KW
43-44 / 2026

Arbeitssicherheit & Gesundheitsschutz

aktuell

IMPULSE + LÖSUNGEN FÜR DIE PRAXIS

HAUTSCHUTZ IM WINTER: WICHTIG, ABER KOMPLEX

Bei Kälte und Nässe ist Hautschutz für die Schaffenden besonders wichtig. S. 3

TOP-THEMA

KLEINER FUNKE, GROSSE WIRKUNG

Zeigen Sie Beschäftigten, woran sie 5 typische Zündquellen erkennen. S. 6

ACHTUNG: GEFÄHRLICHE UMDREHUNG!

Mit dieser Checkliste vermeiden Sie typische Fehler beim Flexen. S. 8

„Kälte, Nässe – trockene, spröde Haut: Speziell im Winter ist Hautschutz unverzichtbar."

SAFETYXPERTS
Ihre Spezialisten für Arbeitssicherheit

Sabine Kurz
(SK)

Fachjournalistin für Arbeitssicherheit

Sabine Kurz, Journalistin, Blattmacherin und Buchautorin, hat Psychologie studiert und berät, konzipiert und schreibt seit vielen Jahren erfolgreich zu den Themen Arbeitssicherheit, Elektrosicherheit, Medizin und Gesundheitspolitik sowie Psychologie. Sie arbeitet für Zeitschriften, grosse Verbände und Unternehmen.

Wir freuen uns auf Ihre Fragen und Anregungen! Senden Sie diese doch bitte an redaktion@safetyxperts.de.

Sicher beim Schaffen und in der Freizeit

Liebe Leserin, lieber Leser

Einer der Vorteile des Schweizer Systems der Unfallversicherung ist, dass Versicherer wie die Suva sowohl betriebliche als auch private Risiken versichern. Unternehmen und SiBe wie Sie tun deshalb gut daran, auch in Instruktionen beide Themenbereiche anzusprechen. Denn ob Mitarbeitende aufgrund eines privaten oder eines betrieblichen Unfalls daheim bleiben müssen, macht keinen Unterschied. Auch die Präventionsmassnahmen überschneiden sich. Beim Skifahren etwa ist der Haut- und Kälteschutz mindestens so relevant wie bei der Arbeit. Gut, wenn die Schaffenden das von Ihnen erfahren. Mit einem Anteil von 56 % sind übrigens die 40- bis 60-jährigen Verunfallten besonders gefährdet, schwere Verletzungen und langfristige Gesundheitsschäden davonzutragen. Sagen Sie es Ihnen, damit sie auf sich achtgeben. Das wünscht sich

Sabine Kurz

Sabine Kurz

Weitere FachredaktorInnen des SafetyXperts-Teams

Dr. Robert Kaufmann
(RK)

Der Mann der Praxis: Als Leiter eines Forschungslabors und Sicherheitsbeauftragter mit mehr als 30 Jahren Berufserfahrung kennt Dr. Robert Kaufmann die alltäglichen Tücken und Herausforderungen.

Theorie ist das eine, aber echte Praxistipps und Lösungen für die Umsetzung mit anderen Fachleuten zu teilen ist ihm ein primäres Anliegen.

Rafael de la Roza
(dlR)

Der Pragmatiker: „Fachchinesisch ist mir fremd, damit ist niemandem geholfen." Rafael de la Roza versteht es, komplizierte Sachverhalte leicht verständlich auf den Punkt zu bringen, sodass praktisch Schaffende vor Ort Massnahmen schnell umsetzen können.

Dr. Mikko Börkircher
(MB)

Immer top informiert: Dr. Mikko Börkircher ist seit mehr als 15 Jahren beratend als Arbeitswissenschaftler und Sicherheitsingenieur in den Branchen Bau, Chemie sowie in der Metall- und Elektroindustrie tätig. In zahlreichen Ausschüssen und Normungsgremien befasst er sich mit dem Thema Arbeits- und Gesundheitsschutz und hat frühzeitig Informationen zu Änderungen.

Onlinebereich

Nutzen Sie mehr als 650 Checklisten, Muster, Vorlagen und Lehrvideos unter **safetyxperts.de/login**

Fragen an die Xperten

Stellen Sie Ihre individuellen Fragen gerne über das Kontaktformular auf **safetyxperts.de/login**

Hautschutz im Winter: wichtig, aber kompliziert – so bewältigen Sie alle Herausforderungen

In den kalten Monaten ist Hautschutz, speziell beim Schaffen im Freien, besonders wichtig – und häufig auch kompliziert. Denn während Mitarbeitende im Büro unter der trockenen Luft leiden, sind Beschäftigte draussen Kälte, Wind und Nässe ausgesetzt. Mit geeigneten Hautschutzprodukten, Kälteschutzkleidung und wirksamen Instruktionen kommen alle Mitarbeitenden sicher und gesund durch den Winter. (SK)

Auch unabhängig vom Arbeitsplatz ist die Haut im Winter oft extremen Temperaturschwankungen ausgesetzt. Kommt man aus der Kälte im Freien in womöglich überheizte Innenräume, bedeutet das für die Haut Stress pur. Instruieren Sie die Mitarbeitenden, dass Hautpflege im Winter auch im Privatleben entscheidend ist, um echten Hautproblemen vorzubeugen.

Sanfte Pflege hilft der Haut im Winter

Winterkälte entzieht der Haut Feuchtigkeit und trocknet sie aus. Gleichzeitig ist oft zu wenig Fett vorhanden, das die vorhandene Feuchtigkeit speichern könnte. Pflegeprodukte, die möglichst gut vor Kälte und trockener Heizungsluft schützen, sollten deshalb einen niedrigeren Wasseranteil als die Sommerpflege haben und mehr Fett enthalten. Hautärztinnen und -ärzte empfehlen, zuerst ein Feuchtigkeit spendendes Serum aufzutragen und dieses mit einer reichhaltigen Pflegecreme zu fixieren.

Dennoch kann die natürliche Hautbarriere im Lauf der kalten Monate schwächer werden. Bei empfindlichen Personen kann sich dann ein sogenanntes Winterekzem entwickeln. Dabei handelt es sich um eine entzündliche, nicht-allergische Hautreaktion, die sich durch ein Spannungsgefühl in der Haut, starken Juckreiz sowie Rötungen und trockene, schuppende Stellen bemerkbar macht. Betroffen sind oft Hände, Gesicht, Ellenbogen und Schienbeine. Zur Linderung sind pH-neutrale Cremes mit Urea oder Glycerin sinnvoll. Kommt es zu Rissen, Bläschen oder nässenden Stellen, sollte man eine Hautärztin oder einen Hautarzt aufsuchen.

Mein Tipp

Hersteller von professionellen Hautschutzpräparaten stellen meist auch Cremes her, die sich sehr gut für die private Anwendung eignen. In der Regel sind sie auch für empfindliche Personen und Allergiker geeignet.

Warum Hautschutz so wichtig ist

Mit 800 bis 1´200 gemeldeten Fällen pro Jahr machen Hautschäden in der Schweiz ein Viertel der Berufskrankheiten aus. Nicht immer sind anlagebedingte Allergien die Ursache. Auch gesunde Arbeitnehmende können Hauterkrankungen entwickeln, wenn ein geeignetes Hautschutzkonzept an ihrem Arbeitsplatz fehlt.

