

ARBEITSBUCH

zur inklusiven Schulung über

Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz

für Arbeitnehmer*innen mit

Behinderungen

MATERIAL FÜR AUSZUBILDENDE



Safe4All



Co-funded by
the European Union



1.	Einführung in das Arbeitsbuch	2
1.1	Inhalt der Sicherheits- und Gesundheitsschulung	3
2.	Modul 1: Grundkonzept	5
2.1	Der rechtliche Rahmen	5
2.2	Gefährdung und Risiko	7
2.3	Risikobewertung	12
2.4	Prävention und Schutzmaßnahmen	13
2.5	Verantwortung für Sicherheit und Gesundheitsschutz: Rechte und Pflichten	14
2.6	Sicheres Verhalten	15
2.7	Kommunikation und Berichterstattung	16
3.	Modul 2: Die Aufgabe	18
3.1	Die Organisation des Unternehmens	18
3.2	Ihre Aufgabe	19
3.3	Ihr Arbeitsplatz	20
3.4	Die Arbeitsmittel	20
4.	Modul 3: Der Arbeitsplatz und das Risiko	25
4.1	Kennen Sie Ihren Arbeitsplatz	26
4.2	Das Risiko für Sicherheit und Gesundheit	27
4.2.1	Haltungsbedingte und ergonomische Risiken	28
4.2.2	Elektrische Gefährdung	30
4.2.3	Das chemische Risiko	34
4.2.4	Persönliche Schutzausrüstung	36
4.2.5	Arbeitsbedingter Stress	38
5.	Modul 4: Notfallmanagement	42



1. Einführung in das Arbeitsbuch

Das Arbeitsbuch soll Arbeitnehmer*innen mit Behinderungen ein Hilfsmittel für die Unterweisung in Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz an die Hand geben. Der Inhalt ist zugänglich, in vereinfachter Sprache, mit Beispielen und möglichen Situationen.

Das Arbeitsbuch kann direkt von Arbeitnehmer*innen mit Behinderungen oder mit Unterstützung der Trainer*innen verwendet werden.

Zweck dieses Instruments ist es

- allgemeine Informationen über einen Unterweisungskurs über Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit zu vermitteln;
- für/mit Arbeitnehmer*innen mit Behinderungen (den Auszubildenden) verwendet werden;
- Unterstützung und Hilfe bei der Nutzung der Kursinhalte, die dann von Trainer*innen entwickelt werden.

Die Hinweise in diesem Arbeitsbuch vermitteln ein allgemeines Verständnis, das dann an den jeweiligen Arbeitsplatz und die Fähigkeiten einzelner Arbeitnehmer*innen angepasst werden muss:

- die Rechtsvorschriften ihres Landes;
- die Verfahren zur Gefährdungsbeurteilung in ihrem Unternehmen;
- die Arbeit und die Tätigkeiten, die in ihrem Unternehmen ausgeführt werden;
- die Regeln, die sich das Unternehmen selbst gegeben hat;



1.1 Inhalt der Sicherheits- und Gesundheitsschulung

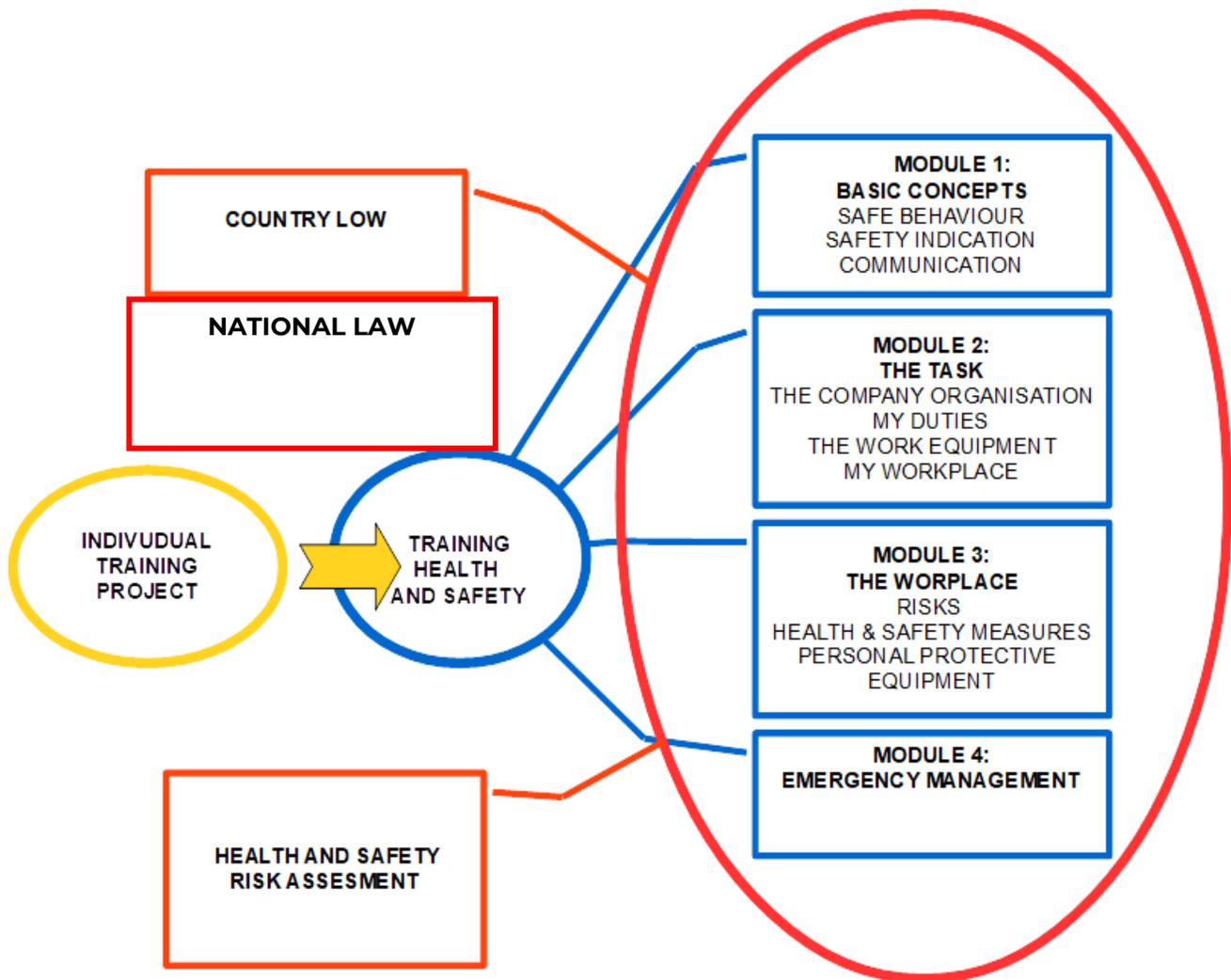
Zu den Inhalten dieser Unterweisung gehören Informationen darüber, wie Arbeitnehmer*innen mit Behinderungen bei der Erfüllung ihrer Aufgaben unterstützt werden können, sowie eine Gefährdungsbeurteilung in Bezug auf Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz. Die nationalen Trainer*innen müssen die Inhalte auf der Grundlage der Gesundheits- und Sicherheitsvorschriften ihres Landes anpassen. Um ein inklusives Arbeitsumfeld zu schaffen, sollten die Schulungsprogramme auf die individuellen Bedürfnisse einzelner Arbeitnehmer*innen zugeschnitten sein. Die spezifischen Stärken und Herausforderungen, die sich aus der Behinderung der Arbeitnehmer*innen ergeben (körperlich, geistig, sensorisch usw.) müssen berücksichtigt werden.

Der Safe4All-Schulungskurs enthält Kerninformationen, die für alle Arbeitnehmende gelten. Diese Informationen können als Grundlage für den Kurs über Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit verwendet werden; die nationalen Trainer*innen können dann spezifische Informationen über nationale Gefährdungsbeurteilungen hinzufügen, um den Kurs zu ergänzen.

Die Schulungsinhalte wurden zusammengestellt und sind nachstehend aufgeführt. Die Inhalte wurden in einen Modulpfad und einen vorgeschlagenen Schulungspfad gegliedert. Dieser Schulungsweg wurde von den Safe4All-Partnern auf der Grundlage ihrer Erfahrungen vorgeschlagen.



