

Sicherheitsreport

Das Magazin der  VBG

4/2014

Seminare 2015

Jetzt Plätze sichern

Arbeitsschutzausschuss

Ein Team für Sicherheit

Selbsttest

Wie führe ich noch besser?



**Seminare
online buchen**

www.vbg.de/seminare
ab dem 9. Oktober

Seminare 2015 online finden und Plätze sichern!

Buchungsbeginn **online:**

ab 9. Oktober 2014

unter www.vbg.de/seminare

Buchungsbeginn **telefonisch:**

ab 13. Oktober in den

VBG-Bezirksverwaltungen

Rückfragen zur Buchung?

Telefonisch erreichen Sie Ihre zuständige Bezirksverwaltung montags bis donnerstags von 8.00 bis 17.00 Uhr und freitags von 8.00 bis 15.00 Uhr.

Welche Bezirksverwaltung für Sie zuständig ist, können Sie auf www.vbg.de/standorte prüfen.

● Bergisch Gladbach

E-Mail: BV.BergischGladbach@vbg.de
Seminarbuchung: Tel.: 02204 407-165

● Berlin

E-Mail: BV.Berlin@vbg.de
Seminarbuchung: Tel.: 030 77003-109

● Bielefeld

E-Mail: BV.Bielefeld@vbg.de
Seminarbuchung: 0521 5801-165

● Dresden

E-Mail: BV.Dresden@vbg.de
Seminarbuchung: Tel.: 0351 8145-167

● Duisburg

E-Mail: BV.Duisburg@vbg.de
Seminarbuchung: Tel.: 0203 3487-106

● Erfurt

E-Mail: BV.Erfurt@vbg.de
Seminarbuchung: Tel.: 0361 2236-415

● Hamburg

E-Mail: BV.Hamburg@vbg.de
Seminarbuchung: Tel.: 040 23656-165

● Ludwigsburg

E-Mail: BV.Ludwigsburg@vbg.de
Seminarbuchung: 07141 919-354

● Mainz

E-Mail: BV.Mainz@vbg.de
Seminarbuchung: Tel.: 06131 389-180

● München

E-Mail: BV.Muenchen@vbg.de
Seminarbuchung: Tel.: 089 50095-165

● Würzburg

E-Mail: BV.Wuerzburg@vbg.de
Seminarbuchung: Tel.: 0931 7943-407



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

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

● Akademie Untermerzbach

Schlossweg 2 • 96190 Untermerzbach
Tel.: 09533 7194-0 • Fax: 09533 7194-499
E-Mail: Akademie.Untermerzbach@vbg.de
Hotel-Tel.: 09533 7194-100

Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

Wer ein Unternehmen führt, hat vielfältige Aufgaben. Der Arbeitsschutz ist eine davon. Professionell damit umzugehen, heißt für Sicherheit und Gesundheit im eigenen Unternehmen zu sorgen und rechtssicher zu handeln. Dafür bietet die VBG die erforderlichen Qualifizierungen an – gut organisiert und an den Erfordernissen unserer Mitglieder ausgerichtet. Das mehr als 300 Seminararten umfassende Angebot wird regelmäßig nach DIN EN ISO zertifiziert. Vor allem aber entwickeln wir die Qualifizierung anhand der Rückmeldungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer ständig weiter. Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zur Didaktik fließen dabei ein. Aktuell haben wir das Seminarangebot optimiert und durch zusätzliche Orte die Teilnahme erleichtert. Denn wir wissen: Wer seine Beschäftigten zur Schulung entsendet oder sich selbst Zeit für eine Qualifizierungsmaßnahme nimmt, hat zu Recht hohe Erwartungen. Die Zeit muss gut investiert sein und einen hohen praktischen Nutzen nach sich ziehen. Nehmen Sie sich deshalb im Vorfeld genug Zeit, das Seminar für sich oder Ihre Beschäftigten auszuwählen: Auf unserer Webseite finden Sie dafür übersichtliche und aussagekräftige Informationen. Das Buchen ist dann – vor allem online – schnell erledigt. Und die Qualifikation wird Ihnen helfen, den vielfältigen Anforderungen Ihres Arbeitsalltags gerecht zu werden.



Ihre
 Angelika Hölscher
 Vorsitzende der Geschäftsführung der VBG



■ Meldungen

4-5

■ Sicher & gesund

Seminarangebot 2015 Die Qualität stimmt!	6
Seminare 2015 Übersichtliche Vielfalt	8
Suchen, finden, buchen In drei Schritten zur Seminarbuchung	9
Seminarbesuch 2015 Die wichtigsten Fragen und Antworten	11
Das Serviceteam der VBG-Akademien „Wir helfen schnellstmöglich weiter“	12
So urteilen die Seminarbesucher „Hervorragende Dozenten und interessante Inhalte“	13

■ Mensch & Arbeit

Selbsttest Wie führe ich noch besser?	15
Arbeitsschutzausschuss Das Team für den sicheren Betrieb	16
Ergonomie Büro to go	18
Pendeln Nicht auf der Strecke bleiben	20
Versicherungsschutz „Arbeit steht immer im Zentrum“	21
Inklusion – so funktioniert's „Das ist für mich Routine“	22
Chronische Erkrankungen „Im Alltag kein Problem“	24

■ Branchenforum

VBG-Präventionspreis Sport Schalke ist Präventionsmeister	25
Präventionskampagne „Sei kein Dummy“ „Das Paket ist superpraktisch“	26
Verkehrsunternehmen Dem Trauma zuvorkommen	28
Veranstaltungswirtschaft Standards: Branchenwissen zum Nachlesen	30
■ Service	
Entgeltnachweis 2014	31
Termine	31

Neu geregelt: DGUV Vorschrift 1

Am 1. Oktober 2014 sind die Unfallverhütungsvorschrift „Grundsätze der Prävention“ DGUV-Vorschrift 1 und die zugehörige DGUV-Regel 100-001 in Kraft getreten. Sie lösen die Unfallverhütungsvorschrift BGV A1 und die BGR A1 sowie die GUV V A1 und GUV R A1 ab. Dadurch werden die nahezu identischen Versionen bei Berufsgenossenschaften und Unfallkassen in einer einheitlichen Unfallverhütungsvorschrift mit zugehöriger Regel zusammengeführt. Für die praktische Arbeit in den Unternehmen geben sich wenige Veränderungen. Einige Festlegungen werden deutlicher formuliert ohne die eigentliche Anforderung zu ändern. (FS)

i Info

www.dguv.de, Webcode: d943798

Systematisch den Rücken stärken

Die Leitmerkmalmethode hilft, Belastungen des Muskel-Skelett-Systems zu erfassen und zu reduzieren. Formblätter mit integrierter Rechenhilfe gibt es online für drei Anwendungsbereiche: Heben und Tragen, Ziehen und Schieben und für manuelle Arbeitsprozesse. Anhand von vier Leitmerkmalen können Verantwortliche im Betrieb Risikowerte für ihre Beschäftigten ermitteln. Dies hilft insbesondere bei vertiefenden Gefährdungsbeurteilungen. „Aus dieser Risikoabschätzung lässt sich ableiten, an welchen Stellen nachgebessert werden muss“, sagt Karl-Heinz Jung, Präventionsexperte bei der VBG. Die Leitmerkmalmethode sei ein erprobtes und von Praktikern geschätztes Tool, lobt er und empfiehlt, bei der Anwendung der Methode die Fachkraft für Arbeitssicherheit und die Betriebsärztin oder den Betriebsarzt zu beteiligen. (RG)

i Info

www.vbg.de, Suchwort: Leitmerkmalmethode



Bewegt bei Facebook

„Deutschland bewegt Herbert“ – unter dieser Präsenz lädt die Präventionskampagne „Denk an mich. Dein Rücken“ auf Facebook ein. Egal ob Boxen, Tanzen oder Klettern, Ziel ist es, das Gewohnheitstier Herbert aus dem Alltagstrott zu holen und für Bewegung zu begeistern. Seit Beginn der Aktion ändert der Bewegungsmuffel Herbert sein Leben und nimmt die sportlichen Herausforderungen seiner Follower an. In kurzen Filmsequenzen und Posts präsentiert er, welchen Sport er ausprobiert hat und wie es ihm dabei ergangen ist. (HA)

i Info

www.facebook.com/deutschlandbewegtherbert



39.960

Menschen haben 2013 ein Seminar der VBG gebucht. Die VBG ist damit einer der größten Bildungsträger Deutschlands.

Sicher in der Zeitarbeit

Neue Medien der VBG

1. Die Broschüre „**Praxis-Check Zeitarbeit**“ richtet sich insbesondere an kleine Zeitarbeitsunternehmen. Die Handlungshilfe zeigt Unternehmerinnen und Unternehmern, wie sie die Arbeit in der Geschäftsstelle sicher und effektiv gestalten können. Ein Selbsttest macht deutlich, wie gut die Gefährdungsbeurteilung im Überlassungsprozess beherrscht wird.
2. Die Kurz-Broschüre „**5 Arbeitsschutzregeln der Zeitarbeit**“ führt denjenigen, die Personalentscheidungen treffen, die wichtigsten Aspekte für eine sichere und gesundheitsgerechte Zeitarbeit vor Augen. Das Ziel ist ein wirtschaftlicher und störungsfreier Überlassungsprozess, der mithilfe zahlreicher praktischer Tipps erreicht werden kann.
3. Die Fragebögen „**Rückenschonend arbeiten**“ und „**Rückenschonend arbeiten im Büro**“ sind Teil der Kampagne „Denk an mich. Dein Rücken“. Mit je zehn Fragen zu Themen wie Bildschirmarbeit, Arbeitsstuhl oder Heben und Tragen, helfen sie bei der Unterweisung und Dokumentation. (HA)

Info

- Broschüre „Praxis-Check Zeitarbeit“, www.vbg.de/zeitarbeit
- Broschüre „5 Arbeitsschutzregeln der Zeitarbeit“, www.vbg.de/zeitarbeit
- VBG-Fragebogen FB 34 „Rückenschonendes arbeiten im Büro“, VBG-Fragebogen FB 35 „Rückenschonend arbeiten“, www.vbg.de/zeitarbeit

Top 5 der VBG-Seminare

Einige der beliebtesten Seminare 2013

1.

Ausbildung zum **Sicherheitsbeauftragten** in Büro und Verwaltungen – Teil 1 (SIB1A – Einführungsseminar): 130 Seminartermine mit 2.621 Buchungen

2.

Disposition **Zeitarbeit** – sicher, gesund und erfolgreich: Arbeitsschutz für Personalentscheidungsträger (Teil A) (PETAZ): 95 Seminartermine mit 1.884 Buchungen

3.

Seminar für **Personaldienstleistungskaufleute** – Teil 2 (PDK2Z): 63 Seminartermine mit 1.259 Buchungen

4.

Stress systematisch angehen (SHH M): 29 Seminartermine mit 501 Buchungen

5.

Arbeitsschutz als **Chiefsache** – mit dem Spezial Betriebssicherheit (ACB A): 19 Seminartermine mit 409 Buchungen



Seminarangebot 2015

DIE QUALITÄT STIMMT!

In den Seminaren der VBG wird der Praxisbezug großgeschrieben. Das garantiert eine effektive Qualifizierung und einen hohen praktischen Nutzwert für das Unternehmen.

Die Arbeitswelt ändert sich stetig. Und damit auch die Anforderungen an ihre Akteure und den Arbeitsschutz. Neue betriebliche Organisationsformen und Techniken kommen und verdrängen Althergebrachtes. Unfälle und Krankheiten sollen trotzdem vermieden und die Rechtssicherheit für den Betrieb erhalten werden. Um den sich wandelnden Anforderungen gerecht zu werden, ist deshalb ein

breites Spektrum an Kompetenzen erforderlich, die von Fach- über Methoden- bis zur Sozialkompetenz reichen. Dafür müssen sich die verantwortlichen Akteure solide aus- und weiterbilden. Eine Schwerpunktaufgabe der VBG besteht deshalb darin, Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte sowie weitere Arbeitsschutzakteure für Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit zu

qualifizieren. „In unseren VBG-Seminaren unterstützen wir die Akteure, diese Kompetenzen weiterzuentwickeln, um die Aufgaben im Arbeitsschutz zukunftsfähig umsetzen zu können“, sagt Karin Albers, Leiterin des Referats Qualifizierung der VBG. „Wir schneiden unsere Konzepte passgenau auf die jeweilige Branche und auf die jeweiligen Funktionen und Rollen der Zielgruppen im Unternehmen



zu, damit sie unmittelbar von den Seminaren profitieren können.“

Bedarfsgerechtes Seminarangebot

Das Seminarangebot der VBG ist bedarfsgerecht und orientiert sich an den Erfordernissen der Betriebe. Es konzentriert sich auf die Präventionsschwerpunkte der VBG und ist damit konsequenter Bestandteil einer abgestimmten Präventionsstrategie.