Die Haut, das grösste Organ des menschlichen Körpers, besteht aus drei Schichten. Die Oberhaut bietet ersten Schutz vor physikalischen, chemischen und biologischen Einwirkungen und hält Feuchtigkeit im Körper. Sie besitzt einen schwach sauren, natürlichen Schutzmantel, dessen Erhalt entscheidend für die Hautgesundheit ist. Die darunter liegende Lederhaut enthält elastische Fasergeflechte (Kollagen), Hautnerven, Haarwurzeln sowie Talg- und Schweissdrüsen. Sie versorgt die Oberhaut mit Nährstoffen. In der Unterhaut liegt das Fettgewebe, das als dem Körper als wichtiger Kälteschutz und Fettspeicher dient.

Mechanische, chemische und viele andere Einwirkungen können den natürlichen Schutzmantel der Haut beeinträchtigen und sogar zerstören. Die geschädigte Haut ist dann nicht mehr in der Lage, schädigende Einflüsse aus der Umwelt abzuwehren.

Dann kann zu Hautschäden und zum Eindringen von Mikroorganismen wie Viren und Bakterien kommen. Mit einem gut angepassten Hautschutzkonzept jedoch lassen viele Schäden sich verhindern.

Haut- und Körperschutz für draussen

Kälte gefährdet die Gesundheit von Körper und Haut aller Beschäftigten, die im Winter im Freien arbeiten – etwa im Transport- und Baugewerbe, in land- und forstwirtschaftlichen Betrieben, im Garten- und Landschaftsbau oder im Strassenunterhalt. Erstellen Sie für diese Mitarbeitenden umfassende Schutzkonzepte: Hautpflege- und Hautschutzprodukte allein reichen nicht aus! Denken Sie auch an diese Massnahmen:

- **Kleidung, die vor Kälte schützt**

  Neben für die jeweilige Tätigkeit geeigneten Handschuhen benötigen die Schaffenden wind- und wasserdichte, mehrschichtige Kleidung. Dazu gehört auch feuchtigkeitsregulierende Unterwäsche. Je nach Tätigkeit stehen Einlegesohlen und Handwärmer zur Verfügung, die sich beim Gebrauch selbsttätig erwärmen. Instruieren Sie die Mitarbeitenden, dass sie Kleidung, Wäsche und speziell Socken zum Wechseln bereithalten. Zur Kleidung gehört bei Bedarf auch ein Schutz gegen das Ausrutschen auf Schnee und Eis durch Spikes, die an der Schuhsohle befestigt werden.

  Bereits ohne Frost können Temperaturen knapp über 0 °C gefährlich werden, wenn Wind und Feuchtigkeit die Hauttemperatur senken. Fällt diese an Wangen, Nasen, Ohrmuscheln, Fingern und Zehen unter 25°C, leidet der lokale Stoffwechsel. Unter minus 3°C droht die Haut an gefährdeten Stellen zu erfrieren! Dabei können sogenannte Frostbeulen entstehen – entzündliche, schmerzende Kälteschäden, die sich durch Rötungen und Jucken bemerkbar machen.

- **Aufwärmmöglichkeiten**

  Auf keinen Fall dürfen sich die Schaffende den ganzen Arbeitstag lang im Freien aufhalten. Sorgen Sie für geheizte Räume, um sich zwischendurch aufzuwärmen und bei Bedarf nasse Kleidung oder Schuhe zu wechseln, und stellen Sie sicher, dass

Fortsetzung auf Seite **4**

FORTSETZUNG VON SEITE 3 **Hautschutz im Winter: wichtig, aber kompliziert**

alle sich zwischendurch mit warmen Getränken und Speisen aufwärmen können.

- **Angepasste Pausenregelung**

  Gerade bei schwerer körperlicher Arbeit benötigen die Mitarbeitenden häufigere Pausen als sonst. Alleinarbeit ist dabei möglichst zu vermeiden. Sorgen Sie allfällig für Kommunikationseinrichtungen, mit denen allein schaffende Beschäftigte bei Problemen Hilfe alarmieren können.

- **Sichtbarkeit gewährleisten**

  Zur Verhütung von Unfällen ist es entscheidend, dass die Beschäftigten von Dritten gesehen werden. Warnkleidung ist in der Schweiz u. a. für alle gewerblichen Arbeiten im Bereich öffentlicher Strassen vorgeschrieben. Sorgen Sie dafür, dass die Mitarbeitenden im Winter generell eine Persönliche Schutzausrüstung (PSA) tragen, die die Sichtbarkeit erhöht.

- **Windschutz für draussen**

  Bei starkem Wind sinkt die gefühlte Temperatur dramatisch. Ein Beispiel: Bei einer Lufttemperatur von +10 °C beträgt die gefühlte Temperatur lediglich +6 °C, wenn der Wind mit einer Stärke von 30 km/h weht. Das Risiko von Unterkühlung und Erfrierungen steigt enorm.

  Das Kälteempfinden verändert viele Körperfunktionen. Klamme Finger und gefühlt steife Muskeln und Gelenke haben wir alle schon erlebt. Bei Kälte sinkt aber auch die Konzentrationsfähigkeit: Wir reagieren langsamer und sind weniger vorsichtig. Deshalb kommt es bei Kältearbeiten schneller zu Unfällen.

Kompletter Hautschutz ist entscheidend

Dass Mitarbeitenden geeignete Hautschutzpräparate zur Verfügung gestellt werden, ist zu jeder Jahreszeit wichtig – aber besonders im Winter. Die Schaffenden benötigen …

- ein Präparat für den Schutz der Haut, das vor der Arbeit aufgetragen wird.
- ein Reinigungsmittel, um Schmutz und Schmier nach der Arbeit zu entfernen. Allzu abrasive Produkte, die schwere Verschmutzungen „abschmirgeln", sollten im Winter vermieden werden.
- eine Pflegecreme, die nach der Reinigung aufgetragen wird.

Download-Tipp

Alle wichtigen Fakten zu branchenbezogenem Hautschutz und zu besonderen Anforderungen finden Sie unter:
t1p.de/6mjag

So gefährlich ist Kälte für den Körper

Wer in der Stadt oder in der Agglomeration lebt, empfindet Kälte zwangsläufig als weniger existenziell als Personen, die in abgelegenen Regionen leben oder arbeiten. Allfällig können Beschäftigte im Freien aber fast überall Kälte erleben, die die Gesundheit und sogar das Leben bedroht.