Die Module sind in der folgenden Tabelle aufgeführt:



	4
--	---



2. Modul 1: Grundkonzept

Das erste Modul zielt darauf ab, die Auszubildenden mit den grundlegenden Konzepten von Sicherheit und Gesundheitsschutz vertraut zu machen. Einige davon sind nachstehend aufgeführt:

- bestehende Regeln und Vorschriften für Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit;
- das Konzept von Gefahr und Schaden;
- Gefährdungsbeurteilungen;
- Vorbeugungs- und Schutzmaßnahmen;
- Verantwortung für Sicherheit und Gesundheitsschutz: Rechte und Pflichten;
- sicheres Verhalten und verbotene Handlungen;
- Kommunikation und Berichterstattung;

2.1 Der rechtliche Rahmen

In jedem Land gibt es Gesetze zum Schutz von Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz.



Kennen Sie die Gesetzgebung in Ihrem Land?

Fragen Sie Ihre Vorgesetzten.

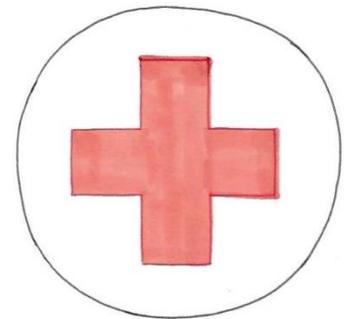
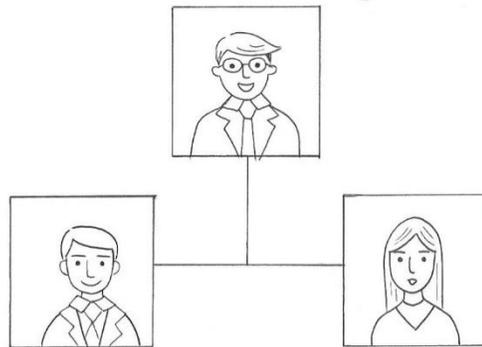


Das Gesetz legt folgende **Grundsätze** fest:

- ✓ Die Gesundheit und Sicherheit der Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer muss bei der Arbeit geschützt werden, d. h. sie dürfen sich bei der Arbeit nicht verletzen oder krank werden;

Sicherheit und Gesundheitsschutz im Unternehmen müssen organisiert sein. Es muss eine Organisation geben, die sich zusammensetzt aus:

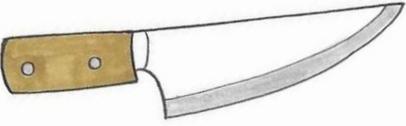
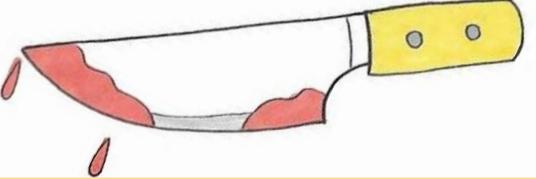
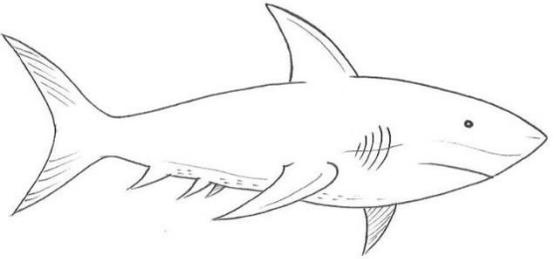
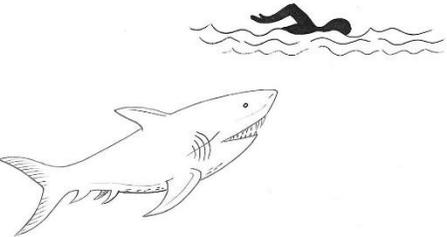
- ✓ Arbeitgeber*in,
- ✓ Funktionsverantwortlichen,
- ✓ Beauftragten für das Notfallmanagement,
- ✓ Manager*innen für Sicherheit und Gesundheitsschutz.

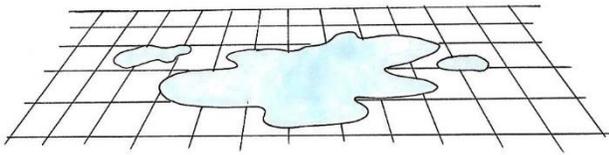




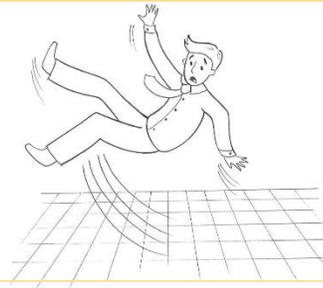
2.2 Gefährdung und Risiko

Alle Orte und Aktivitäten, die uns umgeben, **bergen Gefahren**. Auch die Arbeitsplätze und Tätigkeiten, die Sie ausüben, bergen Gefahren in sich. Aber **was ist eine Gefahr?**
Was ist ein Risiko?

Eine Gefahr IST... <i>etwas, das DIR schaden kann</i>	Ein Risiko IST... <i>die Wahrscheinlichkeit, dass eine Gefährdung einen Schaden verursacht</i>
	
Das Messer ist ein gefährlicher Gegenstand. (GEFAHR)	Unvorsichtiger Umgang mit dem Messer. Es besteht die Gefahr, dass ich mich schneide. (RISIKO)
	
Hai im Meer. (GEFAHR)	Mit Haien schwimmen. Gebissen werden. (RISIKO)



Nasser Boden. **(GEFAHR)**



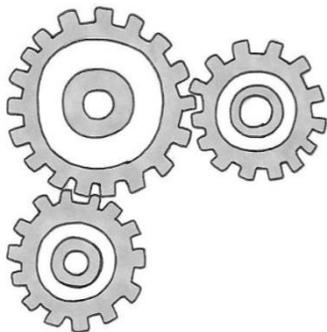
Laufen auf nassem Boden. Stürzen und Ausrutschen. **(RISIKO)**



Feuer und Ofen. **(GEFAHR)**



Sich selbst verbrennen. Etwas in Brand setzen. **(RISIKO)**



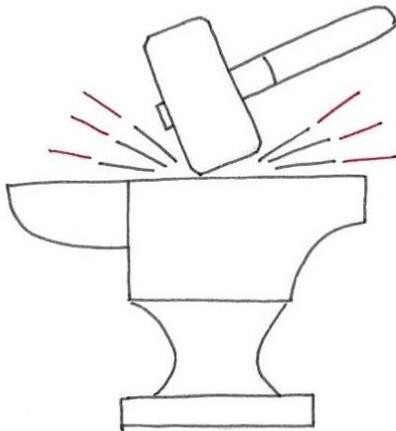
Zahnräder in Bewegung. **(GEFAHR)**



Sich in Maschinen verfangen. Körperteile verletzen. **(RISIKO)**



Es gibt Gefahren am Arbeitsplatz, die nicht so offensichtlich sind. Sie hängen davon ab, wie die Arbeit, die Aufgaben und Pflichten gehandhabt und organisiert werden. Ungünstige Situationen können zu Belastungen und Beeinträchtigungen des Wohlbefindens führen. Diese werden als **psychosoziale Risiken** bezeichnet.



Hohe Lärmbelastung. (GEFAHR)



Beschädigtes Gehör. (RISIKO)



Überlastung und Multitasking.
(GEFAHR)



Stress oder Burnout. (RISIKO)



Sehen Sie sich das folgende Bild an und suchen Sie die GEFAHREN:





Antworten

1. Person auf dem Dach (nicht angeschnallt), Gurt am Schornstein befestigt, der kein geeigneter Anschlagpunkt ist.
2. Werkzeug auf der Regenrinne balanciert - Absturzgefahr.
3. Gebrochene Sprosse an der Leiter - Absturzgefahr.
4. Leiter auf unebenem Untergrund balancieren - Absturzgefahr.
5. Leiter auf unebener Fläche abgestützt - Absturzgefahr.
6. Person (nicht angeschnallt) lehnt sich zum Fensterputzen aus dem Fenster - Absturzgefahr.
7. Person telefoniert auf der Baustelle. Sie ist abgelenkt und kann Gefahren nicht erkennen.
8. Graben (Stolpergefahr) nicht gekennzeichnet.
9. Person trägt nicht die vorhandenen Schutzhandschuhe.
10. Person benutzt den vorhandenen Gehörschutz nicht.
11. Funke in der Nähe einer brennbaren Flüssigkeit - Brandgefahr;
12. Kabel stellt eine Stolperfalle dar (mit Klebeband repariert).
13. Stolpergefahr durch das auf dem Boden liegende Werkzeug (Harke);
14. Balancieren auf einer Holzkiste statt auf einer richtigen Leiter - Absturzgefahr.
15. Das Nichttragen der vorhandenen Schutzhandschuhe.
16. Stolperfalle mitten auf dem Rasen gelassen.

Was sind die Risiken an meinem Arbeitsplatz?

Denken Sie auf der Grundlage Ihrer Erfahrungen

Denken Sie daran!