„Die VBG-Seminare sind praxisorientiert, richten sich nach den Unternehmensabläufen und unterstützen die teilnehmenden Multiplikatoren darin, nach dem Seminar Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz wirksam im Unternehmen umsetzen zu können“, erklärt Albers. „Wir wollen mit ihnen

Neugierde und Interesse für die Prävention wecken. Deshalb setzen wir bei drängenden Problemen an und erarbeiten für diese im Austausch mit den anderen Teilnehmerinnen und Teilnehmern stimmige Lösungen.“ Mit Erfolg! Den betrieblichen Nutzen und die Durchführungsqualität der Seminare haben die Teilnehmenden bisher durchweg äußerst positiv beurteilt.

„Dafür ist es wichtig, dass sich unsere Kunden im Vorfeld genau überlegen, ob das gewünschte Seminar wirklich den entsprechenden Vorerfahrungen und dem jeweiligen spezifischen Einsatzgebiet entspricht. Nur dann können sie von dem Seminar profitieren“, betont Albers. „Die Ankündigungstexte im Internet sollten deshalb im Vorfeld genau gelesen werden.“ Die Inhalte der Seminare knüpfen an Interessen, Erfahrungen und be-

triebliche Aufgabenstellungen an. Auf dieser Grundlage können neue Kenntnisse und Fähigkeiten erlernt werden. Erarbeitet werden die Inhalte mit der „SPASS“-Methode. Das Akronym bedeutet, dass selbstgesteuert, problemlösend, aktiv, an betrieblichen Situationen orientiert und im sozialen Austausch gelernt wird. „Damit sorgen wir für eine intensive Auseinandersetzung mit alten und neuen Erfahrungen. Gleichzeitig ermöglicht diese Vorgehensweise, sich selbst und das eigene Handeln zu reflektieren“, sagt Albers. Unterstützt werden die Teilnehmenden dabei von den Dozentinnen und Dozenten der VBG. Diese sind fachlich und didaktisch so qualifiziert, dass sie den Lernprozess als kompetente Partner unterstützen. „Sie helfen den Teilnehmenden, sich mit den Fragestellungen des Seminars auseinanderzusetzen und sich die Kompetenzen anzueignen, die sie zum Handeln im Betrieb befähigen“, so Albers.

Zertifizierte Qualität

Das Seminarmanagement wird regelmäßig überprüft. Das Ziel ist, eine noch effizientere Kosten-Nutzen-Wirkung der Qualifizierung zu erreichen.

Um wichtige Kundengruppen, wie zum Beispiel Unternehmerinnen und Unternehmer aus Schwerpunktbereichen, besser zu erreichen, wurde die zusätzliche Möglichkeit geschaffen, Seminare ortsnahe, außerhalb der Akademien anzubieten.

Die Seminare der VBG stehen für Qualität. Diese wird regelmäßig nach DIN EN ISO 9001:2008 geprüft und zertifiziert. (FS)

Info

www.vbg.de/seminare



Seminare 2015

Übersichtliche Vielfalt

Das Qualifizierungsangebot der VBG richtet sich an alle Mitgliedsbetriebe. Die mehr als 300 Seminararten sind aus diesem Grund nach Branchen, Zielgruppen und Themen unterteilt. So kann jedes Unternehmen aus dem umfassenden Angebot treffsicher das jeweils passende Seminar für die Multiplikatoren im Betrieb auswählen.

Unter den branchenspezifischen Seminaren finden Sie passgenaue Angebote, die auf branchentypische Themen und Zielgruppen zugeschnitten sind.

Eine Vielzahl von Fragestellungen wird zudem in branchenübergreifenden Seminaren angesprochen.

Wenn Sie bei den branchenspezifischen Seminaren nicht fündig werden, dann lohnt sich also ein Blick auf die branchenübergreifenden Seminare, die zu einer Vielzahl von Themen und für spezielle Arbeitsschutzakteure angeboten werden.

Ob Sie von einem Seminar profitieren, erkennen Sie an der Seminarbeschreibung: Optimal für Sie sowie die Seminargruppe ist es, wenn Sie zur Zielgruppe zählen und der versprochene Nutzen Ihren Fragestellungen entspricht. (FS)

Info

www.vbg.de/seminare

Seminarangebot 2015

Branchenspezifische Seminare

- | | |
|--------------------------------------|-------------------------------|
| ● Bildungseinrichtungen | ● Kreditinstitute |
| ● Bühnen und Studios | ● ÖPNV und Bahnen |
| ● Glas und Keramik | ● Sicherheitsdienstleistungen |
| ● Ingenieure, Architekten, Bauplaner | ● Sport |
| ● Kirchen | ● Tierhaltung |
| | ● Zeitarbeit |

Branchenübergreifende Seminare

Spezielle Zielgruppen aus allen Branchen

- Unternehmer/Führungskräfte/freiberuflich Tätige
- Betriebs-, Personalräte und Mitarbeitervertretungen
- Betriebsärzte
- Fachkräfte für Arbeitssicherheit – Aus- und Fortbildung
- Fachkräfte für Arbeitssicherheit – Branchenwechsler
- Sicherheitsbeauftragte – Aus- und Fortbildung

Seminare zu weiteren Themen

- Arbeitsschutz organisieren
- Beleuchtung, Klima, Lärm
- Bauplanung und Baustellen-sicherheit
- Bildschirm- und Büroarbeit
- Gefahrstoffe
- Geräte, Maschinen, Anlagen
- Gesundheit im Betrieb
- Kommunikation
- Verkehrs- und Transport-sicherheit



Suchen, finden, buchen

In drei Schritten zur Seminarbuchung

Sichern Sie sich rechtzeitig Ihren Seminarplatz. Die Buchung ist ab dem 9. Oktober 2014 online möglich. Hier zeigen wir Ihnen, wie es geht.

1.

SUCHEN

Die etwa 300 unterschiedlichen Seminararten können Sie direkt auf www.vbg.de durchsuchen. Die Suche ist nach Branche oder branchenübergreifend nach Thema oder Zielgruppe möglich. Entscheiden Sie zunächst, in welcher Kategorie Sie suchen wollen. Haben Sie schon das Seminarkürzel oder ein Stichwort, können Sie auch direkt danach suchen. Im Seminar-PDF finden Sie zusätzlich einen systematischen Überblick über das Gesamtangebot mit allen Details.

2.

FINDEN

Innerhalb der gewählten Kategorien werden Ihnen die einzelnen Seminare angezeigt. Dort klicken Sie das gewünschte Seminar an, um die Seminarbeschreibung zu lesen. Im Seminar-PDF finden Sie die Beschreibung direkt unter dem Semintitel. Achten Sie darauf, dass Sie wirklich zur Zielgruppe gehören – nur dann profitieren Sie und Ihr Unternehmen optimal vom Seminarbesuch.

3.

BUCHEN

Unter jeder Seminarbeschreibung finden Sie alle Termine und Seminarorte, in denen das Seminar angeboten wird. Ab **9. Oktober** können Sie online buchen! Die Buchung per Telefon oder Fax ist ab **13. Oktober** möglich. Die entsprechenden Telefon- und Faxnummern finden Sie auf Seite 2 dieser Ausgabe. Halten Sie für die Buchung die Mitgliedsnummer des Unternehmens und – falls vorhanden – Ihre persönliche Kundennummer bereit. (FS)



Seminarbesuch 2015

Die wichtigsten Fragen und Antworten

Wollen Sie noch etwas zum Seminarangebot der VBG wissen? Hier finden Sie die Antworten zu den am häufigsten gestellten Fragen.

Wer kann sich anmelden?

Alle Personen, die eine Aufsichts- oder Multiplikatorfunktion in den Bereichen Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz innehaben: zum Beispiel Unternehmerinnen und Unternehmer, Führungskräfte, Betriebs- und Personalräte, Mitarbeitervertretungen, Sicherheitsbeauftragte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Betriebsärztinnen und -ärzte und – je nach Branche – andere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Einfluss auf die sichere und gesunde Gestaltung der Arbeit haben.

Wer sind die Dozentinnen und Dozenten?

Es handelt sich sowohl um VBG-interne als auch externe Fachleute für Prävention. Alle sind erfahrene Expertinnen und Experten für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz – aus den Branchen, aus Betrieben und aus der Unternehmens- sowie Beratungspraxis. Sie führen die Seminare in interdisziplinären Teams durch und gewährleisten so eine praxisnahe und nachhaltige Qualifizierung.

Wie viele Seminare kann man pro Jahr besuchen?

In der Regel kann jedes Seminar auch nur einmal besucht werden. Pro Jahr können Sie an drei unterschiedlichen Seminaren teilnehmen. Diese Begrenzungen ermöglichen es vielen Mitgliedsunternehmen und Personen, von Seminaren der VBG zu profitieren. In der Regel können bis zu drei Personen aus dem selben Unternehmen teilnehmen.

Wie viel kostet ein Seminarbesuch?

Die Kosten für die Teilnahme sind im VBG-Mitgliedsbeitrag bereits enthalten. Es entstehen also keine zusätzlichen Kosten. Die VBG kommt für Unterbringung und Verpflegung auf, auch die Seminar- und Info-Materialien werden kostenlos zur Verfügung gestellt. Außerdem werden die Fahrtkosten von

der Arbeitsstätte zum jeweiligen Veranstaltungsort erstattet. Bei Anreise mit dem Pkw erfolgt die Erstattung über eine Pauschale in Höhe von 40 Cent pro Kilometer für die einfache Entfernung. Bei Anreise mit der Bahn erstattet die VBG die Kosten für ein Bahnticket 2. Klasse in voller Höhe.

Buchungsbeginn

Online: ab 9. Oktober 2014
unter www.vbg.de/seminare

Telefonisch: ab 13. Oktober in den
VBG-Bezirksverwaltungen

Kann ein Seminar kurzfristig abgesagt werden?

Bitte beachten Sie, dass Ihre Anmeldung für uns verbindlich ist. Durch kurzfristige Absagen entstehen der VBG hohe Kosten, und anderen Interessierten wird zudem die Möglichkeit genommen, an dem entsprechenden Seminar teilzunehmen. Sollten Sie an Ihrem gebuchten Seminar nicht teilnehmen können, haben Sie jedoch die Möglichkeit bis zu zehn Tage vorher kostenfrei zu stornieren. Auch wenn eine geeignete Ersatzperson Ihres Unternehmens stattdessen zum Seminar angemeldet wird, entstehen Ihnen keine Kosten. Wenn die Stornierung Ihres Seminars allerdings weniger als zehn Kalendertage vor Seminarbeginn bei der VBG eingeht, erheben wir eine Stornogebühr in Höhe von 150,00

Euro. Gleiches gilt, wenn eine angemeldete Person ohne Absage nicht zum Seminar erscheint.

Wie lange dauert ein Seminar?

Grundsätzlich beginnen die Seminare am Anreisetag um 13:30 Uhr und enden am Abreisetag um 12:00 Uhr. Wochenendseminare beginnen in der Regel am Samstagmorgen und enden am Sonntag. Die genauen Zeiten teilt die VBG den Teilnehmenden in der Einladung mit.

Wie kann man sich zum oder zur Sicherheitsbeauftragten ausbilden lassen?

Die Ausbildung umfasst in der Regel zwei dreitägige Seminare sowie als Fortbildung die VBG-SIB-Tage. Natürlich kann man bei Bedarf auch zusätzliche Seminare zu bestimmten Themenschwerpunkten besuchen, und für einige Branchen bietet die VBG auch spezielle SIB-Ausbildungen an.

