Mitarbeitern als Lärm empfunden werden. Die Tätigkeiten in Verwaltungen, Call-Centern (siehe Seite 9) oder im Controlling werden komplexer und finden immer mehr in offenen Bürostrukturen statt. Konzentration ist gefragt. „Lärm belastet die Psyche, führt zu mehr Fehlern und einer geringeren Leistungsfähigkeit“, sagt VBG-Präventionsexpertin Sylke Neumann. Daher spiele die akustische Gestaltung der Büros eine wichtige Rolle.

Eine wertvolle Planungshilfe ist die neue BGI/GUV-I 5141 „Akustik im Büro“ (verfügbar ab Ende Mai 2011). Sie liefert viele Hinweise zum Umgang mit der Geräuschkulisse. In ihr werden Grundbegriffe der Akustik erklärt. Zudem werden Akustikprodukte vorgestellt und ihre Wirkungen in einer Beispielsammlung dargestellt.

„Der Schallpegel sollte je nach Komplexität der Tätigkeit zwischen 55 und 70 Dezibel liegen“, sagt Neumann. Zum Vergleich: Straßenverkehr lärmt mit bis zu 85 Dezibel. „Nicht immer lassen sich in der Praxis Bürotätigkeiten entsprechend ihrer Komplexität einstufen und klassifizieren. Sobald andere Beschäftigte häufig sprechen, können Beurteilungspegel von höchstens 55 Dezibel kaum eingehalten werden. Also gilt hier ein Minimierungsgebot“, so Neumann.

Ob Gespräche, Computer, Telefone oder Klimageräte: Unternehmen sind gegen Geräuschquellen nicht machtlos. „Vor allem Akustikdecken und akustisch wirksame Wandoberflächen sind effektive Schallschlucker“, weiß Sylke Neumann. Teppichboden verringert den Trittschall, schallschluckende Lamellenstores dämmen Schallreflexionen an großen Fenstern.

Ihr Bielefelder Kollege Helmut Berger ergänzt: „Auch Stellwände und Schrankflächen mit schalldämpfender Ausstattung wie etwa Mineralfaserplatten, Schaumstoffe und perforierte Holzpaneele bringen mehr Ruhe.“ Stellwände lassen zudem eine flexible Raumgliederung zu und ermöglichen, dass Mitarbeiter in „akustischen Schattenzonen“ arbeiten.

Wichtig sei, dass der Schall direkt an der Quelle abgefangen wird. Für größere Büros, in denen viel telefoniert wird, hat er einen Tipp: „Wenn ausreichend hohe Abschirmungen an den Büroarbeitsstischen montiert werden, können sie in Verbindung mit einer Akustikdecke viele Geräusche auffangen.“

### Info

[www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort „Akustik im Büro“ (verfügbar ab Ende Mai 2011)

Steharbeitsplätze

## Gesundes Auf und Ab

Immer mehr Unternehmen gönnen Mitarbeitern ergänzende Steharbeitsplätze – nicht ohne Hintergedanken.

■ Früher waren Stehpulte in Kontoren üblich, dann gerieten sie ins Vergessen. „Heute sind Steharbeitsplätze wieder voll im Trend und absolut sinnvoll“, lobt VBG-Präventionsexperte Hansjörg Christoph. „Der Wechsel aus Sitzen, Stehen und Bewegen hält Kreislauf und Bewegungsapparat fit. Unternehmen tun also etwas für die Gesundheit der Mitarbeiter.“

Sein Favorit aus Sicht der Ergonomie sind integrierte Sitz- und Steharbeitsplätze. „Das sind höhenverstellbare Arbeitstische, die sich inklusive Computer einfach in der Höhe vom Sitzen bis zum Stehen verstellen lassen“, erklärt Christoph. Solche höhenverstellbaren Tische bieten ein Maximum an Flexibilität. Mitarbeiter können alle Tätigkeiten auch im Stehen ausüben.

Ein Kompromiss sind zusätzliche Steharbeitsstische. Oft lassen sie nicht die volle Breite aller Tätigkeiten zu, weil der Computer auf dem normalen Schreibtisch bleibt. „Kein Problem“, sagt Christoph, „man muss nur die Arbeitsabläufe gut planen. Im Sitzen wird am Computer gearbeitet, im Stehen werden zum Beispiel Akten studiert, gelesen oder telefoniert.“ Er empfiehlt zwei bis vier Haltungswechsel aus Sitzen, Stehen und Laufen pro Stunde.

|(mj)

### Info

Tipps für Planung, Anschaffung und Einstellgrößen unter [www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort „BGI 650 Bildschirm- und Büroarbeitsplätze“



0,5 Promille, 0,8 Promille oder die LSD-Brille? Der Weg durch die Hütchen wird schwierig.

Verkehrssicherheit gehört zur Arbeitssicherheit dazu – in einem Unternehmen wie SAP mit vielen Außendienstmitarbeitern und täglich vielen gefahrenen Kilometern ist das selbstverständlich. Am 12. November 2010 veranstaltete die SAP-Geschäftsstelle Hallbergmoos einen Verkehrssicherheitstag. Die Abteilung Arbeitssicherheit der SAP hatte in Zusammenarbeit mit dem Betriebsrat, Facility Management und den Sicherheitsbeauftragten die Vorbereitung der Aktion übernommen. SAP hatte die VBG und weitere Sponsoren und Partner für die verschiedensten Themen gewinnen können.

#### Stationen für mehr Sicherheit

Unten im Foyer hatte die VBG Stationen aus der Aktion „Risiko raus“ aufgebaut:

- ▶ Ein Pkw-Fahrsimulator imitierte gefährliche Situationen und die Reaktionsveränderungen nach Alkoholgenuss,
- ▶ verschiedene Rauschbrillen für einen Geschicklichkeitsparcours,
- ▶ ein Motorrad-Simulator zum Üben

## Aktion „Risiko raus“

# Sicher unterwegs

Für die SAP-Mitarbeiter in Hallbergmoos bot der Verkehrssicherheitstag nützliche Tipps zum Thema „sicheres Fahren“.

