Schulungsleitfaden

Sicherheit und Gesundheitsschutz im Gastgewerbe

V02/August 2026



INTERKANTONALER VERBAND FÜR ARBEITNEHMERSCHUTZ - **IVA**
ASSOCIATION INTERCANTONALE POUR LA PROTECTION DES TRAVAILLEURS - **AIPT**
ASSOCIAZIONE INTERCANTONALE PER LA PROTEZIONE DEI LAVORATORI - **AIPL**

Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Finanziert durch die EKAS
www.ekas.admin.ch

Inhalt

Warum dieser Leitfaden? 3

15 Arbeitsblätter 4

Arbeitsblatt 1: Stolpern, Ausrutschen, Stürzen 5

Arbeitsblatt 2: Herunterfallen, Abstürzen 11

Arbeitsblatt 3: Schnitt- und Stichverletzungen mit Messern 15

Arbeitsblatt 4: Schnittverletzungen durch Glasbruch oder Scherben von Geschirrteilen 19

Arbeitsblatt 5: Umgang mit Gefahrstoffen 23

Arbeitsblatt 6: Hautschutz 33

Arbeitsblatt 7: Heben, Tragen und Bewegen von Lasten 40

Arbeitsblatt 8: Achtung Elektrizität / Strom 48

Arbeitsblatt 9: Umgang mit Gasflaschen 58

Arbeitsblatt 10: Verbrennungen 64

Arbeitsblatt 11: Druckbehälter bei Ausschankanlagen 70

Arbeitsblatt 12: Solarien 75

Arbeitsblatt 13: Bäder 81

Arbeitsblatt 14: Saunen 93

Arbeitsblatt 15: Fitness 99

Ansprechpartner/Links 105

Warum dieser Leitfaden?

Dieser Leitfaden dient der Aufwertung und Förderung des Arbeitnehmerschutzes für das Gastgewerbe. Die Präventionskampagne wurde von der Marke SAFE AT WORK im Jahr 2019 ins Leben gerufen. Im Rahmen dieser Kampagne werden die 15 häufigsten Unfallgefahren aufgezeigt sowie Hilfsmittel entwickelt, um die Gastronomie- und Hotelbetriebe in ihren Bemühungen, den Arbeitsschutz weiter zu verbessern, zu unterstützen.

An wen richtet sich dieser Leitfaden im Besonderen?
Dieser Leitfaden richtet sich an alle Akteure, die das Thema Sicherheit und Gesundheitsschutz im Gastgewerbe behandeln, sei es im Rahmen von Instruktionen in Gastronomie- und Hotelbetrieben oder im Berufsschulunterricht. Zur Zielgruppe gehören beispielsweise folgende Personen:
– Verantwortliche für die Sicherheit und den Gesundheitsschutz in Unternehmen
– Berufsbildner in Lehrbetrieben
– Lehrkräfte in Berufsfachschulen
– Referenten in überbetrieblichen Kursen

Was wird mit dem Leitfaden bezweckt?
Dieser Schulungsleitfaden ist ein Dokument, das den Sicherheitsverantwortlichen und den Ausbildnern an die Hand gegeben wird. Er dient der Unterstützung, Anleitung und Motivation der Zielgruppe, sich systematisch und kompetent mit den 15 häufigsten Gefahren im Gastgewerbe zu beschäftigen und auseinanderzusetzen.

Wie wird dieser Leitfaden eingesetzt?
Für Verantwortliche und Ausbildner ist es nicht immer leicht, Wissen zu vermitteln, Tipps aus der Praxis weiterzugeben oder Werte zu teilen. Dieser Leitfaden zeigt Mittel und Wege für die Bearbeitung dieser Themen auf. Darüber hinaus werden unterschiedliche Unterrichtsmaterialien vorgeschlagen, so dass jeder Vermittler diejenigen Hilfsmittel auswählen und verwenden kann, die dem Ausbildungskontext angemessen sind. Dies ist insofern wichtig, als die Hilfsmittel nicht nur in Schulen, sondern auch in Unternehmen, wo nicht notwendigerweise Projektoren zur Verfügung stehen, eingesetzt werden können.

Gendergerechte Formulierung
Dieser Leitfaden enthält geschlechtsneutrale oder geschlechtergerechte Formulierungen. Aus stilistischen Gründen wurde jedoch mehrheitlich auf die gendergerechte Formulierung verzichtet. Die maskuline Form ist daher als generisches Maskulinum zu verstehen und bezieht sich sowohl auf Frauen wie auch auf Männer.

Welches Material steht zur Verfügung?

Der Unterrichtsleitfaden
Dieses Dokument ist sozusagen das Bordbuch des Vermittlers/Ausbildners. Darin sind die verschiedenen Elemente beschrieben, aus denen sich die Ausbildungsmassnahmen in Gastronomie- und Hotelbetrieben zusammensetzen. Es kann auf der Website von SAFE AT WORK (www.safeatwork.ch) heruntergeladen werden.