Wie sieht die Ausbildung zur Fachkraft für Arbeitssicherheit aus?

Diese anspruchsvolle Ausbildung besteht in der Regel aus fünf Wochenseminaren und einem dreitägigen Seminar, ergänzt um Selbstlernphasen.

Wo finden die Seminare statt?

Veranstaltungsorte sind in der Regel die VBG-Akademien für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz in Lautrach, Dresden, Gelinghausen, Storkau und Untermerzbach. Die Adressen und Anfahrtsskizzen finden die Mitgliedsunternehmen unter www.vbg.de/seminare sowie auf Seite 2 dieser Ausgabe des VBG-Sicherheitsreports. (FS)

Info

www.vbg.de/seminare



Zülya Carh,
Mitarbeiterin im
Serviceteam der
VBG-Akademie
in Untermerzbach

Das Serviceteam der VBG-Akademien

„Wir helfen schnellstmöglich weiter“

Das Serviceteam der VBG-Akademien steht den Seminarteilnehmerinnen und -teilnehmern bei allen Fragen mit Rat und Tat zur Seite. Auch Zülya Carh aus dem Serviceteam der VBG-Akademie in Untermerzbach hilft, wo sie kann – damit der Seminarbesuch ein voller Erfolg wird!

„Ich unterstütze im Serviceteam der VBG-Akademie in Untermerzbach seit mehr als drei Jahren die Seminarteilnehmer. Dabei kümmere ich mich um alle administrativen Belange der Teilnehmenden sowie der Dozenten und Dozentinnen. Mein Aufgabengebiet ist vielfältig. Es reicht von den Seminarbuchungen, dem Versand der Einladungen und der Vorbereitung der Seminarunterlagen über die Arbeit am Servicepoint bis hin zur Bearbeitung der Reisekosten. Mit den Teilnehmenden komme ich speziell bei der Reisekostenabrechnung vor Ort in Kontakt. Am Telefon beantworte ich Fragen

rund um die Seminarbuchungen und berate auch mal die Fragenden, welche Seminare für ihre Bedürfnisse geeignet sind und welche nicht.

Täglich im Kontakt

Im Vorfeld der Seminare geht es in den Gesprächen mit den Teilnehmenden meist um Terminverschiebungen oder Absagen, um die verschiedenen Möglichkeiten der Anreise oder um Unterkunft und Verpflegung. Zum Beispiel nehme ich spezielle Buchungswünsche entgegen, etwa wenn die Person Vegetarier oder Veganer ist. Wenn es es nötig ist,

suche ich auch mal die passende Zugverbindung für die Heimreise.

Im laufenden Seminarbetrieb betreffen die Rückfragen vor Ort häufig eine Anschlussbuchung. Daneben kopiere ich die Gruppenarbeiten und helfe den Seminarteilnehmenden bei der Orientierung im Haus und der Umgebung.

Egal welches Anliegen, wir helfen schnellstmöglich weiter. Die Teilnehmenden sollen sich ganz und gar auf ihr Seminar konzentrieren können, damit es zu einem vollen Erfolg wird. Um den Rest kümmern wir uns.“ (FS)

So urteilen die Seminarbesucher

„Hervorragende Dozenten und interessante Inhalte“

Knapp 40.000 Menschen buchen im Jahr Seminare der VBG. Vier davon haben wir gefragt, welchen konkreten Nutzen sie für ihre Arbeit aus einem Seminarbesuch bei der VBG ziehen konnten.

Sebastian Löhr,

Bereichsleitung & Qualitätsmanagement, JANUS Sicherheitsdienst GmbH

„In unserem Betrieb bin ich Bereichsleiter. In dieser Funktion bin ich verantwortlich für die Planung und Mitarbeiterführung sowie für die Organisation und Durchführung aller operativen Abläufe innerhalb des Bereichs Sicherheitsdienst der jeweils unterstellten Einsatzgebiete. In den vergangenen Jahren habe ich im Bereich der Sicherungsdienstleistungen viele Seminare besucht, unter anderem ‚Einsatz-, Objekt- und Schichtleitung als Sicherheitskontrolleur‘.

Die Seminare haben es mir ermöglicht, bestehende Einsatzgebiete neu zu strukturieren und ein sicheres Arbeitsumfeld sowie sichere Arbeitsbedingungen zu schaffen.

Grundsätzlich geht es mir und der JANUS Sicherheitsdienst GmbH darum, eine sichere Arbeitsumgebung zu schaffen – deshalb besuchen wir regelmäßig Seminare der VBG. Und natürlich wird durch diese Maßnahmen die Motivation unserer Beschäftigten gestärkt.“



Ronald Schrum-Zöllner,

Ortskraft für Arbeitssicherheit des Evangelisch-Lutherischen Kirchenkreises Rantau-Münsterdorf in Barmstedt

„Ich bin Ortskraft für Arbeitssicherheit im Evangelisch-Lutherischen Kirchenkreis Rantau-Münsterdorf. Dort bin ich für den Arbeitsschutz in 44 Gemeinden und kirchlichen Einrichtungen für rund 900 Beschäftigte zuständig. Der Schwerpunkt meiner Tätigkeit besteht derzeit darin, die Kirchengemeinden und Einrichtungen des Kirchenkreises zu bereisen und den Kirchengemeinderäten die Gefährdungsbeurteilung näherzubringen. Meine ersten VBG-Seminare waren ‚Ausbildung zur Ortskraft für Arbeitssicherheit in Kirchen, Teil 1 und Teil 2‘, an die ich mich nicht nur wegen des hervorragenden Dozenten und der interessanten Inhalte gerne erinnere, sondern auch wegen der tollen Teilnehmergruppe und dem damit verbundenen Erfahrungsaustausch. Ich habe festgestellt, dass es notwendig ist, vor Ort mit den Kolleginnen und Kollegen in den Gemeinden und Einrichtungen zu sprechen. Nur Broschüren verteilen hilft nicht, denn von den Gesprächen profitiere ich auch. Dabei erfahre ich viel mehr, als wenn ich nur darauf warte, bis sich jemand mit einer Frage an mich wendet. Deshalb werde ich als Nächstes das Seminar ‚Kommunikation im Arbeitsschutz – Gesprächsführung für Ortskräfte in Kirchen (GFA K)‘ besuchen, um meine Gesprächsführung weiter zu verbessern. Ich freue mich auf die Möglichkeit, mich und meine Arbeit im geschützten Rahmen eines Seminars reflektieren zu können.“





Markus Kirchschrager,

Bereichsleiter „Organisation und Verwaltung“ der ReiseBank AG

„Ich arbeite seit sieben Jahren bei der ReiseBank AG, einer hundertprozentigen Tochter der DZ BANK. Als Bereichsleiter ‚Organisation und Verwaltung‘ bin ich verantwortlich für die Arbeitssicherheit in den mehr als 90 Geschäftsstellen der ReiseBank und der Zentrale in Frankfurt am Main. Mein erstes VBG-Seminar für Kreditinstitute war das Einführungsseminar ‚Grundlagen der Kassensicherung: Konzepte für eine sichere Bank‘. Hier galt es zunächst, anhand von Fallbeispielen das richtige Konzept für die Kassensicherung zu finden, zu planen und das Konzept in die Praxis umzusetzen.

Die Sicherheit ihrer Beschäftigten hat bei der ReiseBank oberste Priorität, denn die potenzielle Gefährdung der Kolleginnen und Kollegen durch Raubüberfälle besteht leider ständig. Da ist es sehr wichtig, diesen Aspekt bereits früh im Planungsprozess beim Neubau oder der Renovierung von Geschäftsstellen zu berücksichtigen. **So kann man kostengünstig bauen und zugleich rechtliche Rahmenbedingungen einhalten.**

Als Nächstes besuche ich das Aufbauseminar ‚Prävention von Raubüberfällen: Beurteilung der Gefährdung in Kreditinstituten‘. Zu meinen Aufgaben gehört es, jährlich in mehreren Geschäftsstellen eine Gefährdungsbeurteilung durchzuführen. Ich erwarte, in dem Seminar zu lernen, wie ich meine jetzige Vorgehensweise verbessern kann, einen aktuellen Stand der Rechtsprechung zu erhalten und nicht zuletzt zu hören, wie andere Verantwortliche für Arbeitssicherheit in Kreditinstituten arbeiten. Gerade der Austausch mit Kollegen und Kolleginnen, die im gleichen Arbeitsumfeld unterwegs sind, ist bei jedem Seminar der VBG das Salz in der Suppe.“

Frank Roosen,

Niederlassungsleiter des Personaldienstleisters Orizon GmbH

„Als Leiter unserer Niederlassungen in Düsseldorf und Köln bin ich auch dafür verantwortlich, dass unsere Beschäftigten sicher und gesund arbeiten. Deshalb bin ich dankbar für die Unterstützung durch die VBG. Da ich bisher fast ausschließlich im kaufmännischen Bereich tätig war, hatten die Themen der Arbeitssicherheit naturgemäß nicht denselben hohen Stellenwert wie im gewerblichen Bereich. Um aber für weiterführende Aufgabenfelder perfekt gerüstet zu sein, war der Besuch der Kurse für mich ein wichtiges To-do.

In diesem Jahr habe ich zwei Seminare der VBG besucht: ‚Disposition Zeitarbeit – sicher, gesund, erfolgreich: Arbeitsschutz für Personalentscheidungsträger, Teil A und B‘. In den Seminaren konnte ich meine Kenntnisse in Bezug auf die Arbeitssicherheit erweitern. **Sowohl die Erkennung von Gefährdungen und die Analyse von Gefährdungspotenzialen als auch das Aufzeigen von Lösungen zur Gefährdungsvermeidung wurden anschaulich und einprägsam vermittelt.** Im täglichen Umgang haben mir die Seminare ein deutlich erweitertes Wissen, größere Beurteilungssicherheit sowie einen erweiterten Fokus auf diese sensiblen Themen vermittelt.“





Selbsttest

Wie führe ich noch besser?

Möchten Sie Ihre Führungspraxis mit Blick auf die Motivation und Gesundheit Ihres Teams verbessern? Dann investieren Sie zehn Minuten in einen Selbsttest von CConsult, dem Beratungsangebot der VBG. Das Ergebnis ist ein individuelles Profil auf Basis eines wissenschaftlichen Fragebogens.

Wer führt, hat Einfluss auf die psychische Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Ob der eigene Führungsstil dazu geeignet ist, die Ressourcen der Beschäftigten zu aktivieren und ob er sich positiv auf deren Motivation und Gesundheit auswirkt, lässt sich analysieren. Der Selbsttest „Gesundheits- und Entwicklungsförderliche Führungsverhaltens-Analyse“, kurz GEFA, ist ein wissenschaftlich basiertes Instrument, das den besonderen Zusammenhang zwischen Führung und psychischer Gesundheit der Beschäftigten herstellt.

Ein guter Einstieg ins Thema

Der Selbsttest richtet sich an Führungskräfte aller Hierarchieebenen und Branchen. „Unser Ziel ist es, Führungskräfte dabei zu unterstützen, ihre eigene Gesundheitskompetenz zu stärken und ihren Einfluss auf die Gesundheit und Leistungsfähigkeit ihrer Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen zu nutzen“, erklärt Dr. Susanne Roscher, Leiterin des Referats Arbeitspsychologie der VBG. Unter dem Namen CConsult fasst die VBG Informationen, Beratung und konkrete Handlungshilfen für Führungskräfte zusammen.

„Der Selbsttest ist ein guter Einstieg in das Thema gesunde Führung“, lädt Roscher ein,

die rund zehn Minuten in den Fragebogen zu investieren. Das Verhältnis von Führung und Gesundheit ist vielschichtig. Trotzdem ist das Ergebnis des Selbsttests sehr anschaulich: Ein Bild mit roten, gelben und grünen Flächen, in denen das Ranking zu den einzelnen Themenfeldern eingetragen ist, zeigt die individuellen Stärken und Entwicklungsmöglichkeiten.