Es gibt nicht nur physische Risiken für Ihre Gesundheit und Sicherheit. Es gibt auch psychosoziale Risiken durch arbeitsbedingten Stress.



2.3 Risikobewertung

An allen Arbeitsplätzen muss eine Gefährdungsbeurteilung für Gesundheit und Sicherheit durchgeführt werden.

- ✓ Die am Arbeitsplatz vorhandenen Gefahren müssen ermittelt und die Risiken, denen Arbeitnehmer*innen ausgesetzt sind, bewertet werden. Außerdem müssen Maßnahmen zur Risikominderung festgelegt werden;

Die Risiken müssen auf ein Minimum reduziert werden, und dazu hat das Unternehmen Maßnahmen und Aktionen festgelegt.

An Arbeitsplätzen können viele Risiken vorhanden sein. Je nach der Arbeit, die Sie verrichten müssen, können Sie ihnen ausgesetzt sein. Einige Beispiele für Risiken sind:

- Chemisches Risiko;
- Lärm-/Geräuschkrisiko;
- Vibrationsrisiko;
- Biologisches Risiko;
- Arbeitsbedingtes Stressrisiko;
- Risiko durch die Verwendung von Videoterminals;
- Elektrisches Risiko
- Mechanisches Risiko;
- Ergonomisches Risiko;

Je nach den von Ihnen ausgeübten Tätigkeiten gibt es eine spezifische Risikobewertung, aus der die zu ergreifenden Maßnahmen hervorgehen:

✓ *Ihre Kenntnisse*

✓ *Ihre Fähigkeiten*



✓ *Ausbildung*

✓ *Arbeitsverfahren*

✓ *Sicherheits- und Gesundheitsschutzorganisation*

✓ *PSA - persönliche Schutzausrüstung*

✓ *Verhaltensweisen und Sachen, die Sie nicht tun dürfen (Verbote).*

Bei der Gefährdungsbeurteilung ist auch der besondere Gesundheitszustand der Arbeitnehmenden zu berücksichtigen. Die Behinderung der Arbeitnehmenden ist ein Element, das berücksichtigt werden muss.

Die Rolle des medizinischen Dienstes oder des Betreuungsdienstes ist ebenfalls sehr wichtig. Sie müssen einbezogen werden und sollen mit dem Arbeitgeber oder der Arbeitgeberin zusammenarbeiten, um die mögliche Rolle, die Aufgaben und die Verantwortlichkeiten der Arbeitnehmenden im Unternehmen festzulegen.

2.4 Prävention und Schutzmaßnahmen

Es gibt zwei Arten von Maßnahmen und Aktionen, die zur Bewältigung von Risiken ergriffen werden können:

Prävention - Dinge tun, bevor sie passieren, und sicherstellen, dass sie nicht passieren, zum Beispiel:

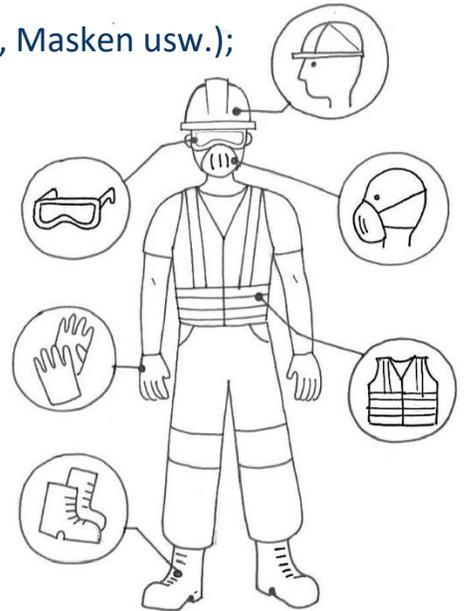
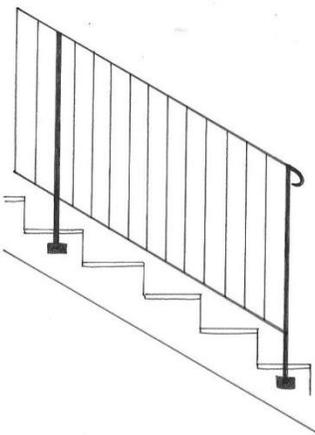
- Schulung;
- Medizinische Untersuchung;
- Organisation von Gesundheit und Sicherheit;
- Designentscheidungen für vorhandene Arbeitsplätze und Anlagen;



- Mentale Einstellung zu Risiken und Risikowahrnehmung.

Schutz - Schutz der Arbeitnehmenden vor Risiken, entweder für einzelne Personen oder für alle Arbeitnehmenden, zum Beispiel:

- ✓ Persönliche Schutzausrüstung (Handschuhe, Schuhe, Masken usw.);
- ✓ Brüstungen;
- ✓ Schutz entlang der Laufwege.



2.5 Verantwortung für Sicherheit und Gesundheitsschutz: Rechte und Pflichten

Jedes Unternehmen hat seine eigene Organisation für Sicherheit und Gesundheitsschutz. Die Teammitglieder innerhalb dieser Organisation haben bestimmte Aufgaben, die Ihnen erläutert werden.

Kennen Sie die Pflichten des Unternehmens
in Bezug auf Sicherheit und Gesundheitsschutz?

Auch die Arbeitnehmenden haben Pflichten in Bezug auf Sicherheit und Gesundheitsschutz, nicht nur für sich selbst, sondern auch für andere.



Kennen Sie Ihre Pflichten im Bereich Sicherheit und Gesundheitsschutz?

Denken Sie daran, dass Sie die erste Person sind, die sich um Ihre Gesundheit und Sicherheit kümmern muss.

2.6 Sicheres Verhalten

Ihre Gesundheit und Sicherheit hängen stark davon ab, wie Sie sich bei der Arbeit verhalten. All dies wird Ihnen während der Unterweisung in Sicherheit und Gesundheitsschutz erklärt, aber Sie können auch selbst einiges tun. Sie verhalten sich sicherer, wenn Sie Folgendes beachten:

- ✓ Die Schilder im Betrieb beachten
- ✓ Sie die persönliche Schutzausrüstung benutzen, wenn diese vorhanden ist
- ✓ Sie die Ausrüstung richtig benutzen
- ✓ Die Maßnahmen des Unternehmens zum Risikomanagement beachten
- ✓ Nicht rauchen am Arbeitsplatz;
- ✓ Keine Drogen nehmen und kein Alkohol trinken;





2.7 Kommunikation und Berichterstattung

Wenn Sie eine Risikosituation erkennen, informieren Sie Ihre Vorgesetzten. Hier sind einige Beispiele, wann Sie mit Ihren Vorgesetzten oder Kollegen*innen sprechen sollten:

- ✓ Wenn Sie nicht wissen, wie Sie ein bestimmtes Gerät benutzen sollen;
- ✓ Wenn Sie nicht wissen, welche Art von Stoff oder Chemikalie Sie verwenden werden;
- ✓ Wenn Sie nicht wissen, wie etwas zu tun ist;
- ✓ Wenn Sie eine Idee haben, wie Sie etwas besser und sicherer machen können;
- ✓ Wenn Sie eine gefährliche Situation sehen;
- ✓ Wenn Sie sich unwohl fühlen;
- ✓ Wenn Sie beschimpft werden;
- ✓ Wenn Sie belästigt oder diskriminiert wurden;

Ihr Beitrag ist wichtig für das Unternehmen. Es gibt zwei Situationen, die Sie kennen sollten:

**UNFALL
ODER
VERLETZUNG**

Ein schädigendes Ereignis, das durch eine gewaltsame und schnelle Ursache verursacht wird.

BEINAHEUNFALL

Ein Ereignis, das einen Schaden hätte verursachen können, aber zufällig ohne Folgen geblieben ist.



Wenn Sie eine gefährliche Situation oder ein Ereignis beobachten,
das zu einer Verletzung von Personen hätte führen können, **melden Sie dies.**

**Informieren Sie Ihre
Vorgesetzten!**

TIPPS FÜR AUSZUBILDENDE

Bleiben Sie aufmerksam und konzentriert;
Wenn Sie etwas nicht verstehen, fragen Sie nach;
Die Sicherheitsinformationen, die Sie jetzt lernen, sollten Sie auch zu Hause nicht vergessen.

ANTWORT - TEST FOR AUSZUBILDENDE

Muss ich die Personen im Unternehmen kennen, die für Sicherheit und Gesundheitsschutz verantwortlich sind?	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
Muss ich über die Gefahren und Risiken am Arbeitsplatz informiert werden?	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
Wenn ich ein gefährliches Verhalten oder eine gefährliche Situation beobachte, muss ich meine Vorgesetzten nicht darüber informieren.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>

Die Lösungen: Ja-Ja-Nein



3. Modul 2: Die Aufgabe

In diesem Modul erhalten Sie Informationen zu Sicherheit und Gesundheitsschutz im Zusammenhang mit Ihren Aufgaben und Pflichten.