15 Lernmodule
Die Lernmodule setzen sich aus folgenden Hilfsmitteln zusammen:
– Arbeitsblatt mit Kommentaren für den Vermittler/Ausbildner
– PowerPoint-Präsentation
– Präventionsfilm (je nach Modul)
– Plakat

Die Lernmodule wurden für eine Dauer von rund 15-30 Minuten konzipiert. Sie können angepasst und direkt am Arbeitsplatz oder im Ausbildungsraum erteilt werden. Diese Hilfsmittel können auf der Website von SAFE AT WORK (www.safeatwork.ch) heruntergeladen werden.

15 Arbeitsblätter

Die Ausbildungsmassnahme beinhaltet 15 Arbeitsblätter. Diese Blätter entsprechen den 15 Themen der 2019 ins Leben gerufenen Kampagne «Sicherheit und Gesundheitsschutz im Gastgewerbe». Sie dienen dem Vermittler/Ausbildner als Orientierung in seinem Unterricht. Die Arbeitsblätter sind in der Regel folgendermassen aufgebaut:

1) Vorstellung des Themas
2) Bearbeitung des Themas
3) Sensibilisierung
4) Film/Audio
5) Praktische Anwendung
6) Verbesserung

Die Arbeitsblätter sind mit Piktogrammen versehen, die auf die Bestandteile des Ausbildungsblocks verweisen.

 Fragen an die Teilnehmer

 Tipps/Vorschläge/Ideen

 Hinweise zur Anwendung

Wie bereitet man eine Lerneinheit vor?

– Arbeitsblatt für das gewählte Modul ausdrucken und sich damit befassen
– Die sonstigen Hilfsmittel (Film, Plakat, PowerPoint-Präsentation) auf der Website von SAFE AT WORK (www.safeatwork.ch) herunterladen
– Lerneinheit mit einer Dauer von rund 15-30 Minuten mit den betreffenden Mitarbeitenden planen
– Lerneinheit entsprechend den zur Verfügung stehenden Mitteln vorbereiten; ggf. Möglichkeit, den Film zu zeigen
– Gegebenenfalls zu dem Thema recherchieren
– Gegebenenfalls die Örtlichkeiten besichtigen und Probleme und/oder Lösungen im Zusammenhang mit dem zu bearbeitenden Thema identifizieren
– Gegebenenfalls Fotos im Betrieb machen, um das Thema zu veranschaulichen und in der Lerneinheit darüber zu sprechen
– Schulung der Lerneinheit mittels Schulungsnachweis festhalten. Wichtig: Was nicht mittels Unterschrift dokumentiert wurde, hat offiziell auch nicht stattgefunden.

Filme abspielen und herunterladen

Ein Klick auf das Posterbild mit dem Play-Symbol öffnet den Film im Browser. Dafür ist eine Internetverbindung erforderlich. Über das Download-Symbol oder den Text «Hier klicken, um den Film herunterzuladen.» lässt sich die Filmdatei herunterladen.

Für eine Schulung ohne Internet laden Sie den Film vorher herunter und öffnen ihn separat. Die Links in der Präsentation führen weiterhin zur Website.

Arbeitsblatt Modul 1

Stolpern, Ausrutschen, Stürzen

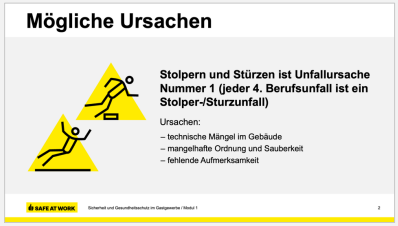


Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 15–25 Minuten.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Slide 2

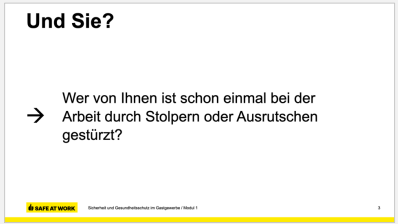
Gehen ist für die meisten von uns ein automatisierter Bewegungsablauf. Gehen scheint ungefährlich. Doch die Realität sieht anders aus: Die Unfallgefahr beim Gehen wird massiv unterschätzt. Stolpern und Stürzen ist Unfallursache Nummer eins in der Schweiz. Pro Jahr stolpern und verunfallen über 60'000 Menschen während der Arbeit. Das ist jeder vierte Berufsunfall! Im Alltag (in der Freizeit ohne Sportunfälle) sind es sogar mehr als 120'000 Personen.

Die Ursachen für Stolperunfälle sind vielfältig. Technische Mängel im Gebäude, mangelhafte Ordnung und Sauberkeit am Arbeitsplatz sowie fehlende Aufmerksamkeit der Mitarbeitenden führen letztlich zu viel menschlichem Leid und hohen Kosten. Vier von zehn ausgesprochenen Invalidenrenten sind auf einen Stolper- oder Sturzunfall zurückzuführen.