- ▶ unterschiedlicher Verkehrssituationen,
- ▶ ein Info-Stand zu Aktionsangeboten, z. B. Fahrsicherheitstraining,
- ▶ Eine Referentin der Fahrschule Eindl beriet über richtiges Sitzen und sicheres Fahren im Pkw,
- ▶ ein Informationsstand der Firma Michelin für Reifen und Fahrsicherheit.

Von 10.00 bis 14.30 Uhr konnte man die Stationen ausprobieren und sich beraten lassen. Die meisten Interessierten nutzten dafür die Zeit nach der Mittagspause.

#### Alkohol und Verkehrssicherheit

Der Pkw-Fahrsimulator war mit 110 Fahrten am stärksten frequentiert. Die Mitarbeiter konnten bei Testfahrten mit unterschiedlich simulierten Alkoholwerten sehen, wie sich ihr Bremsweg unter Alkoholeinfluss erheblich verlängerte. Im Simulator stand hinter einer Kuppe plötzlich eine Person auf der Fahrbahn – rechtzeitig zu bremsen war jetzt kaum noch möglich.

Von den sogenannten Rauschbrillen – 0,5 Promille, 0,8 Promille und die LSD-Version – empfanden viele Tester die LSD-Brille als die schlimmste: plötzlich sahen sie alles doppelt. Der Fußweg durch die Hütchen wurde so zu einem Glücksspiel.

#### Rückengymnastik und richtige Reifen

Richtiges Sitzen im Pkw erläuterte die Referentin in einem Vortrag und demonstrierte es in der Praxis: „Welche Haltung nehmen Sie auf dem Fahrersitz ein? Wie stellen Sie das Lenkrad ein?“ Dazu gab es Vorschläge zur Rückengymnastik bei Fahrpausen.

Mit dem Michelin-Spezialisten konnte man sich über die richtigen Winterreifen unterhalten, über den längeren Bremsweg bei geringerer Profiltiefe und über die Nutzungsdauer von Reifen.

#### Resonanz: durchweg positiv

Am Abend zogen alle Organisatoren ein positives Resümee. Die Belegschaft habe sich durchweg zufrieden geäußert, bestätigte auch Betriebsrat Johannes Lohmeier. Mehr als die Hälfte der SAP-Mitarbeiter in der Geschäftsstelle Hallbergmoos hatte bei den Aktionen des Verkehrssicherheitstags mitgemacht. | (fm)

#### Info

Die Präventionskampagne „Risiko raus“ sensibilisiert für Sicherheit beim Fahren und Transportieren: [www.vbg.de/risiko-raus](http://www.vbg.de/risiko-raus), [www.vbg-fahrtraining.de](http://www.vbg-fahrtraining.de)

## Risiko raus

### Sicher am Steuer

#### UVT 24 – Das Fahrtraining für junge Erwachsene

Sie stecken voller Tatendrang und sind „heiß“ aufs Fahren. Mit dem Führerschein in der Tasche können Jugendliche ab 16 Moped fahren. Mit 17 dürfen sie in Begleitung hinter das Steuer eines Autos. Doch der Straßenverkehr steckt voller Risiken.



Daher bietet die VBG gemeinsam mit der Deutschen Verkehrswacht ein spezielles Training für junge Erwachsene zwischen 16 und 24 Jahren. Die Teilnehmer erwartet ein abwechslungsreiches Programm, Spaß, Informationen und viel Praxis rund ums Fahren.

Anmelden kann man sich über die Internetseite [www.uvt24.de](http://www.uvt24.de). Hier gibt es auch detaillierte Informationen zu den Trainingsinhalten.

Das Angebot eignet sich für einzelne Teilnehmer ebenso wie für Gruppen. Voraussetzung: Sie sind bei der VBG versichert. | (kr)

#### Kontakt

Landesverkehrswacht Niedersachsen  
Tel.: 05926 985-474  
E-Mail: [uvt24@landesverkehrswacht.de](mailto:uvt24@landesverkehrswacht.de)

Fragen beantwortet auch:  
Stefan Ostermann  
Tel.: 040 5146-2118  
[stefan.ostermann@vbg.de](mailto:stefan.ostermann@vbg.de)

Arbeitsschutzpreis 2012

# Ausgezeichnete Ideen gesucht

Auch 2012 zeichnet die VBG gute Ideen beim Arbeitsschutz aus. Solche Leistungen sollen Anerkennung finden und zur Nachahmung einladen.

## » Arbeitsschutz mit Köpfchen

Arbeitsschutz erfordert Köpfchen: Nachdenken über Abläufe, Belastungen, Sicherheit der Mitarbeiter. Aber Arbeitsschutz rechnet sich: Er bringt kostengünstiges Arbeiten und optimiert die Prozessverläufe. Ob große, mittlere und kleine Betriebe – jedes VBG-Mitgliedsunternehmen kann mitmachen.

## » Gesunde Mitarbeiter leisten mehr

Preise werden für alle Arten von Produkt- und Prozesslösungen vergeben, explizit auch für den Aspekt der Gesundheit. Es sind oft einfache Ideen, die Anerkennung finden. 2010 wurden z. B. ein Sicherheitsquiz für die Mitarbeiter, eine Arbeitsplatzuntersuchung mit Rückenschule und täglicher Aktivpause oder ein differenziertes Präventionsangebot prämiert.

## » Bis zu 10.000 Euro je Preis

Aus den Nominierungen einer Jury werden die Preisträger ermittelt. Bis maximal 10.000 Euro je Preis sind zu gewinnen. Mehrere Preisträger in einer Kategorie teilen sich den Preis.

## » Bewerben bis 31. Oktober 2011

Einzusenden sind die Bewerbungen vom 1. Mai bis 31. Oktober 2011. Es geht auch ganz einfach über Internet. Auf einem Formular soll das Projekt kurz beschrieben werden. Die Teilnahme am VBG-Arbeitsschutzpreis ist kostenlos. Die Gewinner werden zum Deutschen Arbeitsschutzpreis 2013 gemeldet.