Die wesentlichen Inhalte dieses Moduls sind:

- ✓ Die Unternehmensorganisation, die Ansprechpartner*in für Sicherheit und Gesundheitsschutz, Ihre Vorgesetzten, Ihre Kolleg*innen und die Verantwortlichen für das Notfallmanagement;
- ✓ Ihre Arbeitsplatzbeschreibung, was Sie wie zu tun haben;
- ✓ Ihr Arbeitsplatz, Ordnung und Sauberkeit sowie Raum- und Materialmanagement;
- ✓ Ihre Arbeitsmittel, was sie sind, wie sie zu benutzen sind (Einschalten, Ausschalten, Bedienung, eventuelles Stillsetzen im Notfall, Signale und Alarme), welche Gesundheits- und Sicherheitsmaßnahmen zu treffen sind, was zu tun ist, wenn sie nicht funktionieren;

3.1 Organisation des Unternehmens

Das Unternehmen hat eine Organisation für Sicherheit und Gesundheitsschutz eingerichtet.

Kennen Sie die Personen, die in Ihrem Unternehmen folgende Funktionen ausüben?

→ Arbeitgeber*in

→ Ihre Führungskräfte und Vorgesetzten

→ die für Sicherheit und Gesundheitsschutz zuständige Person

→ Der Arbeitsmediziner oder die Arbeitsmedizinerin



→ Der oder die Beauftragte für das Notfallmanagement

→ Ihre Kolleginnen und Kollegen

Denken Sie daran: Wenn Sie nicht in Sicherheit und Gesundheitsschutz geschult wurden, dürfen Sie nicht arbeiten.

3.2 Ihre Aufgabe

In der Organisation haben Sie eine Stellenbeschreibung und Aufgaben zu erfüllen. Sie werden Ihre Arbeit allein oder zusammen mit Kolleginnen und Kollegen erledigen. Möglicherweise müssen Sie auch Geräte bedienen und bestimmte Tätigkeiten ausführen.

→ Wie lautet Ihre Arbeitsplatzbeschreibung?

→ Was sind Ihre Aufgaben?

→ Wo findet Ihre Arbeit statt?

→ Welche Ausrüstung werden Sie benutzen?

→ Wird Ihnen persönliche Schutzausrüstung zur Verfügung gestellt?

→ Werden Sie mit Chemikalien arbeiten müssen?

All diese Fragen sollten Sie mit den Personen klären, die Sie an den ersten Arbeitstagen begleiten.



Wenn Sie Zweifel haben, FRAGEN Sie Ihre Vorgesetzten!

3.3 Ihr Arbeitsplatz

Sie verrichten Ihre Arbeit an einem Arbeitsplatz. Dieser Arbeitsplatz ist ein Raum, um den Sie sich kümmern müssen. Es ist sehr wichtig, dass Ihr Arbeitsplatz immer sauber ist:

- aufgeräumt und sauber ist;
- keine Materialien auf dem Boden liegen, über die man stolpern könnte;

nach Beendigung der Arbeit müssen alle Lichter gelöscht, alle elektrischen Geräte ausgeschaltet und alle Werkzeuge an ihren Platz zurückgelegt werden.

3.4 Die Arbeitsmittel

Sie können für Ihre Arbeit elektrische oder Handwerkzeuge verwenden. Für alle Geräte gibt es eine Bedienungsanleitung, in der die Bedienung und Wartung beschrieben ist.

- Haben Sie die Bedienungs- und Wartungsanleitung gelesen?
- Wissen Sie, wie das Arbeitsmittel funktioniert?
- Wissen Sie, wie Sie das Arbeitsmittel in Betrieb nehmen?
- Wissen Sie, wie Sie das Arbeitsmittel ausschalten?



→ Wissen Sie, wie die Not- und Abschaltvorrichtungen zu bedienen sind?



Das Gerät muss zwei wichtige Eigenschaften aufweisen:

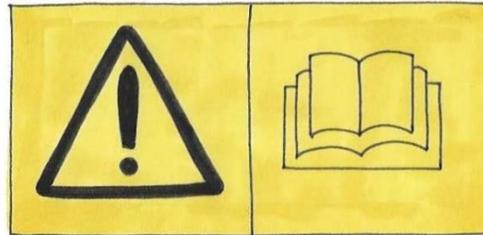
- ✓ Es muss der Norm entsprechen (CE-Kennzeichnung, fragen Sie Ihre Vorgesetzten);
- ✓ Es muss mit Gefahrenschildern versehen sein, die Sie kennen müssen, weil sie die Risiken kennzeichnen;

Sehen Sie sich die Beispiele an:



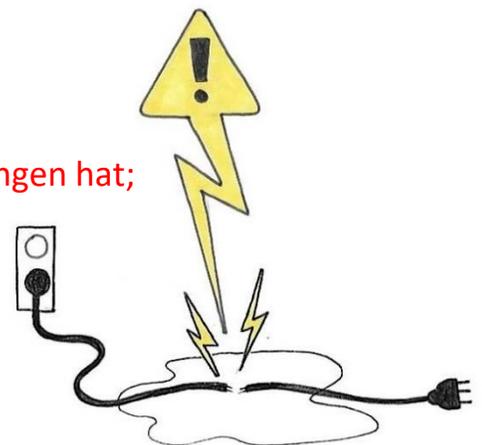


Vor der Benutzung der Geräte sind die Anweisungen im **Bedienungshandbuch** zu lesen.



Achten Sie bei der Benutzung des Geräts genau auf die Personen in Ihrer Umgebung und:

- ✓ Kontrollieren Sie häufig die Beleuchtung des Geräts;
- ✓ Halten Sie an, wenn Sie das Gefühl haben, dass sich das Gerät überhitzt;
- ✓ Achten Sie auf die elektrischen Anschlüsse und Kabel;
- ✓ Entfernen Sie immer den Staub aus den Lüftungsöffnungen;
- ✓ Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn es nicht gut gewartet ist;
- ✓ Benutzen Sie das Gerät nicht, wenn es keine Schutzvorrichtungen hat;





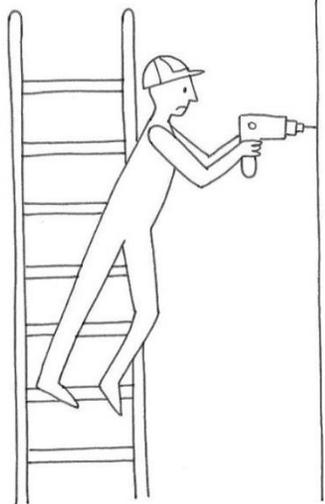
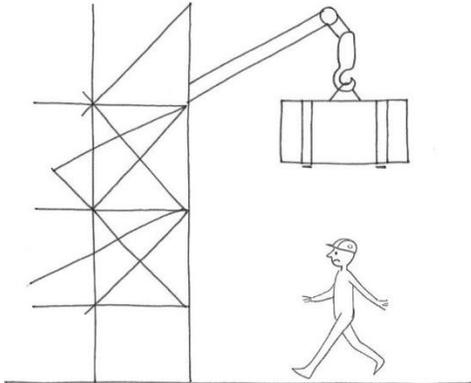
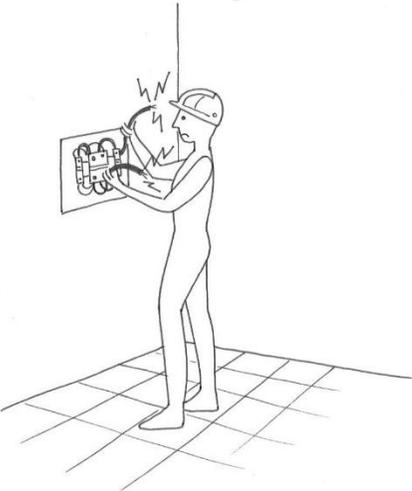
Denken Sie daran, das Gerät nach der Arbeit auszuschalten und den Arbeitsplatz in Ordnung zu hinterlassen.

- ✓ Wenn das Gerät nicht richtig funktioniert;
- ✓ Wenn es ein anderes, seltsames Geräusch macht;
- ✓ Wenn Lichter oder Pieptöne aufleuchten;
- ✓ Wenn Sie nicht wissen, wie man es richtig bedient;
- ✓ Wenn es plötzlich stehen bleibt.