Schafft jemand etwa bei Frost weiter, obwohl die Schuhe nass und durchgeweicht sind, kann es zu einem lokalen Kälteschaden an Füssen und Zehen kommen. Solche Erfrierungen sind leider nicht selten und müssen rasch behandelt werden. Neben den Füssen sind Hände und Gesicht besonders häufig betroffen. Bei Eisregen und heftigen Windböen etwa sind kleinste Verletzungen der Gesichtshaut möglich, in die Mikroorganismen eindringen können.
Müssen Beschäftigte sich länger im Freien aufhalten als geplant, etwa bei einer wegen einer Schneeverwehung oder Blitzeis unpassierbaren Strasse, nach einem Sturz oder bei einem Fahrzeugschaden, kann es auch heute noch zu lebensbedrohlicher Unterkühlung kommen. Dann zeigt sich wieder, warum Kälte und Alleinarbeit nicht sicher sind. Denn sinkt die Körpertemperatur stark ab, können Mitarbeitende so verwirrt sein, dass sie den Ernst ihrer Situation nicht mehr realistisch einschätzen. Bei mehreren Personen ist dieses Risiko zumindest reduziert und die Wahrscheinlichkeit, dass die Betroffenen Hilfe anfordern, steigt. Der Notruf ist hier der richtige Ansprechpartner.
Stellen Sie bei Kältearbeit unbedingt sicher, dass die Mitarbeitenden sich regelmässig melden, speziell dann, wenn einsetzende Dunkelheit die Risiken erhöht.
Wichtig: Kommt es beim Schaffen zu kältebedingten Hautschäden oder Erfrierungen, gelten diese als Berufskrankheiten und sind der Suva bzw. der Unfallversicherung zu melden, auch wenn sie zunächst unbedeutend erscheinen.

Prüfen Sie immer, ob Handschuhe und Handschutz kombiniert werden können. Allfällig ist es sinnvoll, über dem Hautschutzpräparat Unterziehhandschuhe aus Baumwolle zu tragen und erst als dritte Schicht einen Handschuh zum Kälteschutz anzuziehen.

Professionelle Hautschutzpräparate helfen im Winter, die Haut zu schützen.

Fazit

Für viele Bereiche der Arbeitssicherheit und des Gesundheitsschutzes können Sie frei zugängliche Vorlagen nutzen, um geeignete Massnahmen zu treffen – speziell beim Hautschutz. Viel häufiger aber müssen Sie mehrere Gefährdungen berücksichtigen, um die Mitarbeitenden zu schützen. Dieser Beitrag zeigt exemplarisch, wie eine solche Abstimmung auf betriebs- und situationsspezifische Schutzanforderungen beim Hautschutz aussehen kann. Ihr Wissen als SiBe und die Genauigkeit, mit der Sie Risiken bewerten, entscheiden heute wie früher, wie gesund und sicher die Mitarbeitenden in Ihrem Unternehmen schaffen können.

Drinnen und draussen unterwegs in Herbst und Winter: Hier lauern die Gefahren

Radlader, Stapler, Liefer- und Servicefahrzeuge – kaum ein Unternehmen kommt ohne diese mobilen Arbeitsmittel aus, um die innerbetriebliche Logistik und die Kundenansprüche zu erfüllen. Gefährlich wird es, wenn sich Personen, die zu Fuss, mit dem Velo oder mit einem Motorfahrzeug unterwegs sind, denselben Bewegungsraum teilen. Speziell in Herbst und Winter steigt das Risiko zusätzlich wegen schlechter Sicht und verschmutzen Verkehrswegen. (SD)

Mobile Arbeitsmittel und Fahrzeuge sind immer wieder Auslöser schwerer Unfälle, wie die drei realen Unfallszenarien zeigen.

- **Tödlicher Radladerunfall**

  Auf dem Betriebsgelände einer Baustofffirma schafft ein 30-jähriger Mitarbeiter im Aussenbereich. Auf dem Gelände ist auch ein Radlader im Einsatz. Dann kreuzen sich die Wege von Mensch und Maschine. Der junge Mann wird von dem Radlader erfasst und so schwer verletzt, dass er noch an seiner Arbeitsstelle stirbt. Anwesende Mitarbeitende müssen als Zeugen des Unfalls durch ein Kriseninterventionsteam betreut werden.

- **Wenn die Aufmerksamkeit fehlt**

  Auch Gabelstapler gehören zu den mobilen Arbeitsmitteln mit hohem Gefährdungspotenzial: Ein 35-jähriger Mitarbeiter wurde beim Überqueren eines innerbetrieblichen Verkehrswegs im Lager von dem Führer eines Gabelstapler übersehen. Der angefahrene Fussgänger schaute während des Unfalls auf sein Natel und der Gabelstaplerführer fuhr rückwärts, ohne sich umzusehen. Der Verunfallte wurde so schwer verletzt, dass er ein Bein verlor.

- **Vorsicht: Toter Winkel!**

  Ein Camion-Chauffeur startet auf dem Betriebsgelände einer Spedition morgens seinen Lastwagen, um zu seiner Tour aufbrechen. Als er von der Ausfahrt der Logistikfirma auf die öffentliche Strasse abbiegen will, übersieht er eine Velofahrerin. Diese stirbt noch am Unfallort.

In Herbst und Winter steigt das Risiko für Unfälle mit Fahrzeugen

Jetzt beginnt wieder die Zeit, in der sich viele Wege verändern. Beschäftigte starten morgens im Dunkeln, kommen abends in der Dämmerung nach Hause und sind bei Regen, Nebel, Schnee und Eis auf nassem Asphalt unterwegs. Die tief stehende Sonne kann Fahrzeugführende blenden, vor allem, wenn beschlagene oder verschmutzte Scheiben einen klaren Blick verhindern. Warnkleidung verschwindet unter dunklen Jacken und erschwert die Sichtbarkeit. Laub und Regen verwandeln Wege in Rutschbahnen.

So verhindern Sie Unfälle mit Fahrzeugen

- **Betriebliche Verkehrswege trennen:** Innerbetrieblich sollten Personen, die zu Fuss, mit dem Velo oder einem Motorfahrzeug unterwegs sind, möglichst getrennte Verkehrswege nutzen können. Wo eine Trennung nicht möglich ist, müssen Vorrang, Geschwindigkeit und Begegnungsstellen klar geregelt sein.
- **Begegnungszonen sicher gestalten:** In Arbeitsbereichen, in denen Menschen und Fahrzeuge nebeneinander arbeiten, wie etwa Lagern und Logistikbereichen, können zusätzliche Massnahmen erforderlich sein, um die Begegnungen sicher zu gestalten. dazu zählen z. B. kamera- oder sensorgestützte Assistenzsysteme, die Hindernisse erkennen, Fahrzeugführende warnen und das Fahrzeug allfällig selbsttätig bremsen.

Überall dort, wo Personen zu Fuss und Fahrzeuge sich begegnen können, ist besondere Aufmerksamkeit gefordert.

Mein Tipp

Sensibilisieren Sie Fahrzeugführende und Zufussgehende für tote Winkel: Gehen Sie in Ihren Instruktionen darauf ein, wo sich die toten Winkel der jeweiligen Fahrzeuge befinden und wie gross diese sind. Hier eignet sich ein „Versteckspiel": Wer schafft es, sich als Person, die zu Fuss unterwegs ist, für die fahrzeugführende Person unsichtbar zu machen?