! (fm)

## » Info

Fragen zum VBG-Arbeitsschutzpreis? Ansprechpartner sind Karl-Heinz Jung (0931 7943-328) und Holger Konrad (0931 7943-316) oder per E-Mail: [arbeitsschutzpreis@vbg.de](mailto:arbeitsschutzpreis@vbg.de) [www.vbg.de/arbeitsschutzpreis](http://www.vbg.de/arbeitsschutzpreis)



Prävention in Ausbildungsstätten

## Gemeinsam gegen Gewalt

Konflikte zwischen Ausbildern und Auszubildenden sind in vielen Betrieben an der Tagesordnung. Das Beispiel einer Ausbildungsstätte zeigt jedoch, dass Gewalt keinesfalls zwangsläufig ist.



*An manchen Tagen reicht ein falsches Wort, damit aus einem kleinen Konflikt zwischen Auszubildenden ein handfester Streit wird. Damit es nicht so weit kommt, arbeiten manche Ausbildungsstätten und die VBG bei der Gewaltprävention zusammen – wie auf unserem Bild, das bei einem VBG-Seminar entstand.*

■ Immer wieder kommt es in der betrieblichen Praxis, meist aus Stresssituationen heraus, zu Konflikten zwischen Mitarbeitern. Sie können von Beleidigungen bis hin zur Androhung körperlicher Gewalt reichen. Auch in Bildungseinrichtungen kommt es teilweise zu Aggressionen – sowohl unter den Auszubildenden als auch zwischen Mitarbeitern und Azubis. Mit gezielten Präventionsmaßnahmen lässt sich solchen Konflikten jedoch vorbeugen. Dies kommt im Alltag auch den Mitarbeitern zugute.

„Wenn ein solches Präventionsprogramm von der Bildungseinrichtung als Qualifizierungsprojekt für die eigenen Mitarbeiter aufgelegt wird, das von den Führungskräften unterstützt wird und für das ein ausreichendes Zeitkontingent zur Verfügung steht, kann dies den Weg zu einer nachhaltigen Präventionskultur för-

dern. Und natürlich wird die Gesundheitskompetenz des einzelnen Mitarbeiters gesteigert“, erklärt VBG-Expertin Karen Beyer. Die VBG unterstützt deshalb Bildungseinrichtungen, die sich die Prävention von Gewalt zur Aufgabe gemacht haben, mit einem umfangreichen Seminarprogramm und einer detaillierten Themen-Website (siehe Info).

### Ansatzpunkte für Gewaltprävention

Auch die Mitarbeiter der Aus- und Fortbildungsakademie Überlingen in Münster (Westfalen) machten vor einigen Jahren Gewalterfahrungen in ihrem Haus – „zum Beispiel in Form lautstarker Auseinandersetzungen zwischen Azubis“, erinnert sich Niederlassungsleiter Günter Schrade. Auseinandersetzungen belasten aber nicht nur die Auszubildenden selbst, sondern auch ihre Ausbilder. Der 48-jährige

Sozialwissenschaftler und seine Mitarbeiter überlegten deshalb, wie man benachteiligten Jugendlichen, die etwa aufgrund fehlender Perspektiven auf dem Arbeitsmarkt oder wegen familiärer Probleme an ihrem Ausbildungsplatz oder in der Berufsvorbereitung aggressiv wurden, gezielt helfen könne.

„Diese jungen Leuten haben oft kein hohes Selbstwertgefühl“, weiß Schrade. „Manche bekommen von zu Hause kaum Unterstützung. Wir haben es uns deshalb zum Ziel gesetzt, bewusst auf die positiven Seiten dieser Menschen einzugehen, ein Vertrauensverhältnis zu ihnen aufzubauen und ihnen die für den Arbeitsmarkt notwendigen sozialen Qualifikationen vorzuleben“, erläutert der Akademieleiter.

Eine solche Grundeinstellung prägt die Präventionskultur in einer Bildungs-

einrichtung. Daraus lassen sich verschiedene Maßnahmen ableiten – zum Beispiel Übungen mit Azubis zur Stärkung ihres Selbstwertgefühls oder das gemeinsame Entwickeln von Gruppenregeln.

Solche Vereinbarungen zwischen der Leitung der Bildungseinrichtung und den beteiligten Azubis sowie anderen Mitarbeitern des Hauses, in der sich alle Beteiligten zur Einhaltung der gemeinsam erarbeiteten Ziele verpflichten, können eine gute Basis für nachhaltige Präventionsarbeit sein.

Wie eine solche Vereinbarung aussehen kann, zeigt ein Lernprogramm der VBG (siehe Info). Darin heißt es zum Beispiel: „Alle haben Anspruch auf faire und gerechte Behandlung. Alle erklären sich bereit, über Fehler, Schwachstellen, Störfälle zu berichten. Ihnen erwächst daraus kein Nachteil.“ Mit der abschließenden Unterschrift von Unternehmensleitung, Azubis und Beschäftigten wird die gemeinsame Absicht, Gewalt in der Ausbildung zu verhindern, auch für die Auszubildenden deutlich sichtbar und macht sie zu aktiv Beteiligten am Präventionsprogramm.

#### Das Angebot der VBG

In den VBG-Seminaren zur Gewaltprävention erhalten die Teilnehmer sowohl grundlegende Hintergrundinformationen als auch konkrete Tipps zum Umgang mit Gewalt. Darüber hinaus unterstützt die VBG Bildungseinrichtungen bei der gesetzlich vorgesehenen Gefährdungsbeurteilung. So hilft die Praxishilfe „Arbeit und Bildungsprozesse in Bildungseinrichtungen verbessern – Beurteilung der Arbeitsbedingungen“, mögliche Gefahren und Belastungen frühzeitig zu erkennen und notwendige Verbesserungsmaßnahmen einzuleiten. **| (sth)**

#### Info

[www.vbg.de/gewaltpraevention](http://www.vbg.de/gewaltpraevention), siehe Info-Box, „Gewaltprävention im Betrieb“; Werkzeug-Box, „Bestandsaufnahme“ und „Präventivmaßnahmen“ sowie „Vereinbarung“. Seminare: [www.vbg.de/seminare](http://www.vbg.de/seminare), Seminarkürzel: GEWAA



## Werkbänke in Ausbildungsstätten

# Allianz für Sicherheit

**Vor dem Einkauf von Werkbänken sollten sich Leiter von Ausbildungsstätten und die Fachkraft für Arbeitssicherheit gut abstimmen – zum Wohl ihrer Azubis.**

■ Werkbänke in Ausbildungsstätten müssen besonderen Herausforderungen genügen. Da sich Auszubildende (Azubis) gerade am Anfang ihrer Ausbildung in aller Regel völlig neu in ihr Aufgabengebiet einarbeiten müssen, bestehen in dieser Phase vor allem im Umgang mit unbekanntem technischen Geräten besondere Gefahren für die jungen Mitarbeiter. Diesen Gefährdungen können Ausbildungsleiter, aber auch die für Arbeitsschutz Verantwortlichen zumindest teilweise dadurch begegnen, indem sie bei der Arbeitsplatzgestaltung – und damit auch beim Einkauf von Werkbänken – die ungeübten Arbeitsgänge schon vorab berücksichtigen.