Ein Bild vom eigenen Führungsverhalten

Diese Visualisierung, ergänzt um Handlungsempfehlungen, steht am Ende der Befragung als Ergebnis zur Verfügung. Roscher: „Dieses Wissen kann Sie darin unterstützen, die Ressourcen Ihrer Beschäftigten zu aktivieren und Sie befähigen, Ihre Beschäftigten gesund zu führen.“

Welchen Einfluss haben Führungskräfte auf die Gesundheit ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter?

- Sie wirken als Multiplikatoren. Sie können gesundheitsförderliche Unternehmenswerte leben und verstärken sowie Maßnahmen zur Gesundheitsförderung aktiv unterstützen.

- Sie üben eine Vorbildfunktion aus, sowohl in Bezug auf soziale Unterstützung und positives Sozialklima als auch in Bezug auf Gesundheitsverhalten (zum Beispiel Pausengestaltung, Ernährung).
- Sie können durch ihren Führungsstil auf die Beanspruchungsbilanz ihrer Beschäftigten positiv einwirken.
- Sie beeinflussen über die Gestaltung der Arbeitsbedingungen (zum Beispiel Aufgabentransparenz, Feedback, Wertschätzung) wesentlich das Wohlbefinden und die Gesundheit der Beschäftigten.
- Sie spielen durch ihr Kommunikationsverhalten eine wichtige Rolle bei der Schaffung einer Präventionskultur im Unternehmen. (*mir*)

Info

- www.cconsult.info/selbsttest
- VBG-Seminare „Sicher und gesund führen als Führungsaufgabe“ (SGFA), „Sicher und gesund führen: Veränderungsmanagement“ (SGVMA) und (SGFVM) (WE), „Sicher und gesund führen: Teamentwicklung fördern“ (SGTFA) und (SGFTM) (WE), www.vbg.de/seminare

Arbeitsschutzausschuss

Das Team für den sicheren Betrieb

Der Arbeitsschutzausschuss im Unternehmen ist das koordinierende Gremium für den betrieblichen Arbeitsschutz. Hier wird über alle Fragen der Arbeitssicherheit und des Gesundheitsschutzes beraten. Dabei gibt es einiges zu beachten.

Im Arbeitsschutzausschuss (ASA) arbeiten Arbeitgeber und Arbeitgeberinnen sowie die Akteure des betrieblichen Arbeitsschutzes eng zusammen. In Betrieben mit mehr als 20 Beschäftigten ist das nach dem Arbeitssicherheitsgesetz (ASiG) sogar Pflicht. Aber auch kleine Betriebe können von den regelmäßigen Arbeitsausschussschutzsitzungen profitieren. Dem Gremium gehören der Arbeitgeber oder ein von ihm Beauftragter, zwei Mitglieder des Betriebsrats, Betriebsärztinnen und -ärzte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit und Sicherheitsbeauftragte an.

Kommunikationsforum zum Nutzen des Betriebs

„Der Arbeitsschutzausschuss sollte nicht als Pflichtveranstaltung verstanden werden“, rät Christoph Stein, Leiter des Referats Arbeitssicherheit bei der VBG. Vielmehr können die Verantwortlichen im Betrieb sich konzentriert zu allen Fragen des Arbeits- und Gesundheitsschutzes austauschen und sich von den internen Fachleuten wie Betriebsärzten und der Fachkraft für Arbeitssicherheit oder den Brandschutzbeauftragten informieren lassen. Wichtige Aufgaben des ASA sind etwa die Analyse des Unfallgeschehens im Betrieb, die Auswertung von Gefährdungsbeurteilungen und die Koordinierung von Maßnahmen im Arbeits- und Gesundheitsschutz. Auch Vorschläge über betriebliche Investitions-

maßnahmen mit Arbeitsschutzrelevanz, wie zum Beispiel der Einsatz neuartiger Maschinen und Geräte können im ASA beraten werden. Fragen der Unternehmenskultur, Mobbing und Zeitmanagement können ebenfalls auf der Tagesordnung stehen. „Der ASA ist ein Kommunikationsforum mit hohem Nutzwert für den Betrieb“, sagt Stein und setzt voraus, dass dabei einige Aspekte in der Organisation und im Ablauf des ASA beachtet werden.

ASA – so funktioniert's

So verweist er darauf, dass gerade in der Anfangsphase häufiger regelmäßige Treffen im ASA sinnvoll sind: „Am besten im Kernteam, das sich aus der Betriebsleitung, dem Betriebsrat, der Fachkraft für Arbeitssicherheit und dem Betriebsarzt zusammensetzt.“ Gesetzlich vorgeschrieben sind vierteljährliche Sitzungstermine. Häufigere Sitzungstermine sind insbesondere auch dann zweckmäßig, wenn dringende Probleme im Arbeitsschutz bearbeitet werden müssen. „Dann lädt der Arbeitgeber oder ein von ihm Beauftragter zur Sitzung ein. Vor Beginn der

Sitzung wird festgelegt, wer das Protokoll übernimmt. Denn jede Sitzung schließt mit einem Kurz- oder Ergebnisprotokoll ab“, beschreibt Stein die Formalitäten. Die Leitung des Arbeitsschutzausschusses übernimmt der Arbeitgeber oder dessen Beauftragter. In der Praxis ist es häufig üblich, dass die Fachkraft für Arbeitssicherheit, gelegentlich auch der Betriebsarzt, die Sitzung moderiert. Um die Sitzung zu strukturieren, werden im Vorfeld





Tagesordnungspunkte festgelegt, die sich nach den betrieblichen Gegebenheiten richten. Die Tagesordnung wird bereits mit der Einladung verschickt. „Die Zusammenarbeit im ASA muss sich einspielen“, weiß Stein, „hilfreich ist dabei auch das VBG-Seminar

„Arbeitsschutzausschuss als wirksames Instrument für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz“, mit dem wir insbesondere die Fachkräfte für Arbeitssicherheit für die Arbeit im ASA fit machen möchten. Schauen Sie doch mal vorbei!“ (RG)

Seminartipp: Arbeitsschutzausschuss als wirksames Instrument für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz (ASA A)

Wie kann der ASA zum Nutzen aller Beteiligten in die betriebliche Arbeitsschutzorganisation eingebunden werden? Welche Themen gehören in den ASA? Worauf kommt es bei der Vorbereitung der ASA-Sitzungen an? Wie werden Sitzungen strukturiert und ergebnisorientiert durchgeführt? Diese und weitere Fragen rund um die Arbeit und die Organisation des ASA werden im Seminar „Arbeitsschutzausschuss als Instrument für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz (ASA A)“ behandelt. Außerdem werden grundlegende Techniken der Moderation und Gesprächsführung angesprochen und geübt. Das Seminar richtet sich an alle Funktionsträger, die aktiv am Arbeitsschutzausschuss ihres Unternehmens teilnehmen, zum Beispiel Führungskräfte, Betriebs- und Personalräte, Schwerbehindertenvertreter, Fachkräfte für Arbeitssicherheit oder Betriebsärzte.

I Info

VBG-Seminar „Der Arbeitsschutzausschuss als Instrument für Sicherheit und Gesundheit“ (ASA A), www.vbg.de/seminare



Moderne Büroarbeitsstühle ermöglichen dynamisches Sitzen. Das heißt, mal aufrecht, mal vorgebeugt, mal zurückgelehnt sitzen. Dabei ist es wichtig, dass die Wirbelsäule, vor allem im Lendenwirbelsäulenbereich, gestützt und so der einseitigen Belastung der Wirbelsäule vorgebeugt wird. Empfehlenswert sind auch Rückenlehnen, die sowohl frei schwingen können als auch feststellbar sind.



Beim Telefonieren bitte einmal aufstehen. Wer den Kollegen und Kolleginnen etwas zu sagen hat, sollte ruhig auch mal persönlich vorbeischaun. Dabei nicht lange auf den Aufzug warten – lieber die Treppe nehmen!



Ergonomie

BÜRO TO GO

Etwa die Hälfte aller Erwerbstätigen in Deutschland arbeitet im Büro – die meisten davon sitzen zu viel und bewegen sich zu wenig. Das ermüdet die Muskeln, die beim Dauersitzen statische Haltearbeit verrichten müssen. Die schmerzhaften Folgen können Verspannungen und schlimmstenfalls Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems sein. Dagegen hilft nur eins: Bewegung!



Stellen Sie Drucker, Fax- und Kopiergeräte in einem gesonderten Technikraum auf. So ist man gezwungen, aufzustehen und ein paar Schritte zu gehen, etwa um Kopien zu machen oder ein Fax zu senden. Ein weiteres Plus: Es wird leiser im Büro.



„Muskulatur, die nicht regelmäßig bewegt wird, verkümmert irgendwann. Sie wird nicht mehr ausreichend versorgt“, weiß Andreas Stephan, Leiter des Sachgebiets Büro der VBG. Doch gerade die Muskulatur – unser größtes Stoffwechselorgan – sorgt nicht nur dafür, dass zum Beispiel unsere Wirbelsäule einen starken Halt hat, sie erfüllt auch wichtige Aufgaben für unsere psychische Gesundheit.

Meetings können je nach Anzahl der Teilnehmerinnen und Teilnehmer auch im Stehen erfolgen. Besprechungen in kleiner Runde lassen sich auch einmal bei einem Gang durch den Stadtpark führen. Auch höhenverstellbare Schreibtische erleichtern den Wechsel zwischen Arbeiten im Sitzen und im Stehen.



Gymnastik zwischendurch tut gut und löst Verspannungen.faltblätter mit Übungen können bei der VBG bestellt und an die Beschäftigten ausgeteilt werden.

„Unter Stress werden Hormone ausgeschüttet, die den Körper in Alarmbereitschaft versetzen“, sagt Stephan. „Das beste Mittel, Stress abzubauen, ist Muskelarbeit – sprich Bewegung.“ Kommen Dauerstress und Bewegungsmangel zusammen, schwächt das merklich das Immunsystem. Verspannungen und Stoffwechselstörungen nehmen zu, die Leistungsfähigkeit nimmt ab. Andreas Stephan empfiehlt, dem vorzubeugen und bei der Büroarbeit möglichst oft zwischen Sitzen, Stehen und Gehen zu wechseln: „Das bewegt die Wirbelsäule, trägt zur Versorgung der Bandscheiben bei, löst Verspannungen der Nacken-, Schulter- und Rückenmuskulatur und regt das Herz-Kreislauf-System an.“ (RG)

Info

- www.vbg.de/deinruecken
- VBG-Seminare „Gesundheitskompetenzen fördern: Rückenprävention“ (GKRPM), „Betriebliche Rückenprävention – ,Tatort Büro““ (RPTBM), www.vbg.de/seminare



Bewegung tut auch außerhalb des Büros gut. Wer keinen Vereinssport machen möchte, fährt vielleicht mit dem Fahrrad nach Hause. So lässt sich der Bürostress auch auf dem Heimweg wegstrampeln.

Gesundheitskompetenzen fördern: Rückenprävention (GKRPM)

Dieses Wochenendseminar richtet sich an Unternehmer, Führungskräfte sowie freiberuflich Tätige, die Unternehmen zum Thema Rückenprävention beraten. Themen sind unter anderem:

- „Den Arbeitsalltag rückenfreundlich machen: sitzen und stehen“
- „Vom guten Vorsatz zum Tun: Wie können Unternehmen ihre Mitarbeiter dabei unterstützen?“
- „Thema ‚Rückenprävention‘: Wie kann es in die Beurteilung der Arbeitsbedingungen einfließen?“

Betriebliche Rückenprävention – „Tatort Büro“ (RPTBM)

Das Seminar richtet sich an Unternehmer, Führungskräfte und alle Akteure des Arbeitsschutzes. Themen sind unter anderem: „Arbeitsbedingungen rückengerecht planen und gestalten – wo Unternehmen ansetzen können: Arbeitsorganisation, Arbeitsstätten, Arbeitsplätze und -mittel“ sowie „Rückenfreundliches Verhalten – wie Unternehmen ihre Mitarbeiter dabei unterstützen können: Beschäftigte motivieren und befähigen, sich bei der Arbeit rückenfreundlich zu verhalten, Arbeitsmittel richtig zu nutzen und den eigenen Arbeitsplatz entsprechend einzurichten“.