- **Rangiervorgänge vermeiden:** Rückwärtsfahren, Wenden und Abbiegen sind Hochrisikosituationen. Daher sind diese auf dem Betriebsgelände z. B. durch eine kluge Verkehrsführung möglichst zu vermeiden. Wo das nicht möglich ist, braucht es freie Sicht, Spiegel, Kameras, Warneinrichtungen oder speziell instruierte Personen als Einweiser.
- **Sichtbarkeit herstellen:** Warnkleidung hilft, ersetzt aber keine gute Beleuchtung. Prüfen Sie speziell Tore, Kreuzungen, Rangierbereiche, Baustellenzufahrten und Wege zwischen Parkplatz und Eingang auf eine ausreichende Beleuchtung.

Mein Tipp

2025 ereigneten sich laut Unfallstatistik der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) mehr als 40 % der tödlichen Arbeitsunfälle auf dem Arbeitsweg. Erinnern Sie also Ihre Mitarbeitenden im Herbst an Licht, reflektierende Kleidung, Helm, angepasste Geschwindigkeit und besondere Vorsicht an Einmündungen, Ausfahrten und beim Fahren neben Lastwägen. Dies kann beispielsweise in kurzen Sicherheitsmomenten zu Beginn von Besprechungen oder als Tipp auf dem betrieblichen Info-Screen geschehen.

Kleiner Funke, grosse Wirkung – so erkennen Beschäftigte kritische Zündquellen

Bei Explosionen und Verpuffungen denken viele zuerst an offene Flammen. Im betrieblichen Alltag sind die gefährlichen Auslöser jedoch oft unscheinbarer: ein ungeeignetes Gerät, eine heisse Oberfläche, mechanisch erzeugte Funken, elektrostatische Aufladung oder ein defektes Kabel. Sensibilisieren Sie Beschäftigte in der Instruktion deshalb gezielt dafür, wo bei ihrer Arbeit Energie freigesetzt werden kann, die im falschen Moment zur Zündquelle wird. (SD)

Eine Explosion wird nicht allein dadurch verursacht, dass brennbare Gase oder Dämpfe vorhanden sind. Sie braucht immer zwei Partner: Kritisch wird es erst, wenn eine explosionsfähige Atmosphäre und eine wirksame Zündquelle zur selben Zeit am selben Ort zusammentreffen. An dieser Stelle setzt der Explosionsschutz an: Das erste Ziel ist immer, die Bildung einer gefährlichen Atmosphäre zu verhindern. Ist das nicht möglich, muss sichergestellt sein, dass es keine wirksamen Zündquellen in der Umgebung gibt.

Für Beschäftigte ist dabei vor allem wichtig: Eine Zündquelle muss nicht spektakulär aussehen. Sie muss nur genügend Energie haben, um ein vorhandenes Gemisch zu entzünden. Die offene Flamme ist deshalb zwar der bekannteste Auslöser, aber längst nicht der einzige.

Auch was harmlos aussieht, kann kritisch sein

Machen Sie in der Instruktion deutlich: Viele alltägliche Tätigkeiten können eine Zündquelle enthalten oder darstellen: Das Abfüllen von Flüssigkeiten erzeugt Reibung – es entsteht elektrostatische Aufladung. Beim Lösen einer festsitzenden Schraube kann es zu einem mechanischen Funken kommen. Eine Welle kann heiss laufen. Nicht explosionsgeschützte („ex-geschützte") mobile Geräte werden „nur mal eben kurz" mit in den Ex-Bereich genommen. Sogar Kleidung kann sich elektrostatisch aufladen und so zur Zündquelle werden.

Mein Tipp

Überlegen Sie gemeinsam mit den Beschäftigten, bei welchen Tätigkeiten sie potenzielle Zündquellen verwenden oder durch ihre Tätigkeit Zündquellen entstehen können. Die folgende Aufzählung gibt Ihnen eine Hilfestellung.

Es gibt 13 verschiedene Arten von Zündquellen. Gehen Sie in der Instruktion auf die für Ihr Unternehmen relevanten Arten ein. Im Folgenden finden Sie Beispiele für 5 Arten von Zündquellen, die besonders häufig zu finden sind.

1. **Heisse Oberflächen:** Motoren, Pumpen, Heizgeräte oder heisse Rohrleitungen, z. B. nicht isolierte Dampfleitungen, können durch eine hohe Oberflächentemperatur zur Zündquelle werden. Ebenso heisse Oberflächen von Fahrzeugen, z. B. im Bereich von Katalysatoren.

Mein Tipp

Ex-geschützte Geräte werden nach ihrer maximalen Oberflächentemperatur in 6 Temperaturklassen eingeteilt. Diese Kenngrösse muss immer niedriger sein als die Zündtemperatur der am Arbeitsplatz (potenziell) vorhandenen Gase oder Dämpfe. Kennen die Teilnehmenden diese kritische Grösse? Falls nicht: Nennen Sie diese.

2. **Flammen und heisse Gase:** Offene Flammen und Funken entstehen vor allem bei Heissarbeiten, z. B. beim Schweissen oder Flexen, aber auch beim Flämmen von Dachpappe oder unerwünschtem Bewuchs auf dem Trottoir. Deshalb dürfen diese Tätigkeiten in brandgefährdeten Bereichen nur mit einer gesonderten Arbeitserlaubnis durchgeführt werden.
3. **Zündquellen durch mechanische Vorgänge:** Bei mechanischen Reib-, Schlag- und Abtrennvorgängen können Funken entstehen. Beispiele hierfür sind:
   - rotierende Teile, die an einem Gehäuse oder einer Abdeckung schleifen;
   - Hammerschläge auf Schraubenschlüssel oder Meissel, etwa beim Lösen festsitzender Schrauben oder beim Stemmen von Beton;
   - Metallwerkzeuge, die auf Metallflächen herunterfallen.
4. **Elektrische Anlagen:** Beim Betrieb ungeschützter elektrische Anlagen und Geräte kann z. B. bei Überlastung oder Defekt ein elektrische Zündfunken entstehen. Ungeeignet sind alle Geräte ohne eindeutige Ex-Zulassung. Ausserdem sollten nur geprüfte elektrische Geräte genutzt werden. In Ex-Bereichen häufig anzutreffen sind vor allem mobile Leuchten, Ladegeräte, Akkuwerkzeuge und private Natels.

Mein Tipp

Nicht jedes Ex-geschützte Arbeitsmittel ist für jede Zone geeignet. Dies gilt für elektrische Betriebsmittel ebenso wie für nicht elektrische. Gehen Sie vor allem bei der Instruktion von Wartungs-und Instandhaltungspersonal oder von Personen, die den Einsatz von Fremdfirmen koordinieren, näher auf die Kennzeichnung von ex-geschützten Arbeitsmitteln ein: Welche Geräte sind für welche Zone zugelassen?

5. **Statische Elektrizität:** Elektrostatische Funken werden oft unterschätzt. Sie entstehen z. B. beim Umfüllen, Reinigen oder Bewegen von Flüssigkeiten. Auch synthetische Kleidung kann durch Reibung elektrostatische Ladung aufbauen. Entlädt sich diese Ladung als Funke, reicht die Energie, um eine vorhandene Ex-Atmosphäre zu entzünden.

Fazit

Eine gute Instruktion sensibilisiert und trainiert den entscheidenden Blick für die Praxis: Was könnte hier zünden, auch wenn es harmlos aussieht? Wer diese Frage stellt, stoppt gefährliche Routinen, bevor aus einem kleinen Auslöser eine grosse Wirkung wird.