Entscheidend für einen passgenauen Zuschnitt von Werkbänken im gewerblichen Bereich ist in erster Linie der Arbeitsbereich, in dem sie eingesetzt werden. So gelten für sitzend ausgeübte Arbeiten, etwa im Bereich Feinmontage, naturgemäß andere Bedingungen als für stehend ausgeführte Beschäftigungen. „Zunächst sollte deshalb ein möglichst exaktes Anforderungsprofil an die Werkbank formuliert werden“, erklärt VBG-Präventionsexperte Hansjörg Christoph von der Bezirksverwaltung Bielefeld.

Folgende Kriterien sollten die Einkaufs-Verantwortlichen besonders berücksichtigen, empfiehlt Christoph:

■ Standsicherheit und Stabilität der Werkbank und eventuell vorhandener Auszüge,

- wenn erforderlich: notwendige Boden- oder Wandbefestigungen,
- Festigkeit vorhandener Auszüge und – bei mehreren Auszügen – Ausziehsperrn,
- die Sicherheit von elektrischen Einrichtungen an der Werkbank (z. B. Steckdosen, Kabeltrommeln),
- das GS-Zeichen.

#### Sicherheit für die Beschäftigten

Bei der Einrichtung einer Werkbank müsse aber auch auf „Sicherheitsaspekte für die Beschäftigten selbst“ geachtet werden, sagt der VBG-Experte. Dazu gehören

- ausreichende Bewegungsfreiräume rund um die Werkbank,
- die Beleuchtung, das Klima und die Lärmbelastung am Arbeitsplatz sowie
- gegebenenfalls eine Persönliche Schutzausrüstung.

Erst aus dem Zusammenspiel dieser Faktoren und der Verantwortlichen für Ausbildung und Arbeitssicherheit ergibt sich die „Allianz für Sicherheit“, die gerade in Ausbildungsstätten besonders wünschenswert ist. **| (sth)**

#### Info

[www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort „Ausbildungswerkstätten“. Als Ansprechpartner stehen gern die Präventionsexperten bei Ihrer VBG-Bezirksverwaltung zur Verfügung.

100. AMS-Zertifikat verliehen

## Arbeitsschutz liegt Trenkwalder am Herzen

**VBG: Bei Personaldienstleister gehört Sicherheit zum Selbstverständnis.**

■ Am 15. März 2011 wurde das Personaldienstleistungsunternehmen Trenkwalder von der gesetzlichen Unfallversicherung VBG mit dem Zertifikat „AMS – Arbeitsschutz mit System“ ausgezeichnet. Trenkwalder ist das 100. Unternehmen in Deutschland, das sein Arbeitsschutz-Management-System von der VBG nach nationalen und internationalen Standards prüfen ließ. Uwe Marx, AMS-Projektleiter der VBG, überreichte den Geschäftsführern der Trenkwalder Personaldienste GmbH, Michael Wieneke, Goran Lalos und Darko Lalos, das Zertifikat in Bayreuth.

„Echter und wirkungsvoller Arbeitsschutz entspricht unserer Auffassung von Professionalität, die wir für unsere gesamte Dienstleistung als Maßstab ansetzen. Durch die AMS-Zertifizierung der VBG können wir klar nach außen dokumentieren, dass wir auch im Bereich des Arbeitsschutzes unseren eigenen Maßstäben gerecht werden und die professionelle Zusammenarbeit mit Kunden und Mitarbeitern gewährleisten“, sagte Wieneke bei der Übergabe und ergänzte: „Durch die AMS-Zertifizierung rückt der Arbeitsschutz weiter in den Fokus unserer Mitarbeiter und Kunden. Das Zertifikat transportiert eine klare Botschaft: Die Gesundheit unserer Mitarbeiter steht im Mittelpunkt und wird von uns in allen Arbeitsschritten berücksichtigt.“

AMS-Projektleiter Uwe Marx erklärte: „Diese 100. AMS-Zertifizierung zeigt uns, dass das Thema Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz den Unternehmen in Deutschland am Herzen liegt. Gemeinsam mit den Unternehmen werden wir als gesetzliche Unfallversicherung dafür Sorge tragen, dass die Zahl der Arbeitsunfälle weiter reduziert wird.“ **I (sth)**

### Info

[www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort „Arbeitsschutz mit System“



Photovoltaikanlagen und instabile Bauteile

## Gefahren auf dem Dach

**Zwei Problemzonen, die es in sich haben: Instabile Bauteile auf Flachdächern und Photovoltaikanlagen können für Montage-Beschäftigte ohne Einweisung zur tödlichen Gefahr werden.**

■ Auf den ersten Blick wirken sie stabil: Wellplatten aus Bitumen oder Faserzement, PVC-Lichtplatten, Licht- oder Glaskuppeln. Doch die vermeintlich sicheren Einbauten auf Flachdächern sorgen immer wieder für folgenschwere Unfälle, da sie nicht durchtrittsicher sind.

„Vor der Aufnahme von Instandhaltungsarbeiten oder Stabilitätsprüfungen muss sich der Verantwortliche für Arbeitssicherheit der ausführenden Firma davon überzeugen, dass die Dachflächen auch begehbar sind“, sagt VBG-Experte Josef Syma. Zudem müsse der Gebäudeeigentümer dem beauftragten Unternehmen vor Beginn der Arbeiten „verlässliche Auskünfte“ über die Dachkonstruktion geben.