Pendeln

Nicht auf der Strecke bleiben

Sie steigen regelmäßig ins Auto, den Bus oder den Zug, nehmen das Motorrad und manche sogar das Flugzeug: Pendler und Pendlerinnen. Für sie heißt berufstätig sein, unterwegs zu sein. Das bringt besondere Belastungen mit sich. Was können Unternehmen für die Gesundheit ihrer pendelnden Beschäftigten tun?

„Meine Familie sehe ich nur am Wochenende. Und das beginnt für mich im Stau. Um 15 Uhr mache ich mich freitags auf den Heimweg – und stehe gleich auf der Autobahn mit den anderen Pendlern.“ So die leidvollen Erfahrungen von Andreas Schneider. Ein Jobwechsel hat den engagierten Ingenieur beruflich weitergebracht – privat wurde die Familie vor die Frage gestellt: „Umzug: ja oder nein?“ Die Schneiders haben sich für das Fernpendeln entschieden. Und sind damit nicht allein: Etwa fünf Prozent der Beschäftigten benötigen nach Angaben des Statistischen Bundesamtes täglich mindestens eine Stunde auf dem einfachen Weg zur Arbeit. Und rund 66 Prozent nutzen dafür das Auto. Um dem täglichen Fahrstress zu entgehen, pendelt Schneider rund ums Wochenende. Am Montagmorgen dauert seine Arbeitsweg knapp eineinhalb Stunden, freitags meist länger. „Zeit, die andere mit Familie und Freunden, Sport und Entspannung verbringen, fristen Pendler auf Straßen, Schienen und in der Luft“, VBG-Verkehrsexperte Oliver Fischer kennt die schwierige Situation und weiß, dass sie nicht ohne Folgen bleibt.

Keine Zeit für die Gesundheit

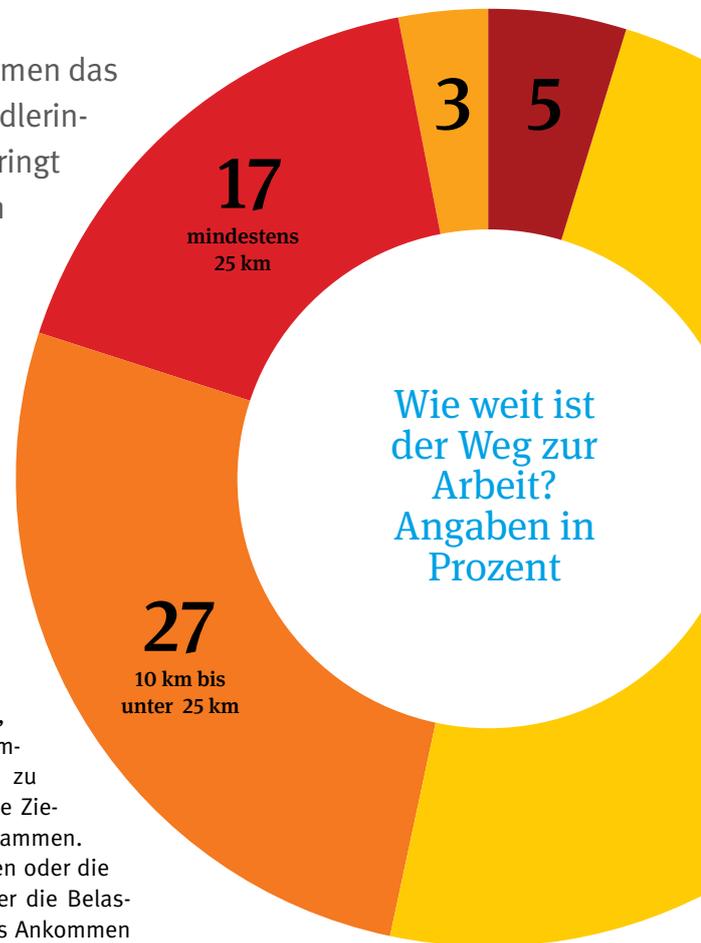
„Wer pendelt, fühlt sich oft gestresst“, sagt Fischer, „zum Beispiel wenn man im unvorhergesehenen Stau steht oder gerade seinen Anschlusszug verpasst.“ Pendlerinnen und Pendler haben häufiger Rückenschmerzen, Verspannungen, Schlafstörungen und Kopfschmerzen. Außerdem gehen sie seltener zum Arzt. „Dadurch besteht natürlich auch die Gefahr, dass Krankheiten nicht rechtzeitig erkannt werden“, so Fischer. Hinzukomme ein erhöhtes Unfallrisiko für diejenigen, die mit dem Pkw oder Motorrad unterwegs sind, so der VBG-Verkehrsexperte weiter. „Gerade im Pkw kann Stress aggressives Verhalten hervorrufen, das für alle Verkehrsteilnehmer gefährlich werden kann.“ Fischer rät den Betroffenen Vielfahrerinnen und -fahrern zu einem Ver-

kehrssicherheitstraining der VBG. Es ist für Mitgliedsbetriebe kostenfrei.

Fahrtraining – defensives Fahren

Hier steht „defensives Fahren“ auf dem Programm. „Wir wollen, dass die Fahrerinnen und Fahrer lernen, gelassen zu bleiben, sich nicht ablenken zu lassen, gleichmäßig zu fahren, im Verkehrsfluss ‚mitzuschwimmen‘ und sich auf die Straße zu konzentrieren“, fasst Fischer die Ziele des VBG-Fahrtrainings zusammen. Doch nicht nur das Fahrverhalten oder die Art zu pendeln entscheidet über die Belastung der Betroffenen. „Auch das Ankommen ist entscheidend“, sagt Wochenendpendler Schneider. Sein Tipp: „Die Familie sollte sich den Freitagnachmittag freihalten, um sich über die Woche auszutauschen, gemeinsam etwas zu unternehmen und sich wieder aneinander zu ‚gewöhnen‘.“ (RG)

wechselnde
Arbeitsstätten gleiches
Grundstück



Info

www.vbg.de, Suchwort: Fahrtraining

Checkliste

Fünf Tipps, wie Sie Pendlerinnen und Pendlern in Ihrem Unternehmen das Leben leichter machen

1. Gleitzeit einführen. Wer nicht auf die Minute pünktlich anfangen muss, kann auch gelassener bleiben, wenn der Zug Verspätung hat oder der nächste Stau schon in Sicht ist.
2. Teambesprechungen und wichtige Konferenzen nicht gleich in den frühen Morgenstunden ansetzen.
3. Den Beschäftigten Homeoffice-Tage ermöglichen.
4. Den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern Fahrtrainings bei der VBG anbieten.
5. Ein schwarzes Brett oder einige Seiten im Intranet für die Bildung von Fahrgemeinschaften freihalten.

Versicherungsschutz

„Arbeit steht immer im Zentrum“

Was ist eigentlich, wenn auf dem Weg zur Arbeit etwas passiert? VBG-Versicherungsexpertin Antje Preck beantwortet die wichtigsten Fragen zum Thema Versicherungsschutz rund um den Arbeitsweg.

Frau Preck, kann ich eigentlich frei wählen, auf welchem Weg ich zur Arbeit fahre?

Es steht nur der direkte Weg zur und von der Arbeitsstätte unter dem Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung. Dies muss nicht unbedingt der kürzeste sein, es kann auch die verkehrsgünstigste Strecke sein. Besonders wenn ein Stau oder ein Unfall dazu führen, dass Sie vom kürzesten Weg abweichen oder vor Ort kein Parkplatz zu kriegen ist, wird der Versicherungsschutz nicht beeinträchtigt. Ausschlaggebend ist, dass der Weg immer in der Absicht zurückgelegt wird, zur Arbeitsstätte zu gelangen oder von dort nach Hause zurückzukehren.

Und wenn ich gar nicht nach Hause fahre, sondern nach Feierabend zum Beispiel zu meinem Partner oder meiner Partnerin?

Der Weg zur Arbeit kann auch von dort aus angetreten oder dort beendet werden. Vorausgesetzt die Strecke steht in einem angemessenen Verhältnis zum üblichen Weg. Wer zum Beispiel nicht zu Hause, sondern bei dem nur unwesentlich weiter entfernt wohnenden Freund übernachtet, dem bleibt der Versicherungsschutz erhalten.

Gilt das auch, wenn ich auf dem Heimweg noch etwas einkaufen muss?

Wenn Sie den Nachhauseweg für private Zwecke nutzen oder ihn deshalb verlassen, wird der Versicherungsschutz unterbrochen oder entfällt ganz, wenn Sie länger als zwei Stunden einkaufen. Setzen Sie sich wieder in Richtung des ursprünglichen Ziels in Bewegung, sind Sie wieder versichert. In der aktuellen Rechtsprechung wird schon früh von einer Unterbrechung ausgegangen. Da heißt es beispielsweise: „Wer auf dem Heimweg abbremst und anhält, um an einem gegenüberliegenden Verkaufsstand Erdbeeren zu erwerben, erleidet keinen Arbeitsunfall, wenn ein nachfolgendes Fahrzeug auffährt. Das Anhalten, um Erdbeeren zu kaufen, ist eine ausschließlich privatwirtschaftlich begründete Handlung.“

Also kann man sagen, dass der Versicherungsschutz immer auf den Wegen besteht, die etwas mit der Arbeit zu tun haben?

Ganz genau. Die Arbeit steht immer im Zentrum. Sie sind sogar dann versichert, wenn Sie auf dem Weg zur Arbeit Opfer eines Überfalls werden. Immer vorausgesetzt, die Tat ist nicht persönlich motiviert.



VBG-Versicherungsexpertin Antje Preck

Und was ist, wenn ich vor der Arbeit die Kinder zur Schule bringen muss? Das ist ja auch ein persönliches Anliegen.

Wer mit anderen Berufstätigen oder versicherten Personen, wie zum Beispiel den schulpflichtigen Kindern, eine Fahrgemeinschaft bildet, ist grundsätzlich versichert – auch auf den dadurch bedingten Umwegen. Die Länge des erforderlichen Umwegs spielt dabei keine Rolle. Für den Unfallversicherungsschutz ist allein entscheidend, dass mit der gemeinsamen Fahrt die Absicht verfolgt wird, zunächst die Teilnehmer der Fahrgemeinschaft zu deren Zielort zu bringen, um danach unmittelbar zum Ort der eigenen Tätigkeit zu fahren. Das gilt übrigens auch, wenn Eltern ihre Kinder in den Kindergarten, Hort oder zu einer Tagesmutter bringen müssen, um beruflich tätig werden zu können. Der erweiterte Versicherungsschutz soll Eltern die Berufstätigkeit erleichtern.“

Vielen Dank für das Gespräch! (RG)

49
unter 10 km

Quelle: Statistisches Bundesamt, Wiesbaden 2014

Inklusion – so funktioniert's

„Das ist für mich Routine“

Wie wirken sich chronische Erkrankungen auf den Beruf aus? Diabetes des Typs 1 beispielsweise erfordert Disziplin, damit der Blutzuckerspiegel auf einem konstanten Level bleibt. Für den Fußballtrainer Dimo André Wache ist es routinierter Bestandteil seines Berufsalltags, mit Diabetes umzugehen.

Dimo André Wache ist heute als Torwarttrainer bei SV Darmstadt 98 unter Vertrag. Aus seiner Erkrankung hat er nur am Anfang ein Geheimnis gemacht, als er selbst mit der Diagnose „Diabetes Typ 1“ noch nichts anfangen konnte. Zu dieser Zeit war der knapp zwei Meter große Mann beim 1. FSV Mainz 05 als Torwart unter Vertrag. Schnell lernte der damals 25-Jährige, unter Anleitung von Experten mit der Erkrankung umzugehen und seine Karriere fortzusetzen. Aus seiner Diabetes macht der heute 41-Jährige schon lange keinen Hehl mehr.

Herr Wache, Sie lassen sich nicht von der Diabetes, sondern von Familie und Beruf leiten. Was ist dabei Ihre wichtigste Regel?