Raus aus der Routine – sicher arbeiten abseits des Normalbetriebs

Im Normalbetrieb greifen die Massnahmen des Explosionsschutzes meist zuverlässig ineinander: Anlagen sind geschlossen, Lüftungen laufen, Schutzmassnahmen verhindern das Entstehen einer gefährlichen explosionsfähigen Atmosphäre. Doch sobald Anlagen geöffnet, gereinigt, gewartet oder umgebaut werden, kippt diese Sicherheit. Dann brauchen Beschäftigte klare Freigaben, verlässliche Messungen und eindeutige Regeln für alle Beteiligten. (SD)

Im Normalbetrieb ist vieles geregelt. Genau das macht ihn sicher. Beschäftigte wissen, welche Tätigkeiten vorgesehen sind, welche Arbeitsmittel verwendet werden dürfen und welche Schutzmassnahmen greifen. Durch Absaugung, Lüftung oder Inertisierung wird in vielen Bereichen verhindert, dass eine Ex-Atmosphäre entsteht, oder sie wird begrenzt.

Anders sieht es aus, wenn Beschäftigte Anlagenteile öffnen, Dichtungen wechseln, Leitungen trennen, Behälter reinigen oder Störungen beseitigen. Dann können Gase oder Dämpfe austreten, Restmengen freigesetzt werden oder Lüftungsverhältnisse sich ändern. Gleichzeitig kommt bei Reparatur und Wartung häufig Fremdfirmenpersonal dazu, das mit den örtlichen Gegebenheiten nicht vertraut ist. Bei ungeplanten Stillständen oder Störungen entsteht zusätzlich Zeitdruck. In diesen Situationen ist Hirnen gefragt, bevor der erste Handgriff erfolgt.

Eine Arbeitserlaubnis ist kein Freibrief

Arbeiten in Ex-Bereichen erfordern nicht grundsätzlich eine Arbeitserlaubnis („Erlaubnisschein") – ausgenommen sind Heissarbeiten. Doch auch darüber hinaus ist sie dringend zu empfehlen, weil schon kleine Fehler dramatische Folgen haben können. Eine Arbeitserlaubnis ist weit mehr als Bürokratie: Sie legt fest, was erlaubt ist, welche Schutzmassnahmen gelten, wer beteiligt ist und wer grünes Licht gibt. Damit ist sie eine konkrete Sicherheitsentscheidung für genau diese Tätigkeit an genau diesem Ort.

Wichtig für die Instruktion: Eine Arbeitserlaubnis bedeutet nicht: „Hier ist alles sicher." Sie bedeutet: „Diese Arbeit darf unter diesen Bedingungen durchgeführt werden." Die Erlaubnis setzt damit auch eine klare Grenze: Was nicht freigegeben ist, wird nicht gemacht. Ändert sich etwas – der Arbeitsumfang, das Werkzeug, der Anlagenzustand, die Uhrzeit oder der Arbeitsbereich –, muss neu bewertet werden.

Freimessen gibt „grünes Licht" mit Verfallsdatum

Sollen Arbeiten im Ex-Bereich durchgeführt werden, ist das „Freimessen" eine entscheidende Schutzmassnahme. Dabei prüfen speziell geschulte und beauftragte Personen, ob die Atmosphäre im Arbeitsbereich frei von Explosionsgefahren ist und sicheres Arbeiten zulässt. Doch genau hier liegt der Knackpunkt: Der Messwert ist eine Momentaufnahme. Er kann sich verändern, z. B. wenn Gase oder Flüssigkeiten nachströmen, die Lüftung ausfällt, Anlagenteile während der Arbeiten beschädigt werden oder die Arbeit länger dauert als geplant.

Die Botschaft bei der Instruktion lautet deshalb: Freigemessen heisst nicht für immer sicher. Es bedeutet: unter den aktuellen Bedingungen sicher. Ändern sich die Bedingungen, wird gestoppt, gesichert und neu geklärt.

Mein Tipp

In vielen Fällen ist es notwendig, die Atmosphäre während der gesamten Arbeiten kontinuierlich oder wiederkehrend zu überwachen. Hierfür werden häufig mobile Gaswarngeräte genutzt. Diese Überwachung während der Arbeiten kann auch durch instruiertes Personal durchgeführt werden. Gehen Sie bei der Instruktion dieser Personen speziell auf die richtige Handhabung der zu verwendenden Gaswarngeräte und das sichere Verhalten bei deren Anschlagen ein. Wichtiger Teil der sicheren Handhabung ist die Funktionsprüfung vor dem Einsatz.

Fremdfirmen brauchen klare Leitplanken

Besonders anspruchsvoll wird es, wenn Fremdfirmen beteiligt sind. Sie kennen ihren Auftrag, aber nicht automatisch die Besonderheiten der Arbeitsstätte. Deshalb müssen Ex-Zonen, Freigaberegeln, Rettungswege, Ansprechpersonen, Kommunikationswege und erlaubte Arbeitsmittel vor Beginn eindeutig besprochen werden. Auch mitgebrachte Arbeitsmittel gehören auf den Prüfstand. Mobile Leuchten, Akkuwerkzeuge, Messgeräte oder Verlängerungsleitungen dürfen nicht eingesetzt werden, nur weil sie verfügbar sind. Sie müssen für den vorgesehenen Bereich und die Tätigkeit geeignet sein.

8 Check-Fragen für sichere Arbeitseinsätze

Geben Sie den Teilnehmenden der Instruktion folgende Fragen mit, die vor Beginn von Arbeiten in Ex-Bereichen sauber geklärt und mit „Ja" beantwortet sein müssen:

1. Ist eindeutig geklärt, welche Arbeit durchgeführt werden soll?
2. Ist klar abgegrenzt, wo gearbeitet werden darf und welche Bereiche tabu sind?
3. Ist bekannt, ob der Anlagenteil entleert, gereinigt, gespült, inertisiert oder getrennt wurde?
4. Liegt eine gültige Arbeitsfreigabe für genau diese Tätigkeit vor (falls betrieblich vorgesehen)?
5. Wurde durch qualifiziertes Personal mit geprüften Geräten freigemessen und ist geregelt, ob und wann erneut gemessen werden muss?
6. Sind alle eingesetzten Geräte, Werkzeuge, Leuchten und Hilfsmittel für den Bereich geeignet?
7. Sind interne Beteiligte und Fremdfirmen informiert und abgestimmt?
8. Wissen alle Beteiligten, wann die Arbeit sofort zu unterbrechen ist und wie sie sich bei Alarmen verhalten müssen?

Flexen ohne Risiko? Erst checken, dann starten!