Während Dächer aus Beton und Profilblechen in der Regel keine Sicherheitsprobleme aufwiesen, seien die genannten Baumaterialien meist nicht begehbar, so Syma. Deshalb müssten auf solchen Dachflächen „mithilfe der Gefährdungsbeurteilung geeignete Schutzmaßnahmen ausgewählt und umgesetzt werden“. Umwehrungen, Laufstege mit Seitenschutz oder untergespannte Schutznetze hätten dabei Vorrang vor einer Persönlichen Schutzausrüstung gegen Absturz, erklärt der VBG-Experte.

Nur wenn diese Maßnahmen betriebstechnisch nicht umsetzbar seien, könne man auch auf „organisatorische Schutzmaßnahmen“ zurückgreifen, so Syma. Darüber hinaus müssten „die Dachaußenkanten gegen Absturz gesichert wer-

den“. Bei Zweifeln an der Trittfestigkeit gelte immer: Betreten verboten!

### Montage von Photovoltaikanlagen

Auch First- und Pultdächer, auf denen eine Photovoltaik- oder Thermosolaranlage montiert werden soll, können für Montage-Beschäftigte ohne korrekte Einweisung zur tödlichen Gefahr werden. Besonders gefährdet sind nach Erkenntnissen von VBG-Experten angelernte Arbeitnehmer aus Zeitarbeitsfirmen, die solche Arbeiten bisher selten oder noch nie ausgeführt haben. Die Unfallstatistik der VBG belegt: Todesfälle und schwere Verletzungen wegen mangelnder Schutzvorrichtungen treten bei kurzzeitig beschäftigten Monteuren öfter auf als bei fest angestellten Arbeitnehmern.

Ein gemeinsames Falblatt der Berufsgenossenschaften gibt Betrieben in der Zeitarbeit Tipps, wie sie ihre Mitarbeiter auf die Dachmontage vorbereiten sollten. Besondere Gefahrenherde sind etwa

- die unterschiedlich starke Dachneigung von Giebeldächern,
- eine unzureichende Seitenabsicherung bei Flach- und Pultdächern,
- eine ungeeignete Schutzausrüstung,
- fehlende Kenntnisse über das Verbot von Photovoltaik- und Thermosolaranlagen auf Asbestzementdächern. **I (sth)**

### Info

[www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort „BGV C22“, § 11

[www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort „Sichere Montage von Photovoltaikanlagen“

## Rigging

# Licht an für die Stars

**Klettern in Bühnenaufbauten ist gefährlich. Doch „Rigger“ können sich schützen.**

■ „... because heaven can wait!“ Dieses Zitat aus einem berühmten Rocksong zielt eines der Plakate, mit denen die VBG für mehr Sicherheit auf deutschen Bühnen wirbt. Gemeinsam mit den Fachverbänden DTHG (Deutsche Theatertechnische Gesellschaft) und VPLT (Verband für Professionelle Licht- und Tontechnik) hat sie die Kampagne „Lock it ...“ ins Leben gerufen.

Ziel der Kampagne ist, dass Rigger – wie Bühnenarbeiter im Fachjargon genannt werden – sich ausreichend gegen Sturzgefahren schützen und ihre persönliche Schutzausrüstung nutzen. „Es ist nicht uncool, sich zu schützen“, sagt dazu der VBG-Experte Bühnen und Studios, Johannes Heinz aus Mainz.

Abstürze sind eine der Ursachen für Unfälle im Bühnenbereich. Allein 2009 starben zwei Rigger bei Stürzen von Bühnenaufbauten. Beide waren ungesichert. Einer der Verunglückten hatte seinen Sicherheitsgurt auf dem Boden liegen lassen – ein leider tödlicher Fehler. Neben Stürzen von Bühnenaufbauten spielen vor allem Unfälle mit elektrischen Anlagen und Stolperunfälle – etwa wegen herumliegender Kabel – eine Rolle.

Auf der eigens eingerichteten Webseite [www.vbg.de/rigging](http://www.vbg.de/rigging) stehen neben umfangreichen Informationsmaterialien Aufkleber, Poster und praktische Tipps für Rigger zur Verfügung. Darin ist beschrieben,



*Bühnenarbeiter müssen oft hoch hinaus, um Stars richtig in Szene zu setzen. Die VBG will ihre gefährliche Arbeit sicherer machen.*

- ▶ wie Rigger ihre Sicherheitsausrüstung richtig nutzen,
- ▶ wie sie die Ausrüstung pflegen und aufbewahren sollen,
- ▶ wie sie Mängel erkennen können und
- ▶ wie sie sich im Notfall verhalten sollen.

Plakate und Aufkleber können auf [www.vbg.de/rigging](http://www.vbg.de/rigging) bestellt werden.

## VBG auf der Showtech

Die VBG thematisiert die Sicherheit von Riggern auch vom 7. bis 9. Juni 2011 bei der Showtech, der Fachmesse für Bühnen- und Veranstaltungstechnik in Berlin. Am Stand 3/B27 stehen Veranstaltungssicherheit und Arbeitsschutz sowie die Weiterbildung des Fachpersonals im Mittelpunkt. **I (kr)**

### Info

[www.vbg.de/rigging](http://www.vbg.de/rigging)  
 Kontakt: Johannes Heinz,  
 VBG-Bezirksverwaltung Mainz,  
 E-Mail: [johannes.heinz@vbg.de](mailto:johannes.heinz@vbg.de)

## Netzwerktreffen

# Zusammenarbeit für mehr Gesundheit

**VBG und R+V Betriebskrankenkasse beraten Volks- und Raiffeisenbanken gemeinsam.**

■ Betriebliches Gesundheitsmanagement „aus einer Hand“ bietet die VBG gemeinsam mit der R+V Betriebskrankenkasse beim 2. Netzwerktreffen „Gesund und sicher zum Erfolg“. Am 5. Mai 2011 sind Unternehmen des genossenschaftlichen Finanzverbands in die Akademie Deutscher Genossenschaften ADG e.V. im Schloss Montabaur eingeladen.

Im Mittelpunkt steht die Beratung der Unternehmen bei der Implementierung von Maßnahmen zum systematischen Gesundheitsschutz. Teilnehmer können sich im Rahmen von Workshops über Möglichkeiten der Umsetzung informieren und von den Erfahrungen ihrer Kollegen profitieren.