Wache: Ich bestimme die Krankheit, nicht die Krankheit mein Leben. Bei Typ-1-Diabetes muss Insulin vollkommen mit Spritzen zugeführt werden. Ich muss ständig meine Zuckerwerte messen. Die Werte dokumentiere ich genau. Danach entscheide ich, ob und wie viel Insulin ich spritzen muss. Und ich muss darüber hinaus bewusster essen. Gutes Essen bedeutet für mich hohe Lebensqualität.

Ich achte auf Nahrungsmittel, die den Blutzuckerspiegel nach dem Essen nicht zu stark ansteigen lassen, halte aber keine strenge Diät ein.

Passt das in Ihren Berufsalltag?

Ich habe als Sportler – auch jetzt als Trainer – einen streng geregelten Tagesablauf. Diese Struktur macht es leichter, aber vor allem muss ich selbst diszipliniert sein. Das darf man nicht unterschätzen, Unterzuckerung kann zum Tod führen. Aber den Blutzuckerspiegel im Griff zu behalten, ist für mich Routine.

Aus welchem Grund machen Sie Ihren Diabetes öffentlich?

Mein Beispiel zeigt, dass Diabetiker keine Einschränkungen im Beruf und in der Lebensqualität hinnehmen müssen, wenn sie sich an ein paar Regeln halten. Und: Medizinisch ist es ja bewiesen, dass sich Bewegung, Sport und gesunde Ernährung äußerst positiv auf die Blutzuckerwerte auswirken. Ich freue mich also auch, wenn ich Diabetiker für Sport begeistern kann. *(mir)*



„Ich bestimme die Krankheit, nicht die Krankheit mein Leben.“

„Mein Beispiel zeigt, dass Diabetiker keine Einschränkungen im Beruf und in der Lebensqualität hinnehmen müssen, wenn sie sich an ein paar Regeln halten.“

Dimo Wache stand unter anderem bei Borussia Mönchengladbach und dem 1. FSV Mainz 05 im Tor. Heute ist er Trainer beim SV Darmstadt 98.

Chronische Erkrankungen

„Im Alltag kein Problem“

Nahezu jeder zehnte Deutsche leidet an Diabetes, diese Zahlen ermittelte der Deutsche Gesundheits-survey 2012. Die Hälfte davon ist unter 65 Jahre alt, viele sind berufstätig. Vorgesetzte, Kolleginnen und Kollegen merken oft nichts von der Krankheit. Diabetes ist nur ein Beispiel für chronische Erkrankungen, die sich gut mit der Berufstätigkeit vereinbaren lassen. Ein Interview mit Dr. Jens Petersen.

Dr. Petersen, die Zahl der Diabetiker nimmt zu und die Erkrankten sind im Schnitt immer jünger. Kommt da mit Blick auf die in Zukunft erforderliche Beschäftigungsfähigkeit ein Problem auf deutsche Unternehmen zu?

Das denke ich nicht. Früher waren Menschen mit Diabetes häufig unterzuckert, litten unter diabetischen Netzhaut- und Nierenschäden und wurden mit inadäquaten Insulintherapien behandelt. Bereits heute wirkt sich die Erkrankung aufgrund der guten Therapiefähigkeit nicht mehr leistungsmindernd aus. Das wird angesichts der medizinischen Entwicklung zukünftig umso mehr der Fall sein.

Ist das so einfach, wie es klingt?

Ja, wenn der oder die Betroffene verantwortungsvoll mit der Erkrankung umgeht und richtig therapiert wird. Im Alltag ist das kein Problem. Heutige Therapieansätze sind äußerst wirkungsvoll. Durch Schulungen, Blutzuckerselbstkontrollen sowie verschiedene neue Maßnahmen, wie orale antidiabetische Medikamente oder Insulinpumpen, können Komplikationen vermieden werden. Die beruflichen Einschränkungen halten sich in Grenzen.

Was raten Sie Menschen mit chronischen Erkrankungen?

In jedem Fall sollten sie sich dem Betriebsarzt oder der Betriebsärztin anvertrauen. Die Mediziner können gemeinsam mit dem Hausarzt einen Therapieplan abstimmen sowie Maßnahmen zur Verhaltensprävention und Ernährung festlegen. Beim Diabetes gilt, wie bei vielen anderen chronischen Erkrankungen, dass jeder Betroffene bei der Beurteilung der Arbeitsfähigkeit individuell betrachtet werden muss. Faktoren, wie die Art des Berufes,



Dr. Jens Petersen ist leitender Arbeitsmediziner der VBG.

ob Unfallgefährdungen im Sinne von Selbst- und Fremdgefährdungen drohen, welche Behandlungen bereits angewandt werden, ob Folgeerkrankungen vorliegen und wie der oder die Betroffene selbst mit der Erkrankung umgeht, werden berücksichtigt.

Diese Aufgabe übernehmen Ärzte und Ärztinnen in den Betrieben?

Ja, sie nehmen eine Abstimmung zwischen den persönlichen Fähigkeiten und den konkreten Anforderungen vor. Wichtig ist, dass die Hypoglykämieeigung berücksichtigt wird, da diese die Leistungsfähigkeit für Minuten vermindern kann und in seltenen Fällen mit einer Bewusstlosigkeit einhergeht.

Deshalb müssen Beschäftigte mit Diabetes durch individuelle Schulungen in die Lage versetzt werden, eine drohende Unterzuckerung zu erkennen und gegenzusteuern. Selbstkontrolle und Dokumentation sind bei chronischen Erkrankungen sehr wichtig.

Das setzt eine gute medizinische Betreuung voraus .

Ja, um die Beschäftigungsfähigkeit in den Unternehmen zu sichern, sollte die gemeinsame Betreuung ausgeweitet werden.

Muss der Arbeitgeber über die Erkrankung informiert werden?

Nein, das ist nicht notwendig. Jeder Mitarbeiter, jede Mitarbeiterin kann darüber unter dem Aspekt entscheiden, ob eine Information des beruflichen Umfeldes Vorteile oder Nachteile bringt. Auch dazu beraten Betriebsärzte. Sie unterliegen grundsätzlich der Schweigepflicht.

Was kann ein offener Umgang mit der Erkrankung bringen?

Eine chronische Erkrankung wird in der Öffentlichkeit – und damit auch im beruflichen Umfeld – zum Teil noch mit einer Minderung der Leistungsfähigkeit gleichgesetzt. Insofern kann das Bekanntmachen grundsätzlich zur Versachlichung des Themas beitragen. Und der oder die Betroffene mag sich wohler fühlen, wenn im Berufsalltag damit offen umgegangen werden kann. (*mir*)

i Info

Leitfaden für Betriebsärzte zu Diabetes und Beruf, www.dguv.de, Suchwort: Diabetes



Nicht nur die Fußballprofis wie Jefferson Farfan werden im Rehatraining professionell versorgt, sondern bereits die Jugendspieler der Knappenschmiede. Das ist ein Grund für deren Erfolg.



VBG-Präventionspreis Sport

Schalke ist Präventionsmeister

Der FC Schalke 04 hat für sein Rundumkonzept zur Betreuung der Nachwuchsspieler den Präventionspreis Sport der VBG gewonnen. Das Konzept ist beispielhaft für den Profisport.

Der FC Schalke 04 hat eine lange und bewegte Geschichte voller Triumph. Mehrmaliger Deutscher Meister und DFB-Pokalsieger sowie Gewinner des UEFA-Pokals, dem Vorläufer der heutigen EuroLeague, war der Verein schon. In der jüngeren Vergangenheit macht Schalke neben den sportlichen Erfolgen vor allem durch seine exzellente Jugendarbeit von sich reden. Allein bei der diesjährigen Fußball-Weltmeisterschaft nahmen mit Manuel Neuer, Benedikt Höwedes, Mesut Özil und Julian Draxler vier Weltmeister und mit Joel Matip für die Nationalmannschaft Kameruns sowie Sead Kolašinac sechs Spieler teil, die in ihrer Jugend für Schalke spielten. Die Qualität der „Knappenschmiede“, wie das Nachwuchsleistungszentrum des Vereins heißt, zeigt sich auch beim Blick auf den aktuellen Bundesligakader von Schalke: Acht Spieler der aktuellen Bundesligamannschaft stammen aus der eigenen Jugend.

Vier Weltmeister aus der Knappenschmiede

„Das macht einen schon stolz“, sagt Bodo Menze, der bei Schalke 04 seit Kurzem für die internationalen Beziehungen zuständig

ist. Davor war er Leiter der Knappenschmiede und hatte maßgeblichen Anteil am Aufbau des Nachwuchsleistungszentrums, für dessen ganzheitliches Präventionskonzept der FC Schalke 04 dieses Jahr mit dem Präventionspreis Sport der VBG ausgezeichnet wurde. Es umfasst die erfolgreiche trainingswissenschaftliche, medizinische, psychologische und pädagogische Betreuung der Teams der Knappenschmiede. „Die Prävention von vermeidbaren Verletzungen, deren Rehabilitation und psychische Fitness sind bei Schalke integraler Teil des Gesamtsystems“, sagt Menze.

Der Trainings- und Spielbetrieb der Mannschaften des Nachwuchsleistungszentrums erfolgt unter Anwendung aktueller sportwissenschaftlicher Erkenntnisse. Funktionelle Bewegungsanalysen zum Erkennen von muskulären Dysbalancen und sensomotorisches Training sind hierbei Bausteine. „Ein weiterer Vorteil ist, dass bei uns alles wunderbar zentriert ist und sich rund um die Arena, dem Stadion von Schalke 04, befindet“, so Menze. „Das Trainingsgelände, die Geschäftsstelle, das Reha-Zentrum Medicos, die Gesamtschule Berger-Feld, an der unsere Nachwuchsspieler unterrichtet werden, die Knappenschmie-

de und die beiden Jugendinternate sind alle in unmittelbarer Nähe, sodass weite Wege entfallen.“ Zudem werden auch schon die Jugendspieler sportpsychologisch betreut, was ihrer psychischen Fitness und seelischen Gesundheit gut tut.

Ohne Teamwork geht es nicht

Das Präventionskonzept sei in der Knappenschmiede gemeinsam mit den Ärzten und Physiotherapeuten des Reha-Zentrums Medicos sowie mit denen des St. Anna Hospitals im benachbarten Herne entwickelt worden, sagt Menze. „Es gab keinen großen Knall und dann war das Konzept plötzlich da, sondern das war ein langsamer, kontinuierlicher Prozess mit einem Masterplan dahinter, um zum heutigen Stand zu gelangen“, erklärt der ehemalige Leiter des Nachwuchsleistungszentrums. Selbstverständlich werde das Konzept permanent weiterentwickelt, fügt er noch an. „Ein Team von Experten aus allen Bereichen, die im Fußball eine Rolle spielen, war und ist daran beteiligt.“ Echtes Teamwork also, ohne das es auch neben dem Platz nicht geht. Das Resultat kann sich sehen lassen: Die Jugendmannschaften spielen äußerst erfolgreich und haben in den vergangenen Jahren etliche Titel gewonnen. Und die Zahl der vermeidbaren Muskelverletzungen ist auch zurückgegangen. „Ich denke, wir würden eine ungleich härtere Situation, was Verletzungen angeht, vorfinden, hätten wir das Konzept nicht in dieser Form“, sagt Menze. (FS)

Info

■ www.vbg.de/arbeitschutzpreis

Präventionskampagne „Sei kein Dummy“

„DAS PAKET IST SUPERPRAKTISCH“

Der Harburger TB ist Vorreiter bei der Präventionskampagne „Sei kein Dummy“. Der Fußballverein will mit Unterstützung der VBG die Zahl der Muskelverletzungen bei seinen Spielern deutlich reduzieren.