Winkelschleifer sind echte Kraftpakete und deswegen mit Umsicht einzusetzen. Falsche Scheiben, fehlende Schutzhauben, Funkenflug, Staub, Rückschlag oder ein unsicher fixiertes Werkstück können schwere Verletzungen verursachen. Mit dieser Checkliste prüfen Beschäftigte vor Arbeitsbeginn Schritt für Schritt, ob Gerät, Scheibe, Arbeitsbereich, Persönliche Schutzausrüstung (PSA) und Arbeitsweise sicher sind. So bleibt der Funkenflug kontrolliert und die Arbeit läuft rund. (SD)

Winkelschleifer, umgangssprachlich meist „Flex" genannt, verzeihen wenig. Die häufigsten Fehler passieren nicht aus Unwissen, sondern aus Routine: Es wird „nur kurz" ohne Vorbereitung gearbeitet. Viele Beschäftigte nehmen sich nicht die Zeit, das Werkstück sauber einzuspannen, oder trennen ohne stabilen Stand. Aus Bequemlichkeit wird die Trennscheibe auch zum Schruppen genutzt und die Flex in hektischen Zeiten laufend abgelegt. Die Folgen können massiv sein: tiefe Schnittverletzungen, Augenverletzungen durch Splitter, Verbrennungen durch Funkenflug oder Verletzungen durch umherfliegende Scheibenteile. Die folgende Checkliste bremst den Automatismus aus und bringt Beschäftigte vor dem Start in den Sicherheitsmodus.

Checkliste: Arbeiten Sie mit dem Winkelschleifer wirklich sicher?

	Checkpunkt	Ja	Nein
1.	Richtiges Arbeitsmittel? Ist der Winkelschleifer für Aufgabe, Einsatzort und Umgebungsbedingungen geeignet?	☐	☐
2.	Passende Scheibe? Passen Scheibenart, Abmessungen, Bohrung und Bindung zu Gerät, Material und Arbeitsverfahren? Hinweis: Nutzen Sie Trennscheiben NIEMALS zum Seitenschleifen.	☐	☐
3.	Passende Drehzahl? Liegt die zulässige Drehzahl der Scheibe mindestens so hoch wie die maximale Leerlaufdrehzahl des Winkelschleifers?	☐	☐
4.	Verfallsdatum noch aktuell? Kunstharzgebundene Scheiben dürfen nur eine begrenzte Zeit genutzt werden? Lagern Sie Scheiben nach Herstellerangaben trocken und geschützt.	☐	☐
5.	Zustand in Ordnung? Sind Scheibe, Spannflansche, Schutzhaube, Zusatzhandgriff, Schalter, Leitung und Stecker unbeschädigt? Beschädigte Scheiben und Geräte sofort aussondern.	☐	☐
6.	Arbeitserlaubnis eingeholt? Holen Sie vor Arbeiten in brand- und ex-gefährdeten Bereichen eine Arbeitserlaubnis ein?	☐	☐
7.	Arbeitsbereich gesichert? Sind brennbare Stoffe, unbeteiligte Personen und Stolperstellen aus dem Funken- und Arbeitsbereich entfernt oder wirksam geschützt?	☐	☐
8.	Sicherer Standplatz gewählt? Arbeiten Sie von einem sicheren Standplatz aus und vermeiden Sie Arbeiten über Schulterhöhe, auf Leitern oder in instabilen Körperhaltungen?	☐	☐
9.	Werkstück sicher fixiert? Liegt das Werkstück stabil und ist es gegen Verrutschen, Verdrehen, Herabfallen oder Einklemmen der Scheibe sicher eingespannt?	☐	☐
10.	Schutzeinrichtungen vorhanden? Sind Schutzhaube und Zusatzhandgriff korrekt montiert? Ist die für Scheibe und Tätigkeit geeignete Schutzhaube montiert und so eingestellt, dass Funken, Splitter und Bruchstücke möglichst vom Körper weggeleitet werden?	☐	☐
11.	Stäube vermieden oder erfasst? Sind staubarme Arbeitsverfahren, Absaugung oder Nassverfahren vorgesehen und tragen Sie bei verbleibender Staubbelastung den festgelegten Atemschutz?	☐	☐
12.	Geeignete Kleidung und Persönliche Schutzausrüstung (PSA)? Tragen Sie enganliegende Arbeitskleidung und nötige PSA wie Augen- und Gesichtsschutz, Gehörschutz, Sicherheitsschuhe und allfällig Atemschutz?	☐	☐
13.	Sichere Verwendung? Halten Sie die Maschine mit beiden Händen an den vorgesehenen Griffen und führen Sie diese standsicher? Bleibt der Körper ausserhalb der möglichen Rückschlagrichtung? Arbeiten Sie so, dass die Scheibe weder eingeklemmt noch seitlich belastet wird und der Schnittverlauf frei bleibt?	☐	☐
14.	Sicher abgelegt? Legen Sie den Winkelschleifer erst ab, wenn die Scheibe vollständig stillsteht, und liegt er standsicher ohne Kontakt der Scheibe zur Ablagefläche?	☐	☐
15.	Scheibe sicher gewechselt? Ist das Gerät ausgeschaltet und von der Energiequelle getrennt bzw. der Akku entnommen? Nutzen Sie passende Flansche und das vorgesehene Werkzeug?	☐	☐
16.	Probelauf durchführen: Läuft eine neu montierte Scheibe zunächst in einem abgesicherten Bereich ohne auffällige Schwingungen oder Geräusche?	☐	☐

Alle Downloads finden Sie unter **www.safetyxperts.de/login**

„Sind Sprossenleitern im Betrieb noch erlaubt?“

Frage: *„Vor Kurzem berichtete eine Beschäftigte nach dem Besuch einer externen Schulung, dass Sprossenleitern ‚eigentlich nicht mehr verwendet werden dürften‘. Müssen wir jetzt alle Sprossenleitern aus dem Verkehr ziehen?“*

Svenja Dammasch: Nein. Sprossenleitern dürfen noch verwendet werden, vor allem als Verkehrsweg. Als Arbeitsplatz sind sie nur noch sehr eingeschränkt zulässig. Wer länger oder mit beiden Händen arbeitet, braucht in der Regel eine Stufenleiter mit Standplattform, ein Podest, ein Gerüst oder eine Hubarbeitsbühne.

Nicht verboten, aber nur begrenzt einsetzbar

Beschäftigte dürfen Sprossenleitern nutzen, wenn sie für die konkrete Arbeitssituation geeignet sind und die Risikoermittlung dies zulässt. Wichtig ist insbesondere, ob die Leiter nur als Zugang dient oder ob von ihr aus geschafft wird. Als Verkehrsweg können Sprossenleitern sinnvoll sein, z. B. um kurzfristig einen höher gelegenen Bereich zu erreichen. Als Arbeitsplatz sind sie dagegen kritisch: Beschäftigte stehen nur auf schmalen Sprossen. Das belastet Füsse und Beine, erschwert den sicheren Stand und erhöht die Absturzgefahr. Hier können Gerüste oder fahrbare Hubarbeitsbühnen eine bessere und sicherere Alternative sein.

Für Arbeiten Stufenleitern nutzen

Für Arbeiten auf Leitern gilt: Beschäftigte müssen sicher stehen können. Deshalb sollen Arbeiten von tragbaren Leitern aus grundsätzlich nur von Stufen oder Plattformen ausgeführt werden. Sprossenleitern sind als Arbeitsplatz nur dann vertretbar,

- wenn die Tätigkeit kurz dauert, mit geringem Kraftaufwand verbunden ist und beide Füsse sicher stehen oder
- wenn der vorhandene Platz die Aufstellung einer Stufenleiter oder eines sicheren Arbeitsmittels nicht zulässt, z. B. beim Einsteigen in Schächte.