Die positive Resonanz auf die erste Veranstaltung im Juni 2010 hat die Organisatoren ermutigt, das Angebot zu erneuern. „Bei der Neuauflage haben wir Wünsche und Anregungen von Teilnehmern der Auftaktveranstaltung berücksichtigt“, sagt Tobias Belz von der VBG Bezirksverwaltung Mainz. So soll diesmal verstärkt der Dialog zwischen den Teilnehmern im Zentrum stehen.

Die VBG Bezirksverwaltung Mainz kooperiert mit der R+V Betriebskrankenkasse bei der Gesundheitsberatung von Volks- und Raiffeisenbanken. Die Überschneidung bei Mitgliedsbetrieben und versicherten Mitarbeitern sowie die Ergänzung der Angebote waren Ausgangspunkt der Zusammenarbeit. Tobias Belz: „Zahlreiche Volks- und Raiffeisenbanken haben das Know-how der beiden Kooperationspartner bereits genutzt.“ **I (kr)**

### Info

Information bei:  
 Tobias Belz, VBG-Bezirksverwaltung  
 Mainz, Tel.: 06131 389-157,  
 E-Mail: [tobias.belz@vbg.de](mailto:tobias.belz@vbg.de)



# Fragen & Antworten

## Gesund bleiben im Büro

VBG-Expertin Dr. Martina Reymann zu Fragen der Gesundheit an Büroarbeitsplätzen

**Etwa 18 Millionen Bildschirm- und Büroarbeitsplätze gibt es zurzeit in Deutschland. Rund 50 Prozent der Erwerbstätigen arbeiten zwischen Bildschirm, Tastatur, Telefon, Drucker – Tendenz: zunehmend. Kann diese Arbeit zu gesundheitlichen Beschwerden führen?**

*Dr. Martina Reymann:* Bei der Arbeit an Bildschirm- und Büroarbeitsplätzen wirken körperliche, visuelle und psychische Belastungen auf uns ein – ob diese beim Menschen zu positiven oder negativen Auswirkungen oder Beanspruchungen führen, hängt vom Zusammenspiel zahlreicher Faktoren ab. Beispielsweise spielen die Art der Tätigkeit, die Ausstattung bzw. Ausgestaltung des Arbeitsraumes, des Arbeitsplatzes, die Arbeitsorganisation und das Arbeitsklima eine Rolle. Unergonomisch gestaltete Arbeitsplätze, ungeeignete Arbeitsmittel, ungünstige Arbeitsbedingungen, fehlerhaft gestaltete Faktoren in der Arbeitsumgebung (wie Beleuchtung, Raumklima, Lärm) und anderes können zu möglichen gesundheitlichen Gefährdungen führen.

**Was kann man durch gute Planung von Arbeitsabläufen gewinnen?**

*Dr. Martina Reymann:* Erfolgreiche wettbewerbsfähige Unternehmen organisieren ihre Arbeitsprozesse so, dass die Beschäftigten gesund, motiviert und produktiv arbeiten können: durch ergonomische Gestaltung von Arbeitsplätzen, abwechslungsreich strukturierte Arbeitsabläufe, eine transparente Arbeitsorganisation und gut gestaltete Software. Betriebsarzt und Fachkräfte für Arbeitssicherheit sollten deshalb frühzeitig in die Planung eingebunden werden. Auch die Experten der VBG stehen zur Beratung zur Verfügung.

**Kann man seine Augen durch Bildschirmarbeit schädigen?**

*Dr. Martina Reymann:* Im Verlauf eines Arbeitstages können Ermüdungsercheinungen der Augen auftreten. Mögliche Folgen: Kopfschmerzen, Augenbrennen oder Augentränen. Solche Beschwerden entstehen insbesondere dann, wenn ein unzureichend korrigiertes Sehvermögen vorliegt. Auch Beschwerden im Sinne eines „trockenen Auges“, die vielfältige Ursachen haben können, werden bei ungünstigen ergonomischen Verhältnissen am Arbeitsplatz (z. B. zu hoch eingestelltes Bildschirmgerät) verstärkt. Neben solchen tätigkeitsbezogenen Beschwerden konnte eine Schädigung der Augen oder des Sehvermögens durch Bildschirmarbeit bisher wissenschaftlich nicht nachgewiesen werden. Der Arbeitgeber muss entsprechend der Verordnung zur arbeitsmedizinischen

Vorsorge seinen Beschäftigten regelmäßig eine Untersuchung von Augen und Sehvermögen durch einen Arbeits- oder Betriebsmediziner anbieten. Bei dieser Untersuchung werden außer dem Sehvermögen auch Beschwerden des Bewegungsapparates und anderer Organsysteme berücksichtigt sowie Empfehlungen zur Einrichtung des Arbeitsplatzes gegeben.

**Wie sitzt man am besten?**

*Dr. Martina Reymann:* Bekanntlich wird Bildschirm- und Büroarbeit bisher überwiegend im Sitzen (80 Prozent) ausgeführt – für den „Büroarbeiter“ kommen also im Laufe eines Berufslebens rund 60.000 Sitzstunden zusammen. Dabei dürfte eines klar sein: Häufiges, zu langes, meist auch noch statisches Sitzen bedeutet zwangsläufig wenig Bewegung. Moderne ergonomische Büroarbeitsstühle erlauben wechselnde Sitzpositionen, stützen dabei permanent die Wirbelsäule vor allem im Lendenwirbelsäulenbereich und beugen so der einseitigen Belastung der Wirbelsäule ebenso vor wie der Muskelermüdung. Durch „dynamisches Sitzen“, das heißt: mal aufrecht, mal vorgebeugt, mal zurückgelehnt, und durch Sitz-Steh-Dynamik, also Wechsel zwischen Sitzen, Stehen und Gehen, wird der Anteil der statischen Haltearbeit reduziert.

Nicht „die“ Sitzposition, sondern die Dynamik des Sitzens ist entscheidend. Zu empfehlen ist eine Aufteilung der Arbeitsaktivitäten („Mischarbeit“) mit entsprechender Bewegungsdynamik in 60 Prozent dynamisches Sitzen, 30 Prozent aktives Stehen und 10 Prozent Gehen. Günstig sind zwei bis vier Haltingswechsel in der Stunde. **I (fm)**

**Info**

Die Broschüre „Gesundheit im Büro“ unter [www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort „BGI 5018“, bietet dem betrieblichen Praktiker kurze Antworten und Tipps auf die häufigsten Gesundheitsfragen aus dem Bürobereich. Sie ersetzt aber nicht die Beratung vor Ort, etwa durch den Betriebsarzt und/oder die Fachkraft für Arbeitssicherheit.