Kaum eine andere Sportart hat sich im vergangenen Jahrzehnt so rasant entwickelt wie der Fußball. Vor allem die Spielgeschwindigkeit hat sich stark erhöht, was sich unter anderem in der gestiegenen Gesamtlauflänge, der Zahl an Sprints innerhalb eines Spiels und der deutlich reduzierten Ballkontaktzeit pro einzelnen Spieler messen lässt. Somit ergeben sich für die Spieler neue, anspruchsvollere Belastungsprofile, auf die

sie im Training vorbereitet werden müssen. Somit kann nicht nur die Leistungsfähigkeit jedes einzelnen Spielers gesteigert, sondern auch das Verletzungsrisiko gesenkt werden. Besonders häufig verletzt werden Fußballspielerinnen und Fußballer an der Oberschenkel- und Wadenmuskulatur, den Sprunggelenken und dem Knie. Eine Vielzahl dieser Verletzungen kann durch gezielte Trainingsmaßnahmen vermieden werden. Die Präventionskam-

pagne „Sei kein Dummy“ der VBG bündelt seit Anfang des Jahres wichtige Präventionsansätze und will damit die Verletzungsgefahr im bezahlten Fußball deutlich senken. Einer der ersten Vereine, die das Präventionsangebot der VBG nutzen, ist der Harburger Turnerbund.

Seit Beginn der laufenden Saison sind die Trainingsbausteine fester Bestandteil des Trainings der ersten Fußballmannschaft



des Vereins, der in der Landesliga Hamburg spielt. Das ist die sechstöchste Spielklasse im deutschen Fußball. „Als Trainer schaue ich mich immer nach neuen Lösungen um. Da ist es natürlich schön, wenn man Übungen hat, bei denen man sich sicher sein kann, dass sie dem aktuellen wissenschaftlichen und sportmedizinischen Stand entsprechen. Das Paket ist einfach superpraktisch“, erklärt Trainer Nabil Toumi.

Auf dem aktuellen sportmedizinischen Stand

Gerade in den Ligen unterhalb der drei höchsten Spielklassen sei es häufig so, dass die Fußballer zwar eine starke Oberschenkel- und Wadenmuskulatur hätten, dafür aber die Rücken- und Bauchmuskulatur häufig nicht ausgeprägt genug sei, weiß Toumi. Dieses Ungleichgewicht kann zu vielen Verletzungen führen. „Zudem ist Fußball ein Kontaktsport. Je stabiler man in der Rumpfmuskulatur ist, desto abgehärteter ist man“, erklärt Toumi. „Die Verletzungsgefahr ist geringer. Auch einen schweren Kontakt kann man abfedern und sich besser im Gleichgewicht halten.“ Deshalb haben die Übungen des Trainingshandbuchs auch die Rumpfmuskulatur im Blick. Sie sind thematisch in vier Bereiche unterteilt: allgemeine Erwärmung und Koordination, Mobilisation und Beweglichkeit, Kraft und Stabilisation sowie Sensormotorik und Beinachsenstabilisation. Die einzelnen Übungen sind auf stabilen, laminierten Karten mit Bild und kurzem Anweisungstext zu finden. „Das ist selbsterklärend. Man kann sofort mit den Übungen beginnen“, sagt Toumi, der Inhaber der A-Trainerlizenz des DFB ist und als Präventionsexperte für die VBG arbeitet.

Selbsterklärende Übungen

Die Maßnahmen lassen sich leicht und ohne großen Aufwand in den Trainingsalltag integrieren. Es müssen keine zusätzlichen Sportgeräte dafür angeschafft werden. Übungen, bei denen Balance-Pads zum Einsatz kommen, können alternativ auch mit zusammenge-rollten Handtüchern, Kissen oder Ähnlichem durchgeführt werden. Die VBG empfiehlt, die Übungen zum festen Bestandteil der Aufwärmphase zu machen. „Damit werden die Spieler ideal auf das folgende Training oder Spiel vorbereitet“, erklärt Norbert Moser, Präventionsexperte der VBG.

Beim Harburger TB kommen die Übungen regelmäßig zum Einsatz. In der Vorbereitung trainierte die Mannschaft bis zu sechsmal, jetzt während der laufenden Saison drei-

Der Dummy der VBG-Kampagne trainiert mit den Spielern des Harburger TB.



Trainer Nabil Toumi stellt seiner Mannschaft die neuen Übungen aus dem Trainingshandbuch der Präventionskampagne „Sei kein Dummy“ vor.



Die Übungen des Trainingshandbuchs helfen, Muskelverletzungen zu vermeiden.



mal die Woche. In der Vorbereitung werden die Grundlagen in den Bereichen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Beweglichkeit erar-

beitet. „Da kamen vor allem die Mobilisations- und Kräftigungsübungen zum Einsatz. Während der Saison versuchen wir häufig einen geeigneten Mix von Übungen in die Erwärmung einzubetten“, sagt Toumi, der auch DFB-Stützpunktrainer ist.

SEI-KEIN-DUMMY.DE

Auf der Kampagnenseite „sei-kein-dummy.de“ können Sie sich für den Kampagnen-Newsletter anmelden. Auch das Trainingshandbuch steht hier zum Download bereit. Außerdem können Mannschaften bei der VBG-Safety-League attraktive Preise gewinnen.

Info

www.sei-kein-dummy.de
www.safety-league.de

Vermeidbare Verletzungen

Auch verletzte Spieler sollen bei Toumi am Training teilnehmen, sobald sie wieder laufen können. „Die machen dann die Dehnungs- und Stabilisationsübungen“, erklärt der Trainer, der davon überzeugt ist, dass das „Sei kein Dummy“-Trainingshandbuch der Mannschaft helfen wird. Vergangene Saison habe die Mannschaft einige Ausfälle wegen vermeidbarer Muskelverletzungen zu beklagen gehabt. „Da haben wir einige Punkte liegen lassen“, sagt Toumi. Diese Saison soll das anders werden: „Ich bin davon überzeugt, dass sich durch die neuen Übungen die Zahl der Muskelverletzungen verringern lässt.“ (FS)

Dem TRAUMA zuvorkommen

Verkehrsunternehmen können ihr Fahrpersonal nicht gänzlich vor traumatischen Ereignissen, wie etwa schweren Verkehrsunfällen, schützen. Deshalb muss eine optimale Betreuung auch nach Notfällen gut organisiert sein.



Auf Gleis 8 drängeln sich die Fußballfans. Drei junge Männer stimmen eine Fan-Hymne an und prostern sich mit Bierflaschen zu. Da bahnt sich ein älterer Mann mit einem Koffer den Weg durch die Gruppe, stößt gegen Ellbogen und Rücken der Fans. Der Zug nähert sich bereits, als einer der jungen Männer sich umdreht und den Mann am Kragen packt. „Lass ihn doch“, will ihn ein Kumpel beschwichtigen. Und er lässt ab. Gibt dem Älteren nur noch einen kleinen, letzten Schubs. Der Zugführer sieht die Gruppe dicht am Gleis rangeln. Er bremst geistesgegenwärtig. Die Bremsen kreischen – ebenso die Menschen am Gleis. Doch zu spät: Der Regionalzug erfasst den Mann mit dem Koffer. Der Lokführer setzt einen Notruf ab, berichtet, was passiert ist. Dann steigt er aus und bricht auf dem Gleis zusammen.

Der Verunglückte überlebt dank einer Notoperation, verliert aber seinen linken Arm. Wie es zu dem Unfall kam, daran kann er sich nicht mehr erinnern. Der Lokführer erinnert sich jedoch nur zu gut daran: Jede Nacht versucht er, den Zug noch rechtzeitig zu stoppen ...

„Das ist nur ein Beispiel für ein Ereignis, bei dem das Fahrpersonal in Verkehrsunternehmen großen psychischen Belastungen ausgesetzt ist. Fast jeder Lokführer und jede Lokführerin muss das einmal im Berufsleben durchleiden“, weiß Christian Ludwig, der Leiter Rehabilitation der VBG-Bezirksverwaltung Hamburg. Unfälle oder Vorfälle, bei denen die Beschäftigten, Fahrgäste oder Passanten zu Schaden kommen, lassen sich in Verkehrsbetrieben nie ganz ausschließen. Am häufigsten trifft es die im Fahr-, Prüf-, Kunden- oder

Sicherheitsdienst Tätigen. Sie können durch traumatische Ereignisse psychisch stark belastet sein. „Für diese Beschäftigten müssen Verkehrsbetriebe Notfallregelungen vorsehen. Das ergibt sich schon aus der Gefährdungsbeurteilung“, sagt Ludwig.

Hilfe mit Konzept

Dazu gehört ein Betreuungskonzept für Beschäftigte, die ein traumatisches Ereignis erlebt haben. Ludwig empfiehlt, die Sache systematisch anzugehen: „Die VBG-Fachinformation ‚Trauma und Psyche: Betreuung von Beschäftigten in Verkehrsunternehmen nach traumatischen Ereignissen‘ gibt wichtige Hinweise zum Erstellen des Betreuungskonzepts.“ Außerdem können sich Verkehrsbetriebe auch von den Präventions- und Reha-

Schwere Verkehrsunfälle gehen auch am Fahrpersonal nicht spurlos vorüber. Das Verkehrsunternehmen sollte sich gemeinsam mit der VBG systematisch um körperliche und psychische Folgen kümmern.

Unfallort. Ludwig konkretisiert die Aufgaben der Erstbetreuerinnen und -betreuer: „Sie schirmen zum Beispiel die Beschäftigten vor Schaulustigen ab, begleiten sie zum Arzt oder nach Hause und informieren sie über das weitere Vorgehen.“ Die Erstbetreuung sollte allen Betroffenen zuteil werden.

Psychotherapeutische Folgebehandlung

Die meisten Betroffenen verarbeiten nach einiger Zeit den Schock und sind bald wieder arbeitsfähig. Wenn die Beschwerden nach der Erstversorgung nicht wieder abklingen, müssen weitere psychotherapeutische Maßnahmen zur Frühintervention erfolgen, um zu vermeiden, dass es zu einer chronischen psychischen Erkrankung kommt. „Dann informiert der Koordinator das Reha-Management der VBG, klärt eine Kostenübernahme ab und in der Regel überweist der Betriebsarzt dann an einen entsprechend ausgebildeten Psychotherapeuten“, erläutert Ludwig das weitere Vorgehen.

Betroffene erhalten unbürokratisch bis zu fünf probatorische Sitzungen. „Hier empfiehlt es sich, Vereinbarungen mit Psychotherapeuten zu treffen und sie in das betriebliche Konzept einzubeziehen, um lange Wartezeiten zu vermeiden. Voraussetzung hierfür ist, dass die Therapeutinnen und Therapeuten am Psychotherapeutenverfahren der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) teilnehmen“, sagt der Rehabilitationsexperte. Benötigt der oder die Betroffene weitere psychotherapeutische Unterstützung, kann in Abstimmung mit dem Reha-Management der VBG eine weitergehende spezifische Traumatherapie erfolgen.

„Das gilt übrigens auch für die Beschäftigten, die bereits mehrfach traumatische Erlebnisse hatten oder die nicht mehr nur ambulant therapeutisch betreut werden können“, so Ludwig. Ihnen kann im VBG-eigenen Zentrum für Psychotraumatologie in der Klinik für Berufskrankheiten in Bad Reichenhall weitergeholfen werden. Doch ganz gleich, welche Form der psychotherapeutischen Behandlung erforderlich ist, sie hat immer zum Ziel, den Betroffenen eine vollständige Verarbeitung der traumatischen Erlebnisse zu ermöglichen und sie frühzeitig wieder in den Arbeitsprozess einzugliedern. (RG)

Info

VBG-Fachinformation „Trauma und Psyche: Betreuung von Beschäftigten in Verkehrsunternehmen nach traumatischen Ereignissen“, www.vbg.de, Suchwort: warnkreuz SPEZIAL Nr. 2

Das betriebliche Betreuungskonzept besteht aus drei Elementen

1. Erstbetreuung nach dem Ereignis – Akut- oder Krisenintervention
2. Betreuung durch Betriebsarzt und gegebenenfalls Psychotherapeuten – Stabilisierungsphase, bedarfsbezogene Behandlungsphase
3. Nachsorge im Unternehmen zur Wiedereingliederung

bilitationsfachleuten der VBG beraten lassen. Zentrale Figur im Betreuungskonzept ist der betriebliche Koordinator oder die Koordinatorin. Diese Aufgabe können der Betriebsarzt oder die Betriebsärztin übernehmen, ebenso die Sozialberatung, die Fachkraft für Arbeitssicherheit oder eine betriebliche Führungskraft. Wichtig ist vor allem, dass der Koordinator oder die Koordinatorin die Abläufe im Unternehmen kennt und auch verfügbar ist. „Denn“, so Ludwig, „er oder sie koordiniert die Erstbetreuung sowie die ärztliche Betreuung und informiert das Reha-Management der VBG, wenn psychotherapeutische Maßnahmen erforderlich sind.“

Das Betreuungskonzept sollte zunächst die Organisation einer Erstbetreuung durch betriebliche oder externe Erstbetreuer vorsehen. Diese erfolgt möglichst schon direkt am

Veranstaltungswirtschaft

Standards: Branchenwissen zum Nachlesen

Für die Veranstaltungsbranche gibt es viele Informationsschriften und Praxishilfen, die den Arbeitsschutz verbessern sollen. Der Sicherheitsreport stellt die wichtigsten Schriften vor.