Typische Beispiele: Eine Sprossenleiter kann geeignet sein, um kurz aufzusteigen oder eine Sichtkontrolle vorzunehmen. Bei längeren Arbeiten, schwerem Werkzeug, seitlichem Kraftaufwand oder ungünstiger Körperhaltung ist Schluss mit „mal eben“ und eine Sprossenleiter ungeeignet.

Wie und wann Sie Exoskelette einführen können

Was vor einigen Jahren noch nach Zukunftslabor klang, kommt in der Praxis an: Exoskelette werden serienreif und viele Unternehmen prüfen, ob sie Beschäftigte an körperlich belastenden Arbeitsplätzen unterstützen können. Vor der Einführung sollten Betriebe jedoch ein paar Punkte beachten, damit die Beschäftigten wirklich entlastet werden. (SD)

Die Idee ist verlockend: Rücken, Schultern oder Beine der Mitarbeitenden entlasten, ohne den Arbeitsplatz komplett umbauen zu müssen. Doch ein Exoskelett ist keine elegante Abkürzung, um die notwendige ergonomische Gestaltung zu umgehen.

Vor der Einführung steht die Beurteilung

Welche Belastung soll reduziert werden? Lüpfen und Tragen? Arbeiten über Schulterhöhe? Jedes Exoskelett bietet spezielle Unterstützung, keines ist für alle Tätigkeiten und Belastungsarten geeignet. Erst wenn klar ist, wo welche Belastungen auftreten, kann ein Exoskelett als Lösung geprüft werden. Nach dem TOP-Prinzip gilt: Technische und organisatorische Massnahmen haben Vorrang vor persönlichen wie dem Exoskelett. Vielleicht helfen bereits höhenverstellbare Arbeitsplätze, Hebehilfen, geänderte Abläufe oder Jobrotation. Exoskelette sollten nicht dazu führen, dass ungünstige Arbeitssysteme konserviert werden.

3 wichtige Fragen, die Sie klären müssen

1. Sind im Arbeitsbereich besondere Umgebungsbedingungen zu berücksichtigen, die schädigende Wirkung auf das Exoskelett haben können oder eine besondere Reinigung erforderlich machen, wie z. B. Gefahrstoffexposition, Staubbelastung, beengte Arbeitsbedingungen?
2. Ist im Arbeitsbereich weitere PSA zu tragen, die zu Wechselwirkungen mit dem Exoskelett führen kann, z. B. Persönliche Schutzausrüstung gegen Absturz (PSAgA)?
3. Wie viel Unterstützung wird benötigt? Reicht ein passives Exoskelett oder ist eine aktive Unterstützung nötig?

So vermeiden Sie den Fehlstart

Nicht alle Mitarbeitenden stehen Exoskeletten positiv gegenüber und nicht jeder Arbeitsplatz ist dafür wirklich geeignet. Die Einführung ist deshalb kein Selbstläufer. Starten Sie mit einer Erprobungsphase an einem klar beschriebenen Arbeitsplatz und testen Sie das favorisierte Modell vor dem dauerhaften Einsatz mit ausgewählten Personen. Beteiligen Sie Beschäftigte, Führungskräfte, Arbeitsarzt und -ärztin sowie allfällig die Arbeitnehmer- und die Schwerbehindertenvertretung. Legen Sie vorher fest, woran Sie den Erfolg messen: Sinkt die Belastung tatsächlich? Wird das System akzeptiert? Funktioniert es im Alltag, auch bei Schichtwechsel, Zeitdruck und unterschiedlichen Körpermassen? Werten Sie die Erprobungsphase ehrlich aus und tarieren Sie bei Bedarf nach, bevor Sie die Bestellung auslösen.

Fazit

Exoskelette sind keine PSA von der Stange. Sie können Beschäftigte spürbar entlasten – aber nur, wenn sie zur Tätigkeit, zur Person und zum Arbeitssystem passen. Nur wer sauber prüft, Beteiligte einbindet und im Alltag testet, macht aus Technikspielerei ein wirksames Präventions-instrument.

Care-Arbeit am Feierabend: Wenn die persönliche Erholung ausfallen muss

Kinder betreuen, Angehörige pflegen und dabei weiter verlässlich schaffen: Viele Menschen tragen täglich Verantwortung in mehreren Lebensbereichen. Unternehmen können diese Doppelbelastung nicht auflösen – aber die Arbeit so gestalten, dass Gesundheit und Leistungsfähigkeit erhalten bleiben, zum Vorteil von Arbeitgebenden und Arbeitnehmenden. (SD)

Der Internationale Tag der Pflege und Unterstützung am 29. Oktober rückt Care-Arbeit in den Mittelpunkt. Wer am Feierabend Kinder versorgt oder Angehörige pflegt, startet nicht automatisch erholt in den nächsten Arbeitstag. Oft bleibt die Belastung unsichtbar, bis Konzentration oder Gesundheit leiden.

Frauen übernehmen weiterhin den grösseren Anteil unbezahlter Sorgearbeit. Das Thema betrifft jedoch auch Männer, Alleinerziehende und Beschäftigte mit allfällig wachsenden Pflegeaufgaben. Schaffen Firmen nicht entsprechende Arbeitsbedingungen für diese Lebensumstände, stehen diese Gruppen als Arbeitskraft nicht zur Verfügung. Mit Blick auf das steigende Alter der Bevölkerung eine schlechte Option für Wirtschaft und Gesellschaft.

Meist sind es Frauen, die zusätzliche Verantwortung für Kinder oder pflegebedürftige Angehörige übernehmen.

Zwei Schichten, aber nur eine Erholungspause

Care-Arbeit folgt keinem Dienstplan. Ein krankes Kind oder ein Anruf des Pflegedienstes kann die Agenda kurzfristig verändern. Dazu kommt die mentale Last: Betreuungslücken schliessen, Medikamente beschaffen, Absprachen treffen, Termine koordinieren.

Wenn starre Arbeitszeiten, hohe Arbeitsdichte und geringe Spielräume auf die Anforderungen der privaten Sorgearbeit treffen, fällt für viele der Puffer für die eigene Erholung weg. Über einen kurzen Zeitraum hinweg ist das machbar.

Auf Dauer nehmen Müdigkeit und Zeitdruck jedoch zu, mit Auswirkungen auch auf die Arbeit. Das Risiko für Fehler und falsche Entscheidungen steigt. Weitere Folgen der Doppelbelastung sind kurzfristige Ausfälle, sinkende Leistungsfähigkeit oder in letzter Konsequenz der Verlust erfahrener Mitarbeitender.