TIPPS FÜR AUSZUBILDENDE

Bleiben Sie aufmerksam und konzentriert;
Wenn Sie etwas nicht verstehen, fragen Sie nach;
Was Sie gelernt haben, ist auch zu Hause wichtig;
Testen Sie die Geräte;
Schalten Sie sie ein und aus;
Testen Sie die Geräte mit Hilfe der Aufsichtsperson;
Lesen Sie das Bedienungs- und Wartungshandbuch sorgfältig durch.



TESTEN SIE IHR WISSEN: TEST FÜR AUSZUBILDENDE					
Muss ich ein elektrisches Gerät ausschalten und den Stecker ziehen, wenn ich es nicht mehr brauche?		<i>Ja</i>		<i>Nein</i>	
Wenn das Gerät keine Schutzvorrichtungen hat, darf ich es dann benutzen?		<i>Ja</i>		<i>Nein</i>	
Ich habe die Bedienungsanleitung der Maschine gelesen und verstanden, und eine bedienende Person hat mir gezeigt, wie die Maschine funktioniert und welche Sicherheitsvorrichtungen es gibt. Darf ich das Gerät unter ihrer Aufsicht benutzen?		<i>Ja</i>		<i>Nein</i>	
Ist die Situation auf dem Bild sicher?					
					
<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>

Die Lösungen: Ja-Ja-Ja-Nein-Nein-Nein



4. Modul 3: Der Arbeitsplatz und das Risiko

Ziel dieses Moduls ist es, Sie mit Ihrem Arbeitsplatz, den Räumlichkeiten und deren Nutzung, dem Gelände und dem Straßennetz vertraut zu machen. Außerdem werden Ihnen einige der Risiken und Gefahren für Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz sowie die getroffenen Vorbeugungs- und Schutzmaßnahmen vorgestellt.

Die Bedingungen am Arbeitsplatz, die Räumlichkeiten, die Ausstattung und die Toiletten müssen den Bedürfnissen behinderter Arbeitnehmer*innen Rechnung tragen. Ein wichtiges Instrument zum Schutz vor Gefahren ist die persönliche Schutzausrüstung (PSA).

Die **Risiken** und **Gefahren** am Arbeitsplatz stehen in engem Zusammenhang mit der Tätigkeit und der Gefährdungsbeurteilung des Unternehmens. Es wird vorgeschlagen, folgende Aspekte zu berücksichtigen:

- ✓ Haltungsrisiken und ergonomische Risiken;
- ✓ Elektrische Risiken;
- ✓ Chemische Risiken und Verwendung von Chemikalien;
- ✓ Arbeitsbedingter Stress;

Es ist sinnvoll, in diesem Modul auch einige Hinweise zur Lebensführung zu geben, insbesondere zu folgenden Aspekten

- ✓ Richtige Ernährung;
- ✓ Bewegungsmangel;



- ✓ Rauchen und Alkoholkonsum;
- ✓ Konsum illegaler Substanzen.

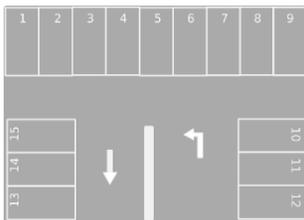
Ein weiterer sehr wichtiger Aspekt, den es zu berücksichtigen gilt, sind die Beziehungen zu den Kolleg*innen und die Bewältigung der Arbeitsbelastung.

4.1 Kennen Sie Ihren Arbeitsplatz

Sie werden Ihre Arbeitszeit in einer Einrichtung verbringen, die über Räumlichkeiten verfügt, in denen die Aktivitäten des Unternehmens stattfinden.

Es ist wichtig, dass Sie wissen, wo sich die verschiedenen Räumlichkeiten befinden und wie Sie diese betreten können. Es kann Bereiche geben, die Sie nicht betreten dürfen.

- Wenn Sie mit Ihrem eigenen Fahrzeug zur Arbeit kommen, wissen Sie, wo Sie parken müssen?

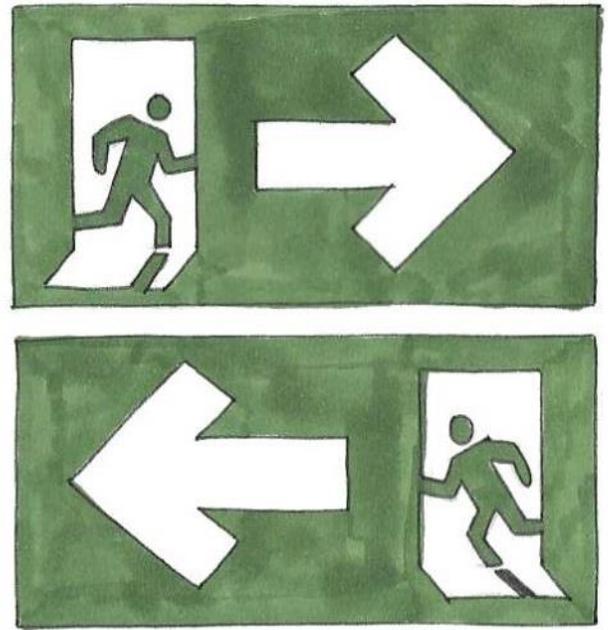


- Kennen Sie den Weg zum Eingang des Unternehmens?
- Wissen Sie, wo sich die Umkleieräume befinden?
- Wissen Sie, wie Sie bei Bedarf Aufzüge oder Treppenlifte benutzen können?
- Wissen Sie, wo die Toiletten sind?
- Wissen Sie, wo sich die Behindertentoilette befindet, falls Sie sie benutzen müssen?



Im Notfall müssen Sie in der Lage sein, Ihren Arbeitsplatz zu verlassen und die Anweisungen der Notfallmanager*innen zu befolgen. Gehen Sie mit Ihren Vorgesetzten den Notfallplan durch und analysieren Sie den Weg zum Sammelplatz.

Beobachten Sie, wo die Notausgänge sind.



4.2 Das Risiko für Sicherheit und Gesundheit

Die am Arbeitsplatz bestehenden Gefahren und die von der Organisation getroffenen Vorbeugungs- und Schutzmaßnahmen werden in der vom Unternehmen durchgeführten Gefährdungsbeurteilung festgelegt.

Wir geben Ihnen einige einfache Hinweise zu den wichtigsten Risiken, die dann im Unternehmen in Bezug auf die von Ihnen ausgeführten Arbeiten näher untersucht werden.



4.2.1 Haltungsbedingte und ergonomische Risiken

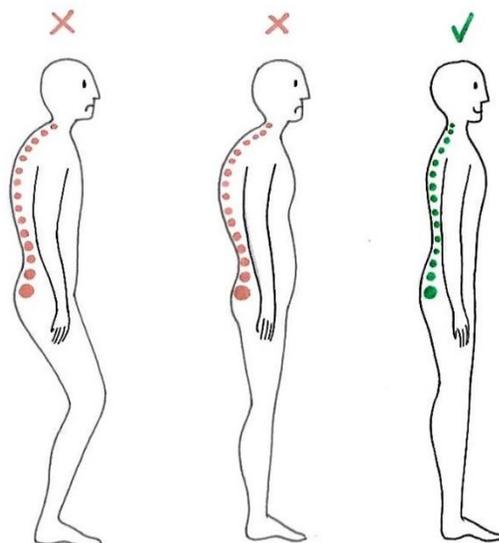
Die Körperhaltung ist die Position, die der Körper im Raum einnimmt, und das Verhältnis zwischen den verschiedenen Körperteilen, wie Nacken, Kopf und Rücken, um zu stehen und Bewegungen durchführen zu können.

Eine schlechte Körperhaltung führt zu **gesundheitlichen Risiken** und Folgen. Die häufigsten sind:

- ✓ Muskelverspannungen;
- ✓ Sehnenentzündungen;
- ✓ Kreislaufprobleme.