### Expertin

**Dr. Martina Reymann,**  
Expertin für Fragen zur  
Gesundheit bei der VBG



Foto: VBG

■ **11. Thüringer VBG-Forum:** Über Verletzungen an Becken, Knie und Händen diskutierten am 8. und 9. April 2011 in Erfurt mehr als 280 Unfallchirurgen und Orthopäden aus dem gesamten Bundesgebiet. Gleichzeitig fand bereits zum vierten Mal die Jahrestagung der Sektion Rehabilitation der DGU (Deutsche Gesellschaft für Unfallchirurgie) statt. Sie befasste sich in diesem Jahr mit „Verletzungen der oberen Extremitäten“. | (sth)

■ **Kirchentag:** Vom 1. bis 5. Juni 2011 findet der 33. Deutsche Evangelische Kirchentag in Dresden statt. Die Veranstalter erwarten etwa 100.000 Dauerteilnehmer. Die Veranstaltungen finden entlang der Elbe, auf dem Messegelände und am Neumarkt statt. Weitere Informationen im Internet unter [www.kirchentag.de/dresden.html](http://www.kirchentag.de/dresden.html)

■ **Sozialversicherungswahl:** Die Sozialversicherungswahl 2011 wird bei der VBG in einer Friedenswahl, also einer Wahl ohne Wahlhandlung, entschieden. Die zukünftigen Vertreter können ab sofort unter [www.vbg.de](http://www.vbg.de), Suchwort „Wahlergebnis“ aufgerufen werden.

■ **Vertreterversammlung:** Am 07. Juli 2011 kommt die Vertreterversammlung der VBG zu ihrer nächsten Sitzung zusammen. Tagungsort ist das Welcome Kongress Hotel Bamberg, Mußstraße 7, 96047 Bamberg. Die Sitzung ist öffentlich und beginnt um 9:00 Uhr. Die Vertreterversammlung ist das höchste Gremium, das Parlament der VBG. Sie entscheidet zum Beispiel über den Haushalt der VBG und ist mit jeweils 42 ehrenamtlichen Vertretern von Arbeitgebern und Versicherten besetzt. Amtierender Vorsitzender ist Arno Metzler (Arbeitgeber), alternierender Vorsitzender Bernd Palsbröker (Versicherte). | (sth)

## SICHERHEITS REPORT Impressum

Die VBG ist eine gesetzliche Unfallversicherung mit über 30 Millionen Versicherungsverhältnissen in Deutschland. Versicherte der VBG sind Arbeitnehmer, freiwillig versicherte Unternehmer, Patienten in stationärer Behandlung und Rehabilitanden, Lernende in berufsbildenden Einrichtungen und bürgerschaftlich Engagierte. Zu den über 900.000 Unternehmen der VBG zählen Unternehmen aus über 100 Gewerbebranchen – vom Architekturbüro bis zur Zeitarbeitsfirma.

**Herausgeber:** VBG, Deelbögenkamp 4, 22297 Hamburg; Postanschrift: 22281 Hamburg; [www.vbg.de](http://www.vbg.de).  
**Verantwortlich für den Inhalt (i.S.d.P.):** Dr. Manfred Fischer. **Chefredaktion:** Daniela Dalhoff (VBG).  
**Redaktion:** Ina Brehmer, Gilbert Brenning, Eckehard Froese, Manuela Gnauck-Stuwe, Michael Golombiewski, Dominik Heydweiller, Holger Kähler, Matthias Michaelis, Dr. Andreas Weber (VBG), Michael John, Dr. Michael Krause, Dr. Friedrich Müller, Stefan Thissen (wdv). **Bildredaktion:** Constanze Kaiser.  
**Gestaltung:** Susanne Ischner. **Art Direktion:** Björn Kapsch. **Verlag und Anzeigenverwaltung:** wdv Gesellschaft für Medien & Kommunikation mbH & Co. OHG, Siemensstraße 6, 61352 Bad Homburg.

**Druck:** Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, Industriestraße 21, 22880 Wedel.

**Erscheinungsweise:** vierteljährlich, Nr. 2/2011. Der Bezugspreis für den Sicherheitsreport ist durch den Beitrag abgegolten. Nachdruck mit Quellenangaben und nach Vereinbarung mit der VBG gestattet. Bestellnummer: 01-05-5120-9. [www.vbg.de/sicherheitsreport](http://www.vbg.de/sicherheitsreport)

Beitragsbescheid 2010

## Beitrag bleibt stabil

■ Die über 900.000 Mitgliedsunternehmen zahlen rückwirkend für 2010 durchschnittlich 0,84 Prozent der Entgeltsumme als Mitgliedsbeitrag an die gesetzliche Unfallversicherung VBG.

Der Beitragssatz zur gesetzlichen Unfallversicherung VBG bleibt gegenüber dem Vorjahr stabil. Der VBG-Vorstand hat entschieden: Der Beitragssatz der Umlage für Pflicht- und freiwillig Versicherte liegt bei 4,80 Euro (Vorjahr: 4,80 Euro). Die freiwillige Unfallversicherung für gewählte Ehrenamtsträger bleibt mit 2,73 Euro je Versichertem stabil.

### Lastenverteilung

Der Beitragsbescheid der VBG enthält neben dem reinen BG-Beitrag einen gesetzlich vorgegebenen Lastenausgleich und eine Lastenverteilung zwischen den neun Berufsgenossenschaften. Durch das Unfallversicherungsmodernisierungsgesetz (UVMG), das im November 2008 in Kraft getreten ist, wird der Lastenausgleich innerhalb von sechs Jahren stufenweise durch das System der Lastenverteilung ersetzt. Die Mitgliedsunternehmen der VBG werden hierdurch stärker belastet. Die VBG hat erreicht, dass die nicht zu verhindernde Anpassung stufenweise in einem angemessenen Zeitraum stattfindet. Das Umlagevolumen der VBG liegt bei 273,1 Mio. Euro (2009: 211,47 Mio. Euro).

