



Napo: Schluss mit Lärm!

Infos und Tipps für die Vorführung

suvapro

Sicher arbeiten

Das finden Sie in dieser Broschüre

1 Worum es geht	3
2 Zielgruppen und Ziele	4
3 Ziele des Films	4
4 Tipps für die Filmvorführung	5
5 Infos zu den einzelnen Szenen	7
6 Weitere Informationen	14

1 Worum es geht

Lärmschwerhörigkeit ist eine häufige Berufskrankheit. Lärm gefährdet nicht nur das Gehör. Er belastet generell und wird oft als Belästigung empfunden. Lärm ist ein Stressfaktor und kann zu einer reduzierten Arbeitsleistung oder indirekt zu Unfällen führen. In der Schweiz sind rund 230 000 Beschäftigte einer Lärmgefährdung ausgesetzt – vom Forstarbeiter bis zur Orchestermusikerin. Länger dauernde oder sehr intensive Lärmbelastungen verursachen unheilbare Hörschäden.

Im Film zeigt Napo, der Held der Geschichte, auf humorvolle Weise, wie sich mit Lärmschutzmassnahmen und Gehörschutzmitteln unheilbare Hörschäden und Belästigungen vermeiden lassen.

2 Zielgruppen

Angesprochen sind primär alle Arbeitnehmenden, die am Arbeitsplatz einer Lärmbelastung ausgesetzt sind. Der Film eignet sich auch für fremdsprachige Mitarbeitende, weil nicht mit Sprache kommuniziert wird, sondern mit Bildern, Geräuschen und Musik.

3 Ziele

- Sensibilisieren für die Gefährdungen des Gehörs durch Lärm am Arbeitsplatz.
- Motivieren zum konsequenten Tragen der Gehörschutzmittel.

4 Tipps für die Vorführung

«Napo – Schluss mit Lärm» ist in erster Linie ein Sensibilisierungsfilm. Wir empfehlen Ihnen, den Film im Rahmen einer Veranstaltung für die Mitarbeitenden zum Thema Arbeitssicherheit vorzuführen. Um den Motivations- und Lerneffekt zu erhöhen, ist es sinnvoll, für Ihren Betrieb besonders wichtige Aspekte mit Hilfe von weiteren Informationsmitteln zu vertiefen (siehe Kapitel 6).

Hier einige Tipps für die Durchführung einer Veranstaltung für die Mitarbeitenden im Betrieb:

Planung

- Überlegen Sie sich, welche Aspekte des Films für Ihren Betrieb besonders wichtig sind und die Sie vertiefen möchten.
- Bestellen Sie rechtzeitig die notwendigen Unterlagen (Merkblätter, Plakate, Instruktionshilfen usw.).
- Laden Sie die Mitarbeitenden frühzeitig ein und geben Sie das Thema der Veranstaltung bekannt.

Vorführung

- Erklären Sie den Mitarbeitenden, welches das Ziel der Veranstaltung ist, welche Themen behandelt werden und worauf es Ihnen besonders ankommt.
- Führen Sie den ganzen Film vor.
- Zeigen Sie diejenigen Filmszenen nochmals, in denen die Aspekte vorkommen, um die es Ihnen besonders geht.
- Machen Sie auf die Gefahren aufmerksam und besprechen Sie mit den Mitarbeitenden die konkreten Massnahmen oder die richtigen Verhaltensweisen.
- Nehmen Sie Kritik, Zweifel und Bedenken der Mitarbeitenden ernst und versuchen Sie, Antworten zu finden.
- Ermuntern Sie die Mitarbeitenden, konkrete Verbesserungsvorschläge zu machen. Die folgenden Fragen können dabei hilfreich sein:
 - Sind Sie mit den vorhandenen Gehörschutzmitteln zufrieden?
 - Gibt es Probleme bei der Verwendung der Gehörschutzmittel?
 - Wie steht es mit dem sicherheitsgerechten Verhalten jedes Einzelnen?

5 Infos zu den einzelnen Szenen

Szene 1: Nichts zu reparieren

Diese Szene macht deutlich, dass intensiver Lärm unser Gehör unheilbar schädigen kann. Ob Lärm dem Gehör schadet, hängt vom Schallpegel und der Dauer der Belastung ab. Zum Beispiel ist ein dumpfes Gefühl oder Pfeifen in den Ohren nach einer Tätigkeit im Lärm ein Warnsignal. Solche Warnsignale sind wie ein Hilferuf des Gehörs, wenn es zu laut war. Wenn das Pfeifen nach 12 Stunden nicht abklingt, muss ein Arzt aufgesucht werden.



Botschaften für die Arbeitnehmenden:

- Schützen Sie sich vor intensivem Lärm, denn er kann Ihr Gehör unheilbar schädigen.
- Es gilt die Faustregel: Je lauter, desto kürzer.
- Wer sich vor Lärm schützt, lebt nicht nur gesünder, er arbeitet auch effizienter.
- Die Gehörschutzpfropfen werden richtig benutzt, wenn sie mindestens zu zwei Drittel im Gehörgang sind.

Szene 2: Nichts gehört

Lärm kann verschiedene Folgen haben: Verständigungsschwierigkeiten, Stress, Fehleranfälligkeit und raschere Ermüdung. Eine längere Lärmexposition ohne Schutz führt – wie im Film gezeigt – zu einer kurzzeitigen Vertäubung (dumpfes Hören). Das heisst, dass auch Gefahrensignale erst verspätet oder überhaupt nicht gehört werden!



Botschaften für die Arbeitnehmenden:

- Gehörschutz tragen ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Intelligenz!
- Es ist nicht entscheidend, welches Gehörschutzmittel Sie verwenden, sondern dass Sie sich im Lärm konsequent und richtig schützen!

Szene 3: Lärm im Büro

Obwohl die Bedeutung der Bildschirmkommunikation in modernen Bürobetrieben stark zugenommen hat, ist die mündliche Kommunikation (direkt oder telefonisch) weiterhin sehr wichtig. Deshalb sollten in Büros für mehrere Personen oder in Grossraumbüros Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter untergebracht werden, die eng zusammenarbeiten. Dies bringt in der Regel nicht nur arbeitstechnische Vorteile, sondern trägt auch zur Verminderung von Lärmstörungen bei. Gespräche, die überwiegend gemeinsame Themen betreffen, wirken erfahrungsgemäss weniger störend. In Mehrpersonnbüros ist eine angepasste Raumakustik besonders wichtig.

Die Belästigung durch Lärm am Arbeitsplatz hängt natürlich zu einem wesentlichen Teil auch von der Art der beruflichen Beanspruchung ab. Arbeiten mit hohen Anforderungen an die Konzentration und anspruchsvolle Denkaufgaben sind gegenüber Lärm «störanfälliger» als einfache, routinemässige Tätigkeiten.



Was kann der Arbeitgeber tun bei Lärmbelästigungen im Büro?

- Bürokonzept überprüfen.
- Raumakustische Massnahmen prüfen, räumliche Unterteilung in Erwägung ziehen.
- Überprüfung des Schallpegels anhand des Richtwerts für Hintergrundgeräusche («Akustische Grenz- und Richtwerte», Bestell-Nr. 86048.d).

Botschaften für die Arbeitnehmenden:

- Führen Sie private Gespräche nicht im Büro, sondern in der Pausenecke.
- Sprechen Sie im Büro möglichst leise.
- Wenn Sie sich im Büro durch Lärm belästigt fühlen, suchen Sie nach Möglichkeit eine einvernehmliche Lösung mit den Kolleginnen und Kollegen. Lässt sich keine befriedigende Lösung finden, wenden Sie sich an Ihren Vorgesetzten.

Szene 4: Mutter und Kind

Schwangere Frauen dürfen gemäss Art. 11 der Mutterschaftsverordnung nicht an Arbeitsplätzen mit gehörgefährdendem Lärm beschäftigt werden. Von Gehörgefährdung wird gesprochen, wenn der Dauerschalldruckpegel mehr als 85 dB(A) pro Tag beträgt. Tieffrequente Immissionen (z. B. Gleitschleifanlagen, Fördertöpfe) sind für den Fötus gefährlicher als hochfrequente Immissionen (z. B. Ultraschallbäder, Ultraschallschweissmaschinen).



Botschaften für die Arbeitnehmerinnen:

- Informieren Sie Ihren Arbeitgeber, wenn Sie lärmexponierte Tätigkeiten ausführen und wissen, dass Sie schwanger sind.

Szene 5: Hören heisst dazugehören

Das erste Anzeichen eines Hörschadens ist oft, dass man Gesprächen nicht mehr richtig folgen kann. Ein Hörschaden wirkt sich auf alle Lebensbereiche aus. Denn weniger hören heisst weniger verstehen. Das Heimtückische an einem Hörschaden ist, dass er sich schleichend und schmerzlos entwickelt. Wenn er im täglichen Leben festgestellt wird, ist es oft zu spät. So aussichtslos wie im Film dargestellt, ist die Situation aber trotzdem nicht.



Botschaften für die Arbeitnehmenden:

- Gehörschutzmittel immer verwenden, nicht erst, wenn sich Hörprobleme bemerkbar machen!
- Den typischen Hörschaden holt man sich in jungen Jahren, er wirkt sich aber meistens erst viel später aus.

Botschaften für den Arbeitgeber:

- Gehörschutzmittel müssen richtig verwendet und regelmässig gewartet bzw. ersetzt werden. Die Arbeitnehmenden sind darüber zu instruieren, wie, wann, wo und weshalb sie ihr Gehör schützen müssen. Die Instruktion ist schriftlich zu dokumentieren.

- Es sind periodische Kontrollen bezüglich der Verwendung der Gehörschutzmittel (Tragdisziplin) durchzuführen.
- Das Nichtbefolgen der Vorschriften muss geahndet werden (mündlicher Verweis, schriftlicher Verweis, Versetzung).
- Lärmexponierte Arbeitnehmende, die einem Dauerschalldruckpegel von mehr als 85 dB(A) pro Jahr ausgesetzt sind, haben Anrecht auf regelmässige Untersuchung des Gehörs durch die Suva.

Szene 6: Bei der Arbeit und danach

Nicht nur der Lärm am Arbeitsplatz schadet dem Gehör. Auch die Lärmbelastung in der Freizeit kann schädlich sein.

Botschaften für die Arbeitnehmenden:

- Profis schützen sich auch in der Freizeit.
- Laut ist out! Lärm macht schwerhörig – Ruhe entspannt.



6 Weitere Informationen

- Gehörgefährdender Lärm am Arbeitsplatz, Merkblatt, 95 Seiten, Bestell-Nr. 44057.d
- www.suva.ch/gehoerschutz
- www.suva.ch/laerm

Bei der Suva können Sie unter www.suva.ch/waswo zahlreiche Publikationen zum Thema bestellen oder als pdf-Dokument ausdrucken (Stichwort «Lärm» eingeben):

- Allgemeine Infoschriften (gehörgefährdender und belästigender Lärm am Arbeitsplatz, Lärmbekämpfung, Gehörschutzmittel usw.)
- Infoschriften zu speziellen Themen (Ultraschallanlagen, industrielle Raumakustik, Vibrationsbelastung usw.)
- Arbeitsmedizinische Merkblätter
- Grenzwert-Tabellen
- Gebotszeichen, Kleber, Plakate
- Adressverzeichnisse (Liste von beratenden Ingenieuren, Lieferanten von Akustikmaterialien usw.)
- Allgemeine Lärmtabellen
- Audiovisuelle Informationsmittel (z.B. Filme, CDs mit Hördemonstrationen, Demokoffer)

Bezugsadresse für Informationsmittel

Suva, Kundendienst
Postfach, 6002 Luzern
www.suva.ch/waswo
Fax 041 419 59 17
Tel. 041 419 58 51

Ausleihe des Demokoffers: Suva, Bereich Physik,
Sekretariat Team Akustik, Tel. 041 419 54 22.

Suva

Protection de la santé
Case postale, 6002 Lucerne

Renseignements

Tél. 041 419 61 34

Commandes

www.suva.ch/waswo-f
Tél. 041 419 58 51
Fax 041 419 59 17

Auteurs

Beat Staubli, Suva, secteur physique
Désirée Schibig, Suva, secteur communication d'entreprise

Brochure d'accompagnement du film «Napo – Le bruit ça suffit!»
(DVD 355.d/f/i)

AS 1715.f – Juin 2013 (disponible uniquement sous forme de fichier pdf)