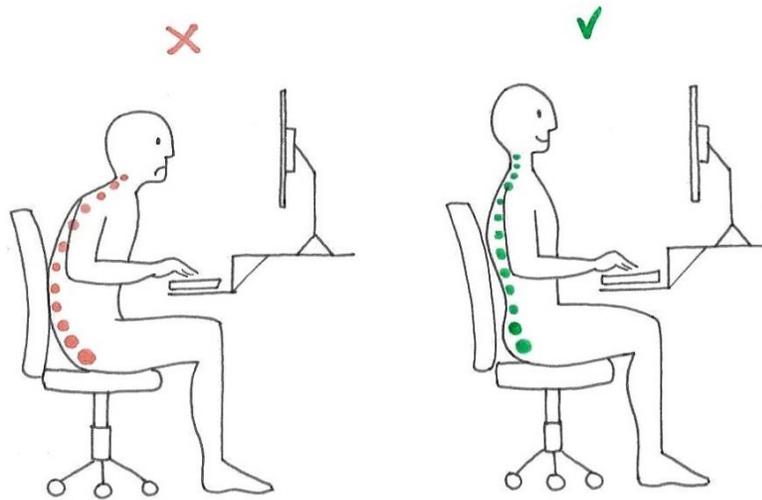
Befolgen Sie die Anweisungen auf den Bildern:

Wenn Sie im Stehen arbeiten, nehmen Sie die richtige Haltung ein:



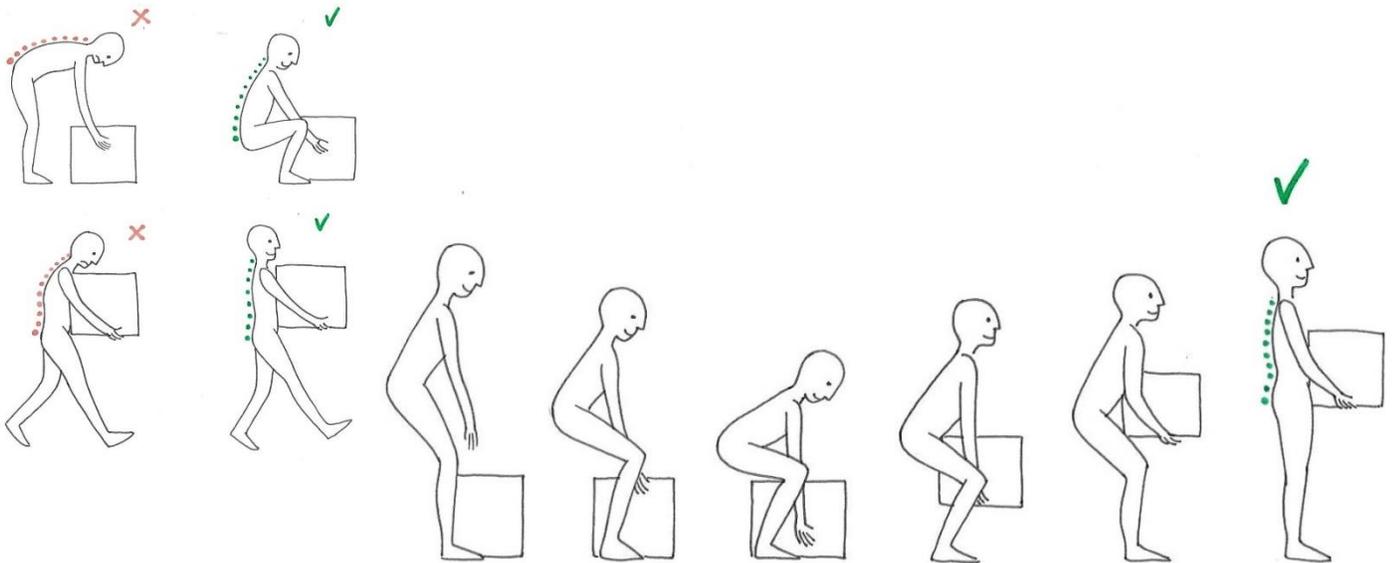


Wenn Sie im Sitzen arbeiten, nehmen Sie die richtige Haltung ein:



Wenn Sie sich viel bewegen müssen, achten Sie auf die Bewegungen, die Sie machen müssen, und befolgen Sie die Anweisungen, die Ihnen Ihre Betreuer geben.

Sehen Sie sich die folgenden Bilder an und analysieren Sie sie:

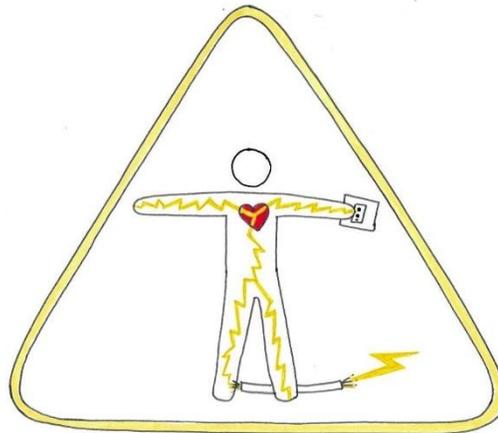




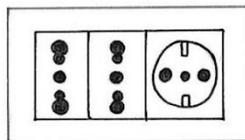
4.2.2 Elektrische Gefährdung

Wir kommen den ganzen Tag mit Strom in Berührung, und Geräte, die mit dieser Energiequelle betrieben werden, sind aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken.

Strom ist aber auch gefährlich, und das Risiko, das uns am meisten beunruhigt, ist der Stromschlag. Diese Gefahr lauert auch zu Hause, im Alltag.

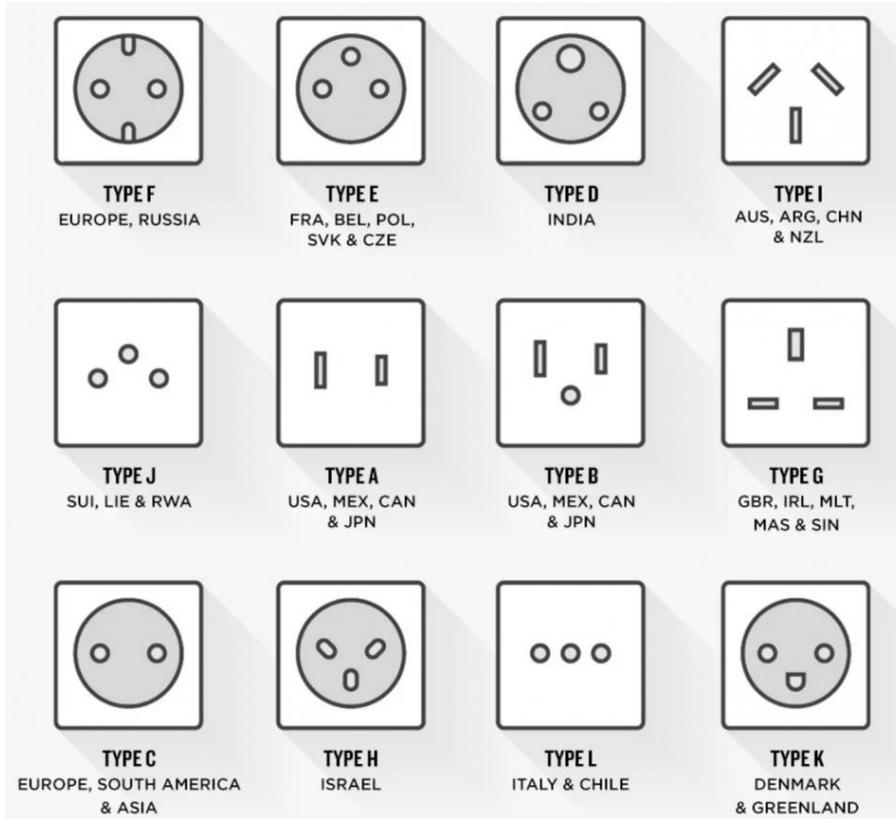


Die **erste** Gefahrenquelle sind **elektrische Anlagen**.

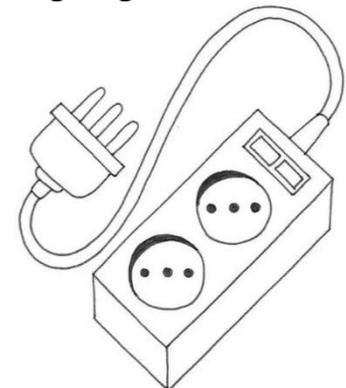




Auf der Welt gibt es verschiedene Arten von elektrischen Anlagen und Steckdosen.