### Informationen im Internet

Ausführliche Informationen zu den einzelnen Bestandteilen des Beitragsbescheides stehen auf der VBG-Website [www.vbg.de/mitgliedschaft/beitraege](http://www.vbg.de/mitgliedschaft/beitraege) zur Verfügung. | (sth)

### VBG-Jahresbericht 2010

Der VBG-Jahresbericht wird im Juli auf der VBG-Website veröffentlicht unter [www.vbg.de/jahresbericht](http://www.vbg.de/jahresbericht)

www.vbg.de  
**Wir sind für Sie da!**

**Online-Geschäftsstelle:** SERVICE@VBG unter www.vbg.de

**Callcenter der VBG:** 040 5146-2940

**Service-Hotline für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz:**

0180 5 8247728 (0,14 €/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 0,42 €/Min.)

**Notfallhotline für Arbeitnehmer im Auslandseinsatz:**

0049 (0) 89 7676-2900 (rund um die Uhr)

**Seminarbuchungen: online:** www.vbg.de/seminare

Montag bis Freitag von 6.30 bis 20 Uhr

**Telefonisch in Ihrer VBG-Bezirksverwaltung:** Montag bis Donnerstags 8–17 Uhr, Freitag 8–15 Uhr

VBG – 22281 Hamburg  
 PVSt, Deutsche Post AG, Entgelt bezahlt

Adressänderungen melden Sie bitte Ihrer Bezirksverwaltung.

**Für Sie vor Ort – die VBG-Bezirksverwaltungen:**

**Bergisch Gladbach**

Kölner Straße 20 • 51429 Bergisch Gladbach  
 Tel.: 02204 407-0 • Fax: 02204 1639  
 E-Mail: BV.BergischGladbach@vbg.de

**Berlin**

Markgrafenstraße 18 • 10969 Berlin  
 Tel.: 030 77003-0 • Fax: 030 7741319  
 E-Mail: BV.Berlin@vbg.de

**Bielefeld**

Nikolaus-Dürkopp-Straße 8 • 33602 Bielefeld  
 Tel.: 0521 5801-0 • Fax: 0521 61284  
 E-Mail: BV.Bielefeld@vbg.de

**Dresden**

Wiener Platz 6 • 01069 Dresden  
 Tel.: 0351 8145-0 • Fax: 0351 8145-109  
 E-Mail: BV.Dresden@vbg.de

**Duisburg**

Wintgensstraße 27 • 47058 Duisburg  
 Tel.: 0203 3487-0 • Fax: 0203 2809005  
 E-Mail: BV.Duisburg@vbg.de

**Erfurt**

Koenbergstraße 1 • 99084 Erfurt  
 Tel.: 0361 2236-0 • Fax: 0361 2253466  
 E-Mail: BV.Erfurt@vbg.de

**Hamburg**

Friesenstraße 22 • 20097 Hamburg  
 Fontenay 1a • 20354 Hamburg  
 Tel.: 040 23656-0 • Fax: 040 2369439  
 E-Mail: BV.Hamburg@vbg.de

**Ludwigsburg**

Martin-Luther-Straße 79  
 71636 Ludwigsburg  
 Tel.: 07141 919-0 • Fax: 07141 902319  
 E-Mail: BV.Ludwigsburg@vbg.de

**Mainz**

Isaac-Fulda-Allee 3 • 55124 Mainz  
 Tel.: 06131 389-0 • Fax: 06131 371044  
 E-Mail: BV.Mainz@vbg.de

**München**

Ridlerstraße 37 • 80339 München  
 Tel.: 089 50095-0  
 Fax: 089 5024877  
 E-Mail: BV.Muenchen@vbg.de

**Würzburg**

Riemenschneiderstraße 2  
 97072 Würzburg  
 Tel.: 0931 7943-0 • Fax: 0931 7842-200  
 E-Mail: BV.Wuerzburg@vbg.de

**Prüfung und Zertifizierung von Arbeitsmitteln der Bereiche**

**Fachausschuss Verwaltung**  
 Prüf- und Zertifizierungsstelle  
 Deelbögenkamp 4 • 22297 Hamburg  
 Tel.: 040 5146-2775  
 Fax: 040 5146-2014  
 E-Mail: HV.Pruefzert@vbg.de

**VBG-Akademien für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz:**

**Akademie Dresden**

Königsbrücker Landstraße 4c  
 01109 Dresden  
 Tel.: 0351 88923-0  
 Fax: 0351 88349-34  
 E-Mail: Akademie.Dresden@vbg.de  
 Hotel-Tel.: 0351 457-3000

**Akademie Gevelinghausen**

Schloßstraße 1 • 59939 Olsberg  
 Tel.: 02904 9716-0  
 Fax: 02904 9716-30  
 E-Mail: Akademie.Olsberg@vbg.de  
 Hotel-Tel.: 02904 803-0

**Akademie Lautrach**

Schloßstraße 1 • 87763 Lautrach  
 Tel.: 08394 92613  
 Fax: 08394 1689  
 E-Mail: Akademie.Lautrach@vbg.de  
 Hotel-Tel.: 08394 910-0

**Akademie Storkau**

Hotel Schloss Storkau  
 Im Park 1 • 39590 Tangermünde/OT Storkau  
 Tel.: 039321 531-0  
 Fax: 039321 531-23  
 E-Mail: Akademie.Storkau@vbg.de  
 Hotel-Tel.: 039321 521-0

**Klinik für Berufskrankheiten**

Münchner Allee 10 • 83435 Bad Reichenhall  
 Tel.: 08651 601-0  
 Fax: 08651 601-1021  
 E-Mail: bk-klinik@vbg.de  
 www.bk-klinik-badreichenhall.de

**Bei Beitragsfragen:**

Tel.: 040 5146-2940  
 Fax: 040 5146-2771, -2772  
 E-Mail: HV.Beitrag@vbg.de

**VBG – Ihre gesetzliche Unfallversicherung**

Deelbögenkamp 4 • 22297 Hamburg  
 Tel.: 040 5146-0  
 Fax: 040 5146-2146  
 E-Mail: HV.Hamburg@vbg.de  
 www.vbg.de