Planbarkeit und zeitliche Freiräume erhalten die Leistungsfähigkeit

Ist es Aufgabe des Unternehmens, die privaten Herausforderungen der Schaffenden zu bewältigen? Nein. Doch ein vertrauliches Gespräch kann klären, welche Arbeitsbedingungen die Belastung verschärfen und was sich verändern lässt. Je nach Situation und Arbeitsplatz lassen sich allfällig Freiräume schaffen, die für echte Entlastung sorgen und damit in einer Win-win-Situation münden. Binden Sie Kader und Linienvorgesetzte, den Personalbereich (Human Resources (HR), Lohnbuchhaltung) und betroffene Personen ein. So entstehen transparente Regeln statt Einzelzusagen. Entlastung entsteht speziell durch gute Arbeitsgestaltung. Folgende Massnahmen schaffen im Alltag wirksame Spielräume:

- Geben Sie Dienst- und Einsatzpläne möglichst früh bekannt und begrenzen Sie allfällig kurzfristige Änderungen.
- Regeln Sie Mehrarbeit und Erreichbarkeit klar. Sorgen Sie ausserdem dafür, dass Beschäftigte ihre Pausen verlässlich nehmen können.
- Bieten Sie je nach Tätigkeit Gleitzeit, mobiles Arbeiten, Zeitkonten oder vorübergehend angepasste Arbeitspensen an.
- Priorisieren Sie Aufgaben neu, wenn Beschäftigte ihre Arbeitspensen reduzieren. Passen Sie dabei auch das Arbeitsvolumen tatsächlich an.
- Organisieren Sie Vertretungen schon im Vorhinein, damit kurzfristige Absenzen nicht dauerhaft zulasten einzelner Teammitglieder gehen.
- Benennen Sie feste Ansprechpersonen und informieren Sie über Beratungsmöglichkeiten sowie Freistellungsoptionen.
- Nehmen Sie das Team mit. Erklären Sie transparent, warum Spielräume geschaffen werden, damit nicht der Eindruck entsteht, einzelne Personen würden bevorzugt.

Wichtig ist eine offene Gesprächskultur. Flexible Angebote helfen nur, wenn Beschäftigte sie ohne Rechtfertigungsdruck und berufliche Nachteile nutzen können. Qualifizierung und Entwicklungsmöglichkeiten müssen auch bei zeitweise reduziertem Arbeitspensum erreichbar bleiben.

Vorteile, die im Unternehmen ankommen

Eine Care-sensible Arbeitsgestaltung schützt Gesundheit und Sicherheit. Zugleich verbessert sie die Planbarkeit, bindet erfahrene Fachkräfte und stärkt die Arbeitgeberattraktivität.

Prüfen Sie die Wirkung betrieblicher Massnahmen regelmässig mit anonymen Befragungen, Absenzmustern, Fluktuationsdaten und Gesprächen. Fragen Sie dabei nicht nach Diagnosen oder Familienverhältnissen, sondern nach Arbeitsmenge, Pausen, Erreichbarkeit und nutzbaren Spielräumen.

Fazit

Die Folgen privater Care-Verantwortung reichen weit in die täglich zu leistende Arbeit hinein. Verlässliche Arbeitszeiten, realistische Aufgaben, funktionierende Vertretungen und vertrauliche Beratung senken die Belastungen und sichern die Leistungsfähigkeit der betroffenen Beschäftigten.

NUTZEN SIE IHREN EXKLUSIVEN ONLINEBEREICH

JEDERZEIT VON ALLEN GERÄTEN AUF **MUSTER-INSTRUKTIONEN, SCHULUNGSVIDEOS** UND **WEITERE ARBEITSHILFEN** ZUGREIFEN. **GLEICH REINSCHAUEN!**

Nutzen Sie den Onlinebereich auch mobil und stöbern Sie durch die Updates:
safetyxperts.de/login

Arbeitshilfen: Muster, Vorlagen, Checklisten

Bequemer als Google und verlässlicher als KI: Sie finden über die Schlagwortsuche alle Arbeitshilfen zum Herunterladen und Bearbeiten.

Archiv: Ihre Ausgaben

Digital und auf allen Geräten können Sie auf die bisher erschienenen Ausgaben bequem zugreifen – nichts geht verloren!

Newsfeed: Aktuelle Beiträge

Bleiben Sie stets über aktuelle Themen und wichtige Änderungen im Arbeitsschutz informiert.

Impressum

Verleger: SafetyXperts, ein Unternehmensbereich der Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG • Theodor-Heuss-Str. 2–4, 53095 Bonn • Telefon: 0228/95 50 160 • Fax: 0228/36 96 480 • Internet: www.safetyxperts.de • E-Mail: kundenservice@safetyxperts.de • Vorstand: Richard Rentrop, Michael Schrader, Bonn • ISSN 2510-3741 • Erscheinungsweise: 34 x pro Jahr • Herausgeber: Martin Grashoff, Bonn • Produktmanagement: Chanaya Schönborn, Bonn • Chefredaktorin: Sabine Kurz (SK), München • Autorin: Svenja Dammasch (SD), Buxtehude • Schlussredaktion: Dr. Bernd Knappmann, Rielasingen-Worblingen • Satz: Schmelzer Medien GmbH, Siegen • Druck: Warlich Druck Meckenheim GmbH, Am Hambuch 5, 53340 Meckenheim • Kundenservice in der Schweiz: Kundenservice vnrag.ch • 9024 St. Gallen • Telefon: 0228/95 50 160 • Telefax: 0228/36 96 480 • E-Mail: kundenservice@vnrag.ch • Dieses Produkt besteht aus FSC®-zertifiziertem Papier. Alle Angaben in „Arbeitssicherheit & Gesundheitsschutz aktuell" wurden mit äusserster Sorgfalt ermittelt und überprüft. Sie basieren jedoch auf der Richtigkeit uns erteilter Auskünfte und unterliegen Veränderungen. Eine Gewähr kann deshalb nicht übernommen werden.

© 2026 by SafetyXperts, ein Unternehmensbereich der Verlag für die Deutsche Wirtschaft AG, Bonn, Berlin, Bukarest, Jacksonville, Manchester, Passau, Warschau

Bildnachweise: Titelseite: AdobeStock_RioPatuca Images; Inhalt: S. 4: AdobeStock_Efren.de; S. 5: AdobeStock_Dusan Petkovic; S. 10: AdobeStock_superstock

ZAZU: Wegweiser für mobile Arbeit

Mobile Arbeit ist zwar in vielen Unternehmen inzwischen betrieblicher Standard, doch nicht überall sind Regeln, Prozesse und Schutzmassnahmen schon stimmig.
Der kostenfreie Online-Check ZAZU der 2020 vom deutschen Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS) ins Leben gerufenen Initiative Neue Qualität der Arbeit (INQA) unterstützt Betriebe dabei, mobile Arbeit sicher und gesund zu gestalten. Das Tool hilft, Handlungsbedarfe zu erkennen, liefert praxisnahe Empfehlungen und eignet sich gut als Einstieg in die Instruktion von Führungskräften.
t1p.de/mobileArbeit

Themen der nächsten Ausgabe sind unter anderem:

Fahrerassistenzsysteme richtig nutzen: Nur eingeschaltet erhöhen sie die Sicherheit

Praxis-Check: Können Linkshänder in Ihrem Betrieb sicher und gesund arbeiten?

Zwischen Pflichtgefühl und Gesundheitsrisiko: 6 Tipps, wie Sie Präsentismus vorbeugen

SAFETYXPERTS
Ihre Spezialisten für Arbeitssicherheit