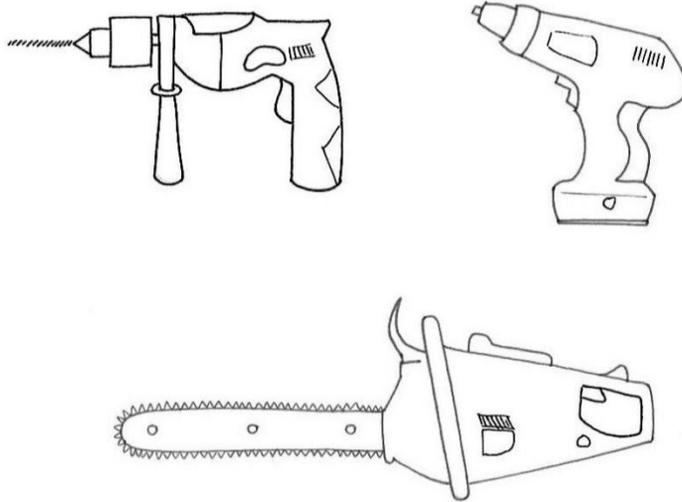


Die **zweite** Gefahrenquelle sind elektrische Verbindungen. Genauer gesagt, alles, was ich in Steckdosen stecke, um Strom an einen anderen Ort zu leiten;

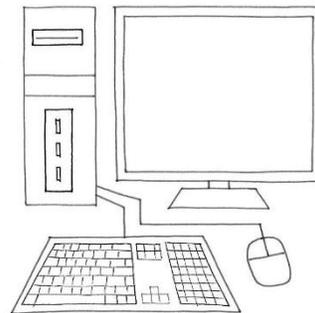
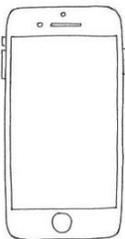




Die **dritte** Gefahrenquelle sind die elektrischen Geräte, die ich benutze;



Alle elektrischen Geräte, auch PCs und Smartphones, bergen Risiken, die man kennen sollte. Einige Aspekte gelten für alle:

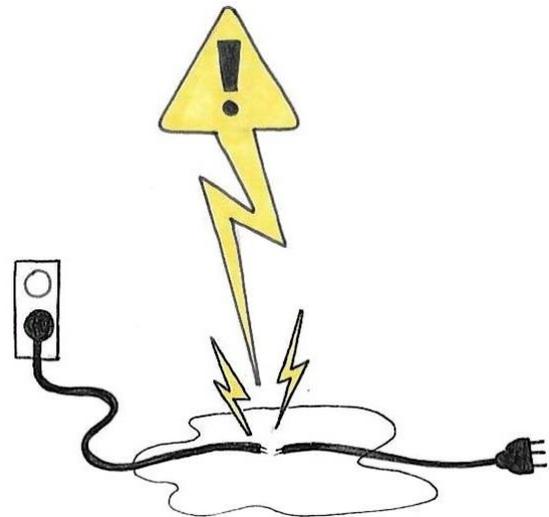
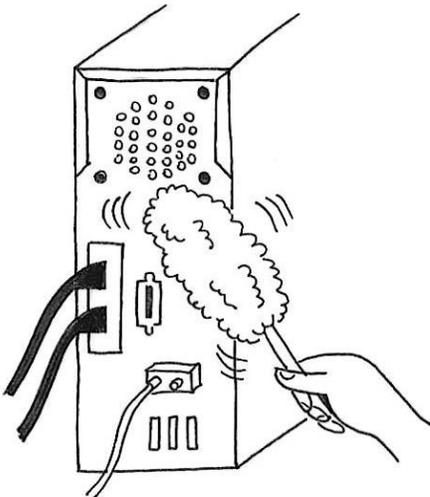


- ✓ Vorsicht vor Wasser und Kontakt mit elektrischen Geräten;
- ✓ Batterien sind eine Gefahrenquelle;
- ✓ Geräte nie eingeschaltet lassen, wenn sie nicht gebraucht werden; nach der Arbeit ausschalten;
- ✓ Alle elektrischen Geräte können überhitzen, Vorsicht!



✓ Achten Sie auf die Anschlüsse;

✓ Entlüftungsöffnungen Staubfrei halten;





4.2.3 Das chemische Risiko

Chemikalien sind in allen Bereichen unseres Lebens präsent. Wir benutzen sie vom Aufstehen (Zahnpasta, Körperreinigungsmittel) bis zum Schlafengehen.

Auch bei der Arbeit kann es vorkommen, dass Sie Chemikalien oder Stoffe verwenden müssen.

Es ist wichtig, dass Sie diese Stoffe und die damit verbundenen Risiken kennen. Für jede Chemikalie, die Sie verwenden, gibt es ein **Sicherheitsdatenblatt**, in dem die Risiken und die zu ergreifenden Maßnahmen beschrieben sind.

Nicht vergessen!

Lesen Sie das SICHERHEITSBLATT zusammen mit Ihren Vorgesetzten.

Auf dem Behälter der Chemikalie befinden sich Piktogramme, die im Sicherheitsdatenblatt aufgeführt sind.

GHS Pictograms



Explosives



Flammables



Oxidisers



Gases Under Pressure



Corrosives



Acute Toxicity



Irritants/Sensitisers/Other Hazards



Specific Toxicity Hazards



Environmental Hazard



Kennen Sie diese Piktogramme?



Im Umgang mit Chemikalien muss man in Sicherheit handeln. Es gibt einige Dinge, die man nicht tun sollte:

- ✓ Chemikalien mischen, ohne darüber informiert und dazu befugt zu sein;
- ✓ Die Behälter von Chemikalien wechseln, ohne dazu befugt zu sein;
- ✓ Andere als die vorgesehenen Chemikalien verwenden;
- ✓ Rauchen bei der Verwendung von Chemikalien;
- ✓ Chemikalien auf den Boden schütten;
- ✓ Chemikalien mit unbekanntem Risiko verwenden;
- ✓ Nichtgebrauch der vorgesehenen persönlichen Schutzausrüstung.



4.2.4 Persönliche Schutzausrüstung

Persönliche Schutzausrüstungen sind Vorrichtungen, die uns zum Schutz unserer Gesundheit und Sicherheit zur Verfügung stehen.

Die Art der Ausrüstung und die Eigenschaften, die sie haben muss, werden in der Gefährdungsbeurteilung festgelegt. Die Schutzausrüstung wird vom Unternehmen bereitgestellt. Einige Arten von PSA können an die Behinderung der Arbeitnehmenden angepasst werden (z. B. Schuhe).

PSA=Persönliche Schutzausrüstung

Die geläufigsten persönlichen Schutzausrüstungen sind:

✓ Handschuhe;

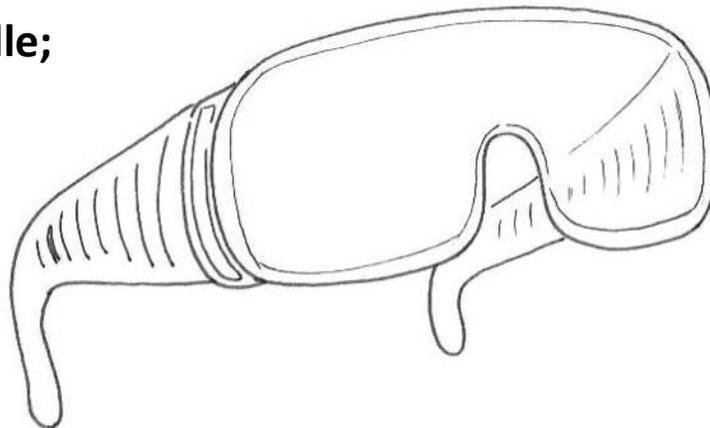


✓ Sicherheitsschuhe;

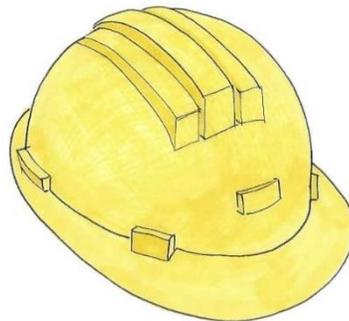




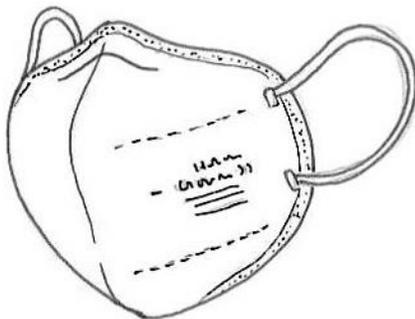
✓ Schutzbrille;



✓ Helm;

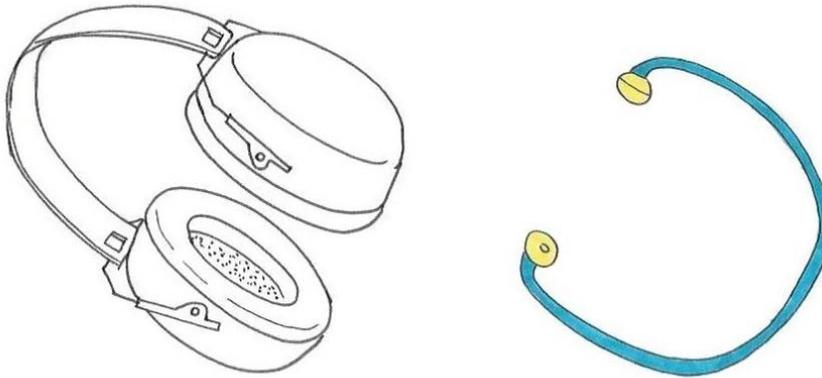


✓ Masken;





✓ Kopfhörer und alles, was verwendet wird, um das Gehör zu schützen;



Gibt es PSA für Ihren Beruf?