Für Unternehmen aus der Veranstaltungswirtschaft gibt es eine große Zahl an Informationen und Praxishilfen. Neben den Rechtsgrundlagen mit Gesetzeskraft, wie Versammlungsstättenverordnungen und der Unfallverhütungsvorschrift „Veranstaltungs- und Produktionsstätten für szenische Darstellung“, gibt es viele weitere Informationsschriften. In deren Zentrum steht der neue Leitfaden „Sicherheit bei Veranstaltungen und Produktionen“, der 2013 erschienen ist. Dieser ist in Zusammenarbeit von VBG und Deutscher Gesetzlicher Unfallversicherung (DGUV), dem Sachgebiet „Bühnen und Studios“ sowie dem Arbeitskreis der Sicherheitsingenieure der Hörfunk- und Fernsehunternehmen und dem Verband für Medien- und Veranstaltungstechnik (VPLT) sowie der Deutschen Theatertechnischen Gesellschaft (DTHG) entstanden und mit weiteren Verbänden abgestimmt worden. Der Leitfaden hat die bisherige BGI 810 (2009-12) ersetzt.

Berufsgenossenschaftliche Standards

„Der Leitfaden richtet sich wie bisher an Unternehmen aus den Bereichen Theater, Rundfunk, Film und Veranstaltungen, allerdings ist die Theater- und Veranstaltungswelt besser erkennbar als in der vorherigen Fassung“, sagt Jörg Braeutigam, Präventionsexperte der VBG. Die Themen Gefährdungsbeurteilung, Arbeitsschutzorganisation, besondere szenische Darstellungen, Veranstaltungen und Produktionen mit Musik, Arbeiten im Freien, Persönliche Schutzausrüstungen und Lifeline-Systeme sowie Tournee- und Gastspielbetrieb werden in der Neuauflage ausführlicher behandelt als bisher. Zusätzlich steht der Veranstaltungswirtschaft jetzt die Branchenwebsite www.vbg.de/veranstaltungen-und-produktionen zur Verfügung. Neben den berufsgenossenschaftlichen Schriften müssen auch die Standards der Interessengemeinschaft Veranstaltungswirtschaft (IGVW) genannt werden. Diese sind als

Ergänzungen zum staatlichen Regelwerk und dem der DGUV zu sehen. Die IGVW ist ein Zusammenschluss der DTHG, des Europäischen Verbands der Veranstaltungs-Centren (EVVC), des Verbands Direkte Wirtschaftskommunikation (FAMAB) und des VPLT. Eines der Ziele der IGVW ist es, Qualitätsstandards zu entwickeln.

Standards der Branche

Bei den Standards, die den Arbeitsschutz betreffen, arbeiten IGVW und das Sachgebiet „Bühnen und Studios“ im DGUV-Fachbereich Verwaltung eng zusammen. Sie ergänzen und konkretisieren die für die Branche geltenden Gesetze, Verordnungen, Vorschriften und Regeln. Die IGVW-Standards haben den Status einer Regel der Technik. „Mit diesen Standards besteht die Chance für die Branche, zu besonderen Themen eigene praxismgerechte Qualitätsanforderungen festzuschreiben“, erläutert Braeutigam. Es werden bei der Erstellung der IGVW-Standards keine Festlegungen getroffen, die bereits im berufsgenossenschaftlichen Vorschriften- und Regelwerk enthalten sind. Sie können kostenfrei auf der Website der IGVW unter Qualitätsstandards heruntergeladen werden. Im Zusammenhang mit den Qualitätsstandards ist auch die Deutsche Prüfstelle für Veranstaltungstechnik (DPVT) zu sehen. Die DPVT prüft und zertifiziert als brancheninterne Stelle qualitätsgesicherte Prozesse von Dienstleistern. Hierbei ist die Arbeitsschutzorganisation ein wesentliches Prüfmerkmal. (FS)

Info

- VBG-Seminar „Fernseh-, Hörfunk-, Film-, Theater- und Veranstaltungstechnik: Sicherheit vor und hinter den Kulissen“ (BSTR), www.vbg.de/seminare
- Interessengemeinschaft Veranstaltungswirtschaft, www.igvw.de
- Deutsche Prüfstelle für Veranstaltungstechnik, www.dpvt.de

Informationsschriften für Veranstaltungs- und Produktionsunternehmen

Die berufsgenossenschaftlichen Informationsschriften können auf www.vbg.de heruntergeladen werden, die Praxishilfen der Interessengemeinschaft Veranstaltungswirtschaft (IGVW) auf www.igvw.de.

Entgeltnachweis 2014

Schnell und bequem online!

Unternehmer müssen auch für das Jahr 2014 wieder zwei Meldungen zur Unfallversicherung abgeben: ihren Entgeltnachweis bei der VBG und die Meldung zur Sozialversicherung.

Der Entgeltnachweis muss bis spätestens 11. Februar 2015 bei der VBG eingegangen sein. Er bildet die Grundlage für die Berechnung des Beitrags, den die Unternehmen für den Unfallversicherungsschutz der Beschäftigten in ihrem Betrieb und auf dem Weg dorthin zahlen müssen. Ohne fristgerechte, vollständige Angaben schätzt die VBG die Daten. Beitragsforderungen können dann höher ausfallen als erforderlich. Die Formulare für den Entgeltnachweis werden die Mitgliedsunternehmen im November dieses Jahres erhalten. Darin muss der Unternehmer folgende Angaben machen:

- die Zahl der im Unternehmen Beschäftigten,
- die Höhe der gezahlten Entgelte,
- die Zahl der von den Beschäftigten geleisteten Arbeitsstunden.

Der Unternehmer kann den Entgeltnachweis auch einfach, sicher und schnell online unter www.vbg.de unter dem Service „Entgelt melden“ einreichen. Die Zugangsdaten (PIN und Kundennummer) befinden sich auf dem Formular. Daneben gibt der Unternehmer weiterhin den in das Meldeverfahren zur Sozialversicherung (DEÜV-Verfahren) integrierten Nachweis ab. Nach Ablauf des Übergangszeitraums entfällt der Entgeltnachweis an die Unfallversicherung.

Die VBG berechnet dann den Beitrag nur noch nach den elektronischen Meldungen zur Sozialversicherung (DEÜV-Meldungen). Die Unternehmer sollten die DEÜV-Meldungen daher bereits zum 01.01.2015 korrekt in den Lohnabrechnungsprogrammen führen. So kann auch zukünftig die Berechnung des Beitrags mit korrekten Entgeltangaben erfolgen. Diese fünf Daten sind für die elektronische Meldung zur Sozialversicherung im DEÜV-Verfahren entscheidend:

- 1.) die VBG-Betriebsnummer: 15250094
- 2.) die Mitgliedsnummer (10-stellige Kundennummer bei der VBG ohne Schrägstriche)
- 3.) das Unfallversicherungspflichtige Entgelt je Beschäftigten (bis 96.000 Euro/Jahr)
- 4.) die Gefahrfarbstelle (4-stelliger Struktur Schlüssel, der auf dem Bescheid über die Veranlagung zu den Gefahrfarbklassen gem. § 159 Abs. 1 SGB VII und auf dem Entgeltnachweisformular angegeben ist)
- 5.) die Zahl der geleisteten Arbeitsstunden pro Mitarbeiter (entsprechend Aufzeichnungen oder gewisserhafter Schätzung). Sollten Probleme bei der Dateneingabe oder Pflege des Lohnabrechnungsprogramms auftreten, sind die Softwarehersteller die richtigen Ansprechpartner. (HA)

Info

Für Fragen zu den einzugebenden Daten hilft die VBG gerne unter www.vbg.de, Suchwort „DEÜV“ oder im Kundendialog unter Tel. 040 5146-2940 weiter.

SEPA-Lastschriftverfahren

Zahlen Sie Ihren jährlichen Beitrag zur VBG per Lastschriftverfahren. Ihre Vorteile:

- Abbuchung erst bei Fälligkeit
- Nie mehr Säumniszuschlag zahlen, denn die Beiträge gehen rechtzeitig ein.
- Wertvolle Zeit sparen
- Keinerlei Risiko. Die Einzugsermächtigung ist jederzeit ohne Angabe von Gründen widerrufbar. Sie haben eine Einspruchsfrist von sechs Wochen nach Rechnungsabschluss.

Profitieren Sie von diesen Vorteilen und nutzen Sie das Lastschriftverfahren!

Info

www.vbg.de, Suchwort: SEPA

Termine

Die Sitzung der VBG-Vertreterversammlung findet am 4. Dezember 2014 im Maritim Hotel & Internationales Congress Center in Dresden statt. Beginn der Sitzung ist 9:00 Uhr.

Am 17. November 2014 findet das 11. Symposium Hochleistungssport im Berliner Olympiastadion statt. Einmal im Jahr organisieren das Unfallkrankenhaus Berlin und die VBG das Forum für Sportexperten. Ausführlichere Infos unter: www.sportsymposium.de

Die nächste Ausgabe erscheint am 15. Januar 2015

Schwerpunkt Risiko



Impressum

Herausgeber: VBG, Deelbögenkamp 4, 22297 Hamburg, www.vbg.de. Verantwortlich für den Inhalt (i.S.d.P.): Dr. Andreas Weber. Chefredaktion: Daniela Dalhoff (VBG). Redaktion: Ina Brehmer, Gilbert Brenning, Friederike Dittmer, Eckehard Froese, Manuela Gnauck-Stuwe, Dominik Heydweiller, Holger Kähler, Matthias Michaelis, Dr. Andreas Weber (VBG), Hanna Ashour (HA), Miriam Becker (mir), Ricarda Gerber (RG), Falk Sinß (FS) (Universum Verlag). Redaktion und Gestaltung: Universum Verlag GmbH. Druck: apm – alpha print medien AG. Nachdrucke aus dem Sicherheitsreport auch in Auszügen nur nach Genehmigung durch die Redaktion. Erscheinungsweise: vierteljährlich, Nr. 4/2014. Der Bezugspreis für den Sicherheitsreport ist durch den Beitrag abgegolten. Bestellnummer: 01-05-5162-1.

Kontakt zu Ihrer VBG-Bezirksverwaltung: www.vbg.de/standorte

Sie möchten uns eine Adressänderung mitteilen?

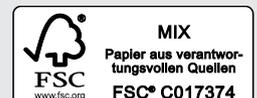
Den Kontakt zu Ihrer VBG-Bezirksverwaltung finden Sie unter www.vbg.de/standorte.

Sie möchten die Anzahl der Exemplare ändern, die Ihnen zugestellt werden?

Bitte wenden Sie sich an den Kundendialog der VBG, telefonisch unter 040 5146-2940 oder per E-Mail: kundendialog@vbg.de.

Sie haben inhaltliche Fragen oder Anmerkungen zum Magazin?

Die Redaktion erreichen Sie telefonisch unter 040 5146-2562 oder per E-Mail: sicherheitsreport@vbg.de.



Schneller zum Ziel.

**Seminare 2015 finden und Plätze sichern –
ab dem 9. Oktober 2014 auf der VBG-Webseite**



www.vbg.de/seminare

Die telefonische Beratung und Buchung für die Seminare 2015
stehen ab dem 13. Oktober zur Verfügung.

 **VBG**
Ihre gesetzliche
Unfallversicherung