Beim Stolpern, Ausrutschen und Stürzen handelt sich um einen Unfall auf gleicher Ebene, nicht um ein Fallen aus der Höhe. Letzteres wäre ein Absturz. Wir sprechen von einem Sturzunfall, wenn die verletzte Person das Gleichgewicht verloren hat, ohne Arbeiten in der Höhe ausgeführt zu haben. In Gastronomie- und Hotelbetrieben kann sich ein solcher Unfall ereignen, wenn die Person
– über ein Kabel, über eine Schwelle usw. stolpert.
– auf nassem Boden, auf einem wegrutschenden Teppich usw. ausrutscht.
– gegen entgegenkommende Mitarbeitende, ein Gebinde usw. stösst.
– mit dem Fuss an einem Teppich, an einem Kabel hängenbleibt, usw.

Im Betrieb gibt es viele Stolperstellen, die den Mitarbeitenden zum Verhängnis werden können. Die Folgen sind z. B. Prellungen, Verstauchungen, Brüche oder Gehirnerschütterungen.

Notizen



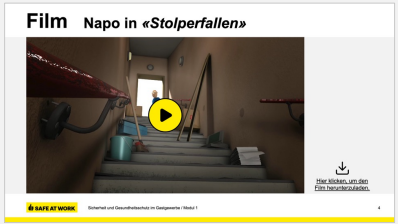
Slide 3

Wer von Ihnen ist schon einmal bei der Arbeit durch Stolpern oder Ausrutschen gestürzt?

Fragen Sie nach, wie es zu dem Stolperunfall oder zum Ausrutschen gekommen ist (die näheren Umstände: wo, wann, warum, in welcher Situation, bei welcher Tätigkeit usw.).

Überlegen Sie sich ein Unfallszenario, das Sie erzählen können, wenn die Teilnehmer selbst noch nie bei der Arbeit gestolpert oder ausgerutscht sind.

Notizen



Den Film in der Präsentation über das Posterbild mit Play-Symbol im Browser abspielen.

Für eine Präsentation ohne Internet den Film über den Download-Link herunterladen und separat öffnen.

Slide 4

Wir schauen uns nun die Szenen 2, 3 und/oder 6 aus dem Film «Napo in: Stolperfallen» an. Darin werden beispielhaft Situationen geschildert, in denen es zu Stolper- und Sturzunfällen kommen kann.

Wenn Sie keine Möglichkeit haben, den Film zu zeigen, zeigen Sie das Plakat und kommentieren Sie dieses.

Geben Sie nach dem Film folgende Erläuterungen:

Szene 2: Vom Zahn der Zeit
Selbst an einem ursprünglich perfekt eingerichteten Treppenhaus nagt der Zahn der Zeit. Zudem neigen wir dazu, Treppen als Lager und Abstellflächen zu missbrauchen. Kommt dann noch eine schummrige Beleuchtung hinzu oder lässt die Reinigung zu wünschen übrig, kann das Treppensteigen zur gefährlichen Höhlenexpedition werden.

– Legen Sie bei Treppenhäusern und Gehwegen Wert auf sorgfältige Instandhaltung.
– Missbrauchen Sie Wege und Treppen nicht als Abstellflächen.
– Sorgen Sie für geeignete Beleuchtung, damit Treppenstufen und allfällige Hindernisse gut sichtbar werden.
– Rüsten Sie oft begangene Treppen und Wege mit Bewegungssensoren für das automatische Einschalten der Beleuchtung aus.

Szene 3: Das Glanzstück
Die Chefin stolpert in ihrem Büro beinahe über eine hervorstehende Ecke des Teppichs. Zu Recht verlangt sie, dass diese Stolperfalle entfernt wird. Natürlich ist dies aber auch gleich die Gelegenheit, das Büro zu verschönern. Und natürlich gefällt da jene Variante am besten, die optisch am meisten hergibt. Da wird die Warnung, dass geschliffener Marmor bei Nässe glitschig wird, glatt in den Wind geschlagen.

– Berücksichtigen Sie bei Neuanschaffungen und Renovationen immer auch die Sicherheitsaspekte.
– Das Aussehen ist zwar ein wichtiges Argument für oder gegen ein Produkt. Erhöht die schöne Lösung aber das Unfallrisiko, kann sie auch zu einer sehr teuren Lösung werden.

Notizen

Szene 6: Eiskalt erwischt
Durch die ungenügende Instandhaltung von Regenrinnen, Ablaufrohren und Schächten können sich nasse Flächen und Pfützen bilden. Was im Sommer eventuell nur geringe Risiken birgt, wird im Winter zur grossen Gefahr.



– Sorgen Sie im Sommer und Herbst dafür, dass Regenwasser sauber abgeleitet wird, Dachrinnen und Ablaufschächte frei von Laub und Moos sind.
– Stellen Sie sicher, dass im Winter die Verkehrswege frei von Schnee und Eisglätte sind.

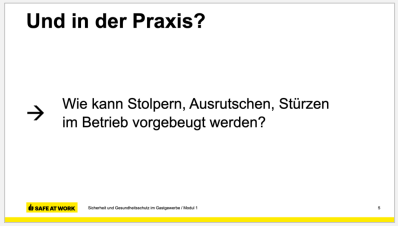
Beispiele für Präventivmassnahmen sind:

Technische Massnahmen:
– Für eine angemessene Beleuchtung der Verkehrswege sorgen.
– Rutschhemmende Bodenbeläge vorsehen.
– Bodenunebenheiten beseitigen (z. B. aufstehende Teppichränder beseitigen).
– Schwellen markieren.

Organisatorische Massnahmen:
– Verkehrswege bestimmen und deutlich sichtbar markieren; dafür sorgen, dass diese frei von Hindernissen sind.
– Klare Regelung der Durchgänge, wenn möglich getrennte Richtung der Verkehrswege.
– Arbeitsbereiche kennzeichnen und Bereiche vorsehen, wo Hilfsmittel oder Gebinde zwischengelagert oder deponiert werden können.
– Nasse und rutschige Bereiche beim Reinigen kennzeichnen (Warnständer aufstellen) bzw. diese Bereiche absperren.

Verhaltensbezogene Massnahmen:
– Schuhe mit rutschfester Sohle tragen.
– Beim Treppensteigen Handlauf benutzen.
– Bei Dunkelheit Licht einschalten.
– Sich beim Gehen auf den Weg konzentrieren und nicht auf das Handy oder die Zeitung schauen.
– Stolperstellen sofort beseitigen.
– Mängel, die Sie nicht selber beseitigen können, umgehend den Vorgesetzten melden.

Notizen



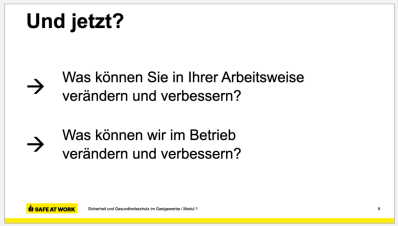
Praktische Anwendung (~ 4')

Slide 5

Wie kann Stolpern, Ausrutschen und Stürzen in unserem Betrieb vorgebeugt werden?

Im Betrieb:
Sie können über das Thema auch direkt im Betrieb sprechen und mit den Teilnehmern die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen können (siehe bspw. www.suva.ch, Suchbegriff «Stolpern» eingeben).



Verbesserung (~ 2')

Slide 6

Was können Sie in Ihrer Arbeitsweise verändern und verbessern?
Was können wir im Betrieb verändern und verbessern?

Im Betrieb:
Notieren Sie sich offene Fragen (um sie später zu beantworten oder wieder aufzugreifen).

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn mein Arbeitgeber uns keine Warnständer zur Verfügung stellt?».

Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

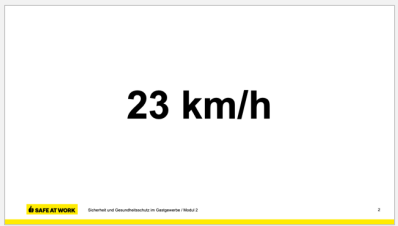
Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Arbeitsblatt Modul 2

Herunterfallen, Abstürzen





Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 15–25 Minuten.

Bearbeitung des Themas (~ 4')

Slide 2

? Wofür könnte diese Zahl wohl stehen?

23 km/h ist die Geschwindigkeit, mit der eine Person bei einem Absturz aus gerade mal 2 Metern Höhe auf dem Boden auftrifft. Es ist also nicht verwunderlich, dass man sich bei einem Sturz schwere Verletzungen wie Prellungen, Hautwunden, Verstauchungen oder Brüche zuziehen kann.

Ein Absturz ist ein Unfall, der durch einen Fall aus einer erhöhten Position zustande kommt. Mit anderen Worten: Wenn Arbeiten in der Höhe (z.B. auf dem Dach, auf einem Arbeitspodest) oder mit bestimmten Hilfsmitteln (z.B. auf der Leiter, auf einem Tritt) ausgeführt werden. Abstürze kommen nicht so häufig vor wie Stürze. Die Folgen solcher Unfälle sind jedoch gravierender.

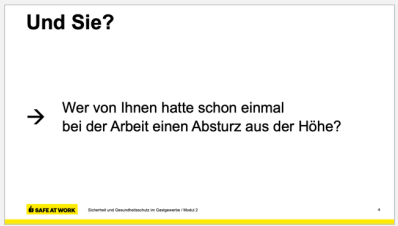
Notizen



Slide 3

Man ist schnell mal eben auf einen Tritt oder eine Leiter gestiegen. Diese Hilfsmittel kommen in vielen Betrieben tagtäglich zum Einsatz, in Situationen, die erst einmal ganz banal sind – um mit dem Tritt an die Ware im Regal zu gelangen, mit der Steighilfe die benötigte Höhe zu erreichen oder mit der Leiter, um eine Glühlampe an der Decke zu wechseln. Diese banalen Situationen können sich jedoch als gefährlich erweisen. Die Folgen können schwerwiegend sein, unabhängig von der Fallhöhe.

Sensibilisierung (~ 4')



Slide 4

Wer von Ihnen hatte schon einmal bei der Arbeit einen Absturz aus der Höhe? Fragen Sie nach, wie es zu dem Absturz gekommen ist (die näheren Umstände: wo, wann, warum, in welcher Situation, bei welcher Tätigkeit, mit welchen Folgen usw.).

Überlegen Sie sich ein Unfallszenario, das Sie erzählen können, wenn die Teilnehmer selbst noch nie bei der Arbeit aus der Höhe abgestürzt sind.

Notizen



Den Film in der Präsentation über das Posterbild mit Play-Symbol im Browser abspielen.

Für eine Präsentation ohne Internet den Film über den Download-Link herunterladen und separat öffnen.



Film (~ 2')

Slide 5

Wir schauen uns den NAPO-Film «Unsicherer Aufstieg» an. Darin wird beispielhaft unsicheres Arbeiten in der Höhe aufgezeigt.

Bearbeitung des Themas (~ 5')

Slide 6

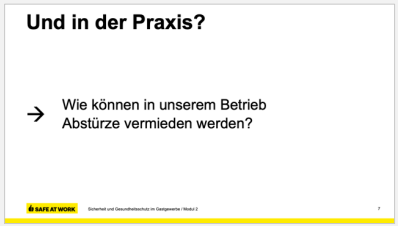
Stellen Sie den Teilnehmern nach dem Film folgende Frage: Es gibt Regeln für die Verwendung von Leitern und Tritten. Kennen Sie diese?

Hier einige Grundregeln:
– Haben Sie Alternativen geprüft?
– Ist die Leiter intakt?
– Stimmt der Anstellwinkel?
– Steht die Leiter rutschsicher?
– Ist die Leiter lang genug?
– Haben Sie die Leiter oben gesichert?
– Ist der Standort der Leiter sicher?
– Steigen Sie sicher auf die Leiter?
– Arbeiten Sie nie auf den obersten 3 Sprossen einer Anstellleiter?
– Ist die Spreizsicherung gestreckt?

Leitern und Tritte sollten nur für Arbeiten von kurzer Dauer und für leichte Arbeiten verwendet werden.

Die Suva hat zahlreiche Empfehlungen für die Benutzung von Leitern herausgegeben. Wir empfehlen Ihnen, diese zu lesen. Die Dokumente stehen auf der Website www.suva.ch bereit (Suchbegriff «Leiter» eingeben).

Notizen



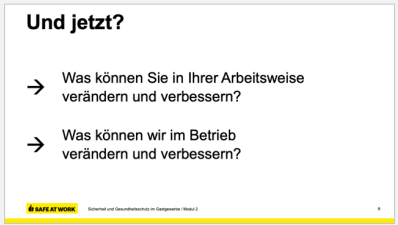
Praktische Anwendung (~ 4')

Slide 7

Wie können in unserem Betrieb Abstürze vermieden werden?

Im Betrieb:
Sie können über das Thema auch direkt im Betrieb sprechen und mit den Teilnehmern die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort diskutieren.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen können (siehe bspw. www.suva.ch, Suchbegriff «Leiter» eingeben).



Verbesserung (~ 2')

Slide 8

Was können Sie in Ihrer Arbeitsweise verändern und verbessern?
Was können wir in unserem Betrieb verändern und verbessern?

Im Betrieb:
Notieren Sie sich offene Fragen (um sie später zu beantworten oder wieder aufzugreifen).

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn mein Arbeitgeber uns keine geeigneten Steighilfen zur Verfügung stellt?».

Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

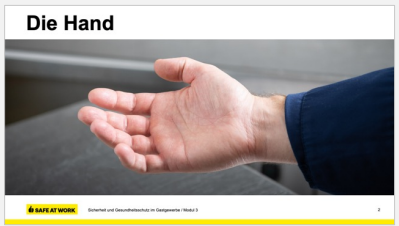
Schnitt- und Stichverletzungen mit Messern



Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 20–30 Minuten.



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Slide 2

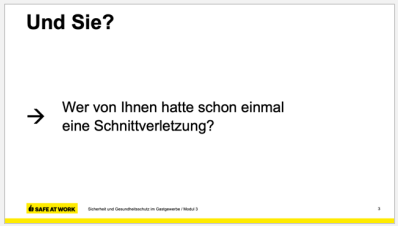
Mit unseren Händen können wir Gegenstände greifen und bearbeiten, schreiben, Mass nehmen, aber auch streicheln, berühren oder Worte durch Gesten unterstreichen. Sie sind ein unersetzliches Werkzeug.

Bei den meisten unserer Tätigkeiten kommen unsere Hände zum Einsatz. Egal ob Koch, Pfleger, Lehrer, Coiffeur, Pianist, Maurer oder Mechaniker, keiner von uns kommt ohne sie aus. Aufgrund der vielfältigen Einsatzmöglichkeiten sind unsere Hände ein Körperteil, das in besonderem Masse Berufsrisiken ausgesetzt ist: Schnittverletzungen, Verbrennungen, Quetschungen usw. Zudem sind unsere Hände auch besonders empfindlich.

Die Hände gehören zu den Körperteilen, die häufig verletzt werden. Handunfälle machen rund 25% aller Arbeitsunfälle in der Schweiz aus (jeder vierte Arbeitsunfall). Im Gastgewerbe sind es sogar 35%. Das heisst, jeder dritte Berufsunfall in unserer Branche betrifft die Finger und die Hand. Viele davon sind Schnitt- oder Stichverletzungen und auf den Umgang mit Messern zurückzuführen.

Zur Bearbeitung des Themas, insbesondere die mit der Haut verbundenen Fragestellungen, können Sie auch das Arbeitsblatt aus Modul 6 heranziehen.

Notizen



Sensibilisierung (~ 4')

Slide 3

Wer von Ihnen hatte schon einmal eine Schnitt- oder Stichverletzung?

Fragen Sie nach, wie es zu der Schnittverletzung gekommen ist (die näheren Umstände: wo, wann, warum, in welcher Situation, bei welcher Tätigkeit usw.).

Überlegen Sie sich ein Unfallszenario, das Sie erzählen können, wenn die Teilnehmer selbst noch keine Schnitt- oder Stichverletzung hatten.

Ergänzen Sie bei Bedarf die Antworten der Teilnehmer und fassen Sie die Ursachen für Schnitt- und Stichverletzungen mit Messern zusammen:
Schnitt- und Stichverletzungen mit Messern werden überwiegend verursacht
– durch eine falsche Arbeitstechnik
– infolge der Verwendung von ungeeigneten Messern
– wegen Zeitdruck und Hektik

Notizen

Notizen



Slide 4

Schnittverletzungen mit Messern können vermieden werden …

… mit der richtigen Schneidetechnik:
– Fragen Sie die Teilnehmer, ob sie wissen, was der Krallengriff ist.
– Zeigen Sie ihnen den Krallengriff an einem Beispiel. Lassen Sie den Krallengriff üben und Ihnen zeigen.
– Halten Sie die Teilnehmer an, das Schnittgut jeweils auf einer festen Unterlage oder einem Schneidebrett zu fixieren.



Slide 5

… mit der richtigen Messerschärfe:
– Ein Messer ist scharf, wenn damit mühelos eine Tomate geschnitten werden kann.
– Zeigen Sie den Teilnehmern, wie sie das prüfen können.



Slide 6

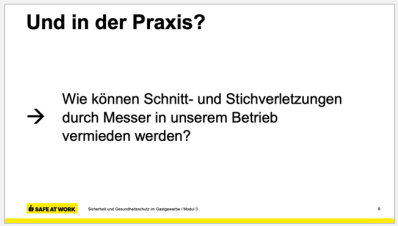
… mit der fachgerechten Reinigung der Messer:
– Zum Reinigen der Messer sollen diese in geeignete Behältnisse gegeben und nicht im Spülbecken liegen gelassen werden.



Slide 7

… mit der korrekten Aufbewahrung der Messer:
– Die Messer müssen in den dafür vorgesehenen Schubladenhalterungen oder an den Magnetschienen an der Wand aufbewahrt werden.

Praktische Anwendung (~5')



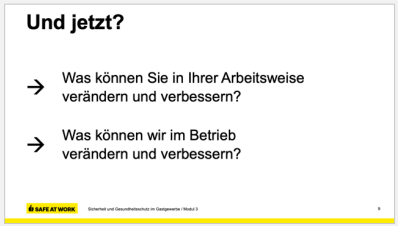
Slide 8

Wie können Schnitt- und Stichverletzungen durch Messer in unserem Betrieb vermieden werden?

Im Betrieb:
Sie können über das Thema mit den Teilnehmern auch direkt vor Ort sprechen (bspw. in der Küche) und dort die zu ergreifenden Massnahmen erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen können.

Verbesserung (~ 2')



Slide 9

Was können Sie in Ihrer Arbeitsweise verändern und verbessern?
Was können wir im Betrieb verändern und verbessern?

Im Betrieb:
Notieren Sie sich offene Fragen (um sie später zu beantworten oder wieder aufzugreifen).

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn in meinem Betrieb keine geeigneten Schubladenhalterungen vorhanden sind?».

Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Arbeitsblatt Modul 4

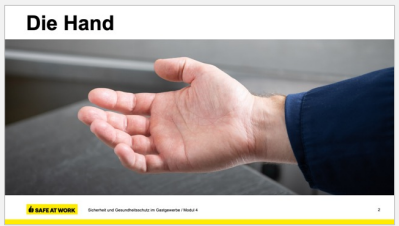
Schnittverletzungen durch Glasbruch oder Scherben von Geschirrteilen



Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 15–20 Minuten.



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Slide 2

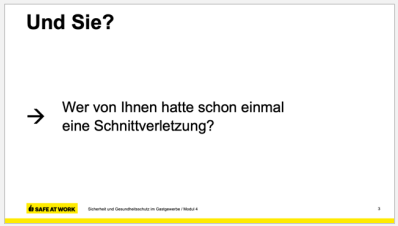
Mit unseren Händen können wir Gegenstände greifen und bearbeiten, schreiben, Mass nehmen, aber auch streicheln, berühren oder Worte durch Gesten unterstreichen. Sie sind ein unersetzliches Werkzeug.

Bei den meisten unserer Tätigkeiten kommen unsere Hände zum Einsatz. Egal ob Pfleger, Lehrer, Coiffeur, Pianist, Maurer oder Mechaniker, keiner von uns kommt ohne sie aus. Aufgrund der vielfältigen Einsatzmöglichkeiten sind unsere Hände ein Körperteil, das in besonderem Masse Berufsrisiken ausgesetzt ist: Schnittverletzungen, Verbrennungen, Quetschungen usw. Zudem sind unsere Hände auch besonders empfindlich.

Die Hände gehören zu den Körperteilen, die häufig verletzt werden. Handunfälle machen rund 25% aller Arbeitsunfälle in der Schweiz aus (jeder vierte Arbeitsunfall). Im Gastgewerbe sind es sogar 35%. Das heisst, jeder dritte Berufsunfall in unserer Branche betrifft die Finger und die Hände. Viele sind auf den Umgang mit Messern zurückzuführen, andere auf Glasbruch oder Scherben von Geschirrteilen.

Zur Bearbeitung des Themas, insbesondere die mit der Haut verbundenen Fragestellungen, können Sie auch das Arbeitsblatt aus Modul 6 heranziehen.

Notizen



Sensibilisierung (~ 4')

Slide 3

Wer von Ihnen hatte schon einmal eine Schnittverletzung an den Fingern, an der Hand?

Fragen Sie nach, wie es zu der Schnittverletzung gekommen ist (die näheren Umstände: wo, wann, warum, in welcher Situation, bei welcher Tätigkeit usw.).

Überlegen Sie sich ein Unfallszenario, das Sie erzählen können, wenn die Teilnehmer selbst noch keine Schnittverletzung hatten.

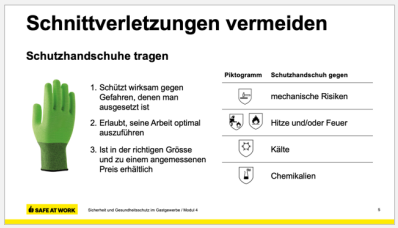
Notizen



Slide 4

Im Gastgewerbe gibt es zahlreiche Situationen, die zu Verletzungen an den Händen führen können. Einerseits beim Umgang mit Gebinden, Werkzeugen oder Maschinen und andererseits natürlich mit Glas. Zerbrochene Gläser und Flaschen oder Scherben von Geschirr, die schnell entfernt oder beseitigt werden müssen, sind häufig Ursache von Schnittverletzungen.

Handverletzungen durch Scherben von Glas oder Geschirr können vermieden werden durch:
– Tragen von Handschuhen beim Zusammenkehren
– Aufnehmen von Scherben mit Besen und Schaufel
– Sammeln und Entsorgen von Bruchglas und Porzellan in getrennten Boxen

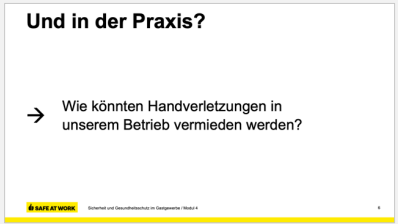


Slide 5

Der passende Schutzhandschuh
– schützt wirksam gegen Gefahren, denen man ausgesetzt ist und ist sicherheitskonform (Piktogramme geben an, vor welchen Gefahren der Handschuh schützt)
– erlaubt, seine Arbeit optimal auszuführen (Haftung, Griff)
– ist in der richtigen Grösse (Tragkomfort, leicht an- und ausziehbar) und zu einem angemessenen Preis erhältlich

Es empfiehlt sich, die für die Tätigkeiten am besten geeigneten Handschuhe mit höchstmöglichem Schutz und Tragkomfort auszuwählen. Bei der Auswahl sollten die Mitarbeitenden mit einbezogen werden.

Auf der Website suva.ch finden Sie Hinweise zur Auswahl der richtigen Handschuhe. Lassen Sie sich gegebenenfalls vom Fachhandel beraten



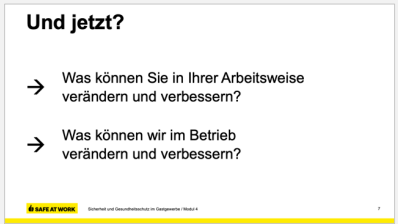
Praktische Anwendung (~ 4')

Slide 6

Wie können Handverletzungen in unserem Betrieb vermieden werden?

Im Betrieb:
Sie können mit den Teilnehmern über das Thema auch direkt vor Ort sprechen (bspw. im Office, bei der Entsorgungsstelle) und dort die zu ergreifenden Massnahmen erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen wollen.



Verbesserung (~ 2')

Slide 7

Was können Sie in Ihrer Arbeitsweise verändern und verbessern?
Was können wir im Betrieb verändern und verbessern?

Im Betrieb:
Notieren Sie sich offene Fragen (um sie später zu beantworten oder wieder aufzugreifen).

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn mein Arbeitgeber uns keine Schutzhandschuhe zur Verfügung stellt?».

Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Arbeitsblatt Modul 5

Umgang mit Gefahrstoffen



Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 35 Minuten ohne Film, ca. 45 Minuten mit Film.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Slide 2

In Gastronomie- und Hotelbetrieben kommen verschiedenste chemische Stoffe zum Einsatz. Dazu gehören:
– Wasch- und Reinigungsmittel
– Entkalker, Urinsteinentferner
– Desinfektionsmittel
– usw.
Solche Stoffe stellen eine Gefahr dar.

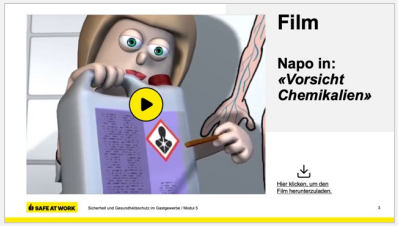
Die wichtigsten Gefahren sind: Brandgefahr:
– Hochentzündlich: der Stoff brennt sehr leicht
– Brandfördernd: der Stoff wirkt als Oxidationsmittel, ein Brand wird stark beschleunigt

Gesundheitsgefahr:
– Ätzend: der Stoff verletzt die Haut und die Schleimhäute (Augen, ...)
– Hochgiftig: Lebensgefahr bei Einatmen
– Gesundheitsschädigend: der Stoff schädigt die Organe (z.B. Krebsrisiko)
– Vorsicht gefährlich (reizend): der Stoff schädigt die Atemwege beim Einatmen
Umweltgefahr (nicht weiter behandelt)

Es ist daher wichtig, die Gefahrstoffe angemessen zu lagern und auf einen sicheren Umgang zu achten.

Sie können den Teilnehmern folgende Fragen stellen:
– Kommt es vor, dass Sie Stoffe in einer PET-Flasche oder einem Glasbehälter aufbewahren?
– Kommt es vor, dass Sie Stoffe umfüllen?

Notizen



Den Film in der Präsentation über das Posterbild mit Play-Symbol im Browser abspielen.

Für eine Präsentation ohne Internet den Film über den Download-Link herunterladen und separat öffnen.

Slide 3

Wir schauen uns nun mindestens den Beginn des Films «Napo in: Vorsicht Chemikalien» an, in dem verschiedene Gefährdungen vorkommen (Achtung der Film verlängert die Schulungszeit).

Geben Sie nach dem Film folgende Erläuterungen:

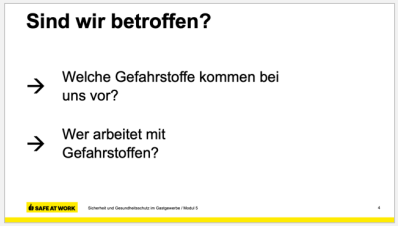
Eine falsche Lagerung chemischer Stoffe kann zu Brand, Explosion oder auch zu Vergiftungen führen.

Oftmals stellt der Umgang mit diesen Stoffen auch ein Gesundheitsrisiko dar. In dem Film werden zahlreiche Möglichkeiten aufgezeigt, wie chemische Stoffe ordnungsgemäss gelagert werden können. Insbesondere ist auf Folgendes zu achten:

– Vorrat an gefährlichen Stoffen reduzieren, indem nur die tatsächlich benötigten Mengen gekauft werden.
– Stoffe nur in den Originalbehältern lagern.
– Niemals gefährliche Flüssigkeiten in Lebensmittelbehälter umfüllen (Verwechslungsgefahr).
– Die Behälter müssen richtig gekennzeichnet sein: Name des Stoffes, Gefahrensymbole, Gefährdungen (H-Sätze) und Sicherheitshinweise (P-Sätze), Signalwörter («Achtung» oder «Gefahr»).

Die Website www.cheminfo.ch enthält nützliche Informationen zu diesem Thema.