Können Sie sie benutzen?

Zu jeder PSA gibt es eine Gebrauchsanweisung, in der Sie erfahren, wie die PSA zu benutzen ist und welche Reinigungs- und Wartungsarbeiten durchzuführen sind.

Probieren Sie zusammen mit Ihren Vorgesetzten aus, wie Sie Ihre PSA tragen und wie Sie sie pflegen müssen.

4.2.5 Arbeitsbedingter Stress

Die Arbeit kann Stress verursachen. Wenn er nicht richtig bewältigt wird, kann der Stress zu Unwohlsein und schließlich zu Krankheiten führen. Aus diesem Grund müssen die Unternehmen eine Bewertung der psychosozialen Risiken vornehmen und Präventions- und Schutzmaßnahmen festlegen.

Im Hinblick auf Arbeitnehmer*innen mit Behinderungen muss arbeitsbedingter Stress sorgfältig bewertet werden, gegebenenfalls mit Unterstützung des medizinischen Dienstes.



Die Ursachen für arbeitsbedingten Stress sind in der Regel:

- ✓ Arbeitsbelastung;
- ✓ Beziehungskonflikte mit Kolleginnen und Kollegen;
- ✓ Diskriminierendes Verhalten;
- ✓ Verbaler und Physischer Missbrauch oder Aggression;
- ✓ Sexueller Missbrauch.



Auch der Arbeitsplatz selbst kann Stress verursachen. Eine laute Umgebung, unklare Aufgaben, Desorganisation und andere Faktoren können den Stresspegel erhöhen.

Kennen Sie die Regeln des Unternehmens für den Fall eines Konflikts mit Kolleg*innen?

Wissen Sie, was Sie bei Diskriminierung tun können?

Wissen Sie, an wen Sie sich wenden können, wenn Sie verbal oder körperlich missbraucht werden, einschließlich sexueller Belästigung?

Im Zweifelsfall fragen Sie Ihre VORGESETZTEN!



TIPPS FÜR AUSZUBILDENDE

Bleiben Sie aufmerksam und konzentriert;

Wenn Sie etwas nicht verstanden haben, fragen Sie nach;

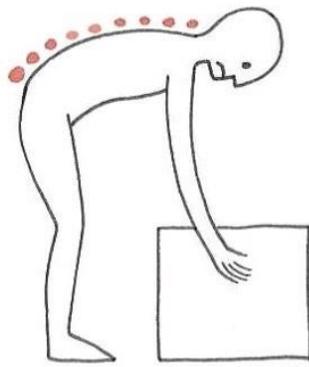
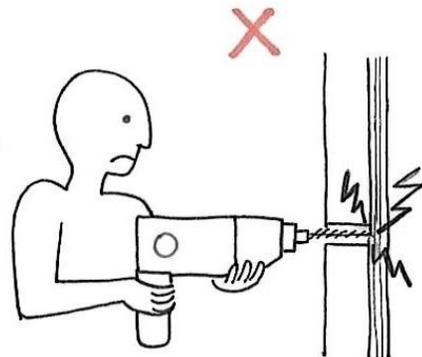
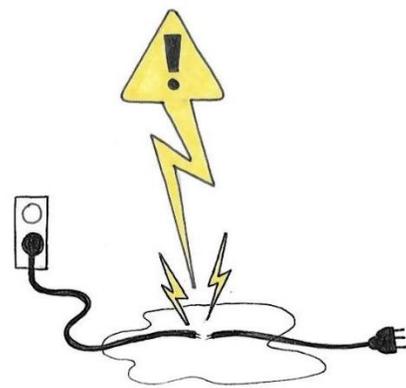
Was Sie gehört haben, ist auch zu Hause wichtig;

Lesen Sie das SICHERHEITSDATENBLATT zusammen mit Ihren Vorgesetzten;

Lesen Sie zusammen mit Ihren Vorgesetzten die Broschüre über die Benutzung und Wartung der PSA;

Probieren Sie die PSA aus.



TESTEN SIE IHR WISSEN: TEST FÜR AUSZUBILDENDE							
Auf welche Gefahr weist dieses Piktogramm hin?							
<i>explosiv</i>		<i>ätzend</i>		<i>entzündlich</i>			
Ist die Situation auf dem Bild ungefährlich?							
							
<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>		
							
<i>Ja</i>		<i>Nein</i>		<i>Ja</i>		<i>Nein</i>	

Die Lösungen: entzündlich-Ja-Nein-Nein-Nein



5. Module 4: Notfallmanagement

Ziel dieses Moduls ist es, zu wissen, wie im Notfall zu handeln ist. Das Unternehmen organisiert die Reaktion auf Notfälle und erstellt in der Risikobewertung einen **Plan**, in dem festgelegt wird, was zu tun ist.

Im Allgemeinen werden bei der Risikobewertung immer die folgenden Szenarien berücksichtigt:

- Feuer-Notfälle;
- Gesundheitliche Notfälle;
- Stromausfälle.

Weitere Szenarien können eingegeben und analysiert werden:

- Erdbeben;
- Wetterkatastrophen (Tornados, Überschwemmungen, Stürme);
- Chemische Kontamination;
- Aggression von Außen;
- Unfälle mit Transportmitteln.

Das Unternehmen hat auch **Pläne** für das Notfallmanagement erstellt, in denen Fluchtwege, Sicherheitsausgänge und Treffpunkte angegeben sind.

Das Notfallmanagement muss geplant und regelmäßig geübt werden. Das Notfallmanagement muss auch Situationen berücksichtigen, die Arbeitnehmer*innen mit Behinderungen und andere Personen mit besonderen Bedürfnissen (Schwangere, ältere Menschen, Besucher*innen usw.) betreffen.

Fragen Sie Ihre Vorgesetzten, wie Ihre Situation gehandhabt wird und welche Schritte Sie unternehmen müssen.



Schauen Sie sich gemeinsam mit Ihren Vorgesetzten den Plan
Ihres Arbeitsplatzes an und lernen Sie die Wege.



Im Notfallmanagement ist es wichtig zu wissen

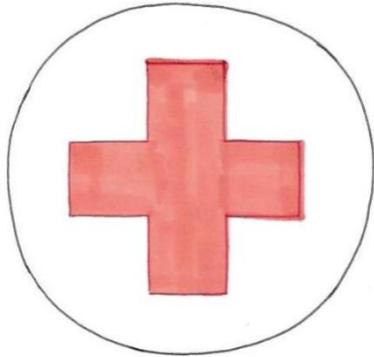
- ✓ Was im Notfall zu tun ist;
- ✓ Was Sie nicht tun dürfen, und was verboten ist;
- ✓ Wie Sie sich Hilfe holen können;

Die Sicherheit der Rettungskräfte;



Für Ihre Sicherheit ist es wichtig, dass Sie wissen

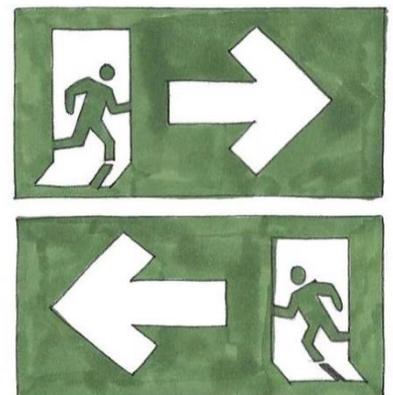
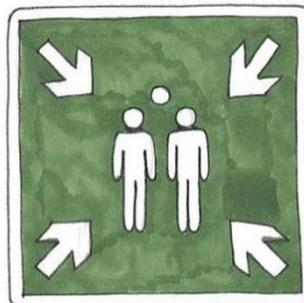
✓ Wer im Unternehmen für das Notfallmanagement zuständig ist



✓ Die Notrufnummer



✓ Die sicheren Fluchtwege





TIPPS FÜR AUSZUBILDENDE

- Seien Sie aufmerksam und konzentriert;
- Wenn Sie etwas nicht verstanden haben, fragen Sie nach;
- Das Gehörte ist auch zu Hause wichtig;
- Merken Sie sich die Notrufnummer;
- Notruf mit dem Trainer oder der Trainerin üben.

TESTEN SIE IHR WISSEN: TEST FÜR AUSZUBILDENDE

Es ist wichtig, die Fluchtwege am Arbeitsplatz und die Notrufnummer zu kennen.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
Wenn ich den Alarm höre, verstecke ich mich oder gehe auf die Toilette.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>
Wenn ich sehe, dass es brennt, laufe ich weg und warne niemanden.	<i>Ja</i>	<i>Nein</i>

Die Lösungen: Ja-Nein-Nein-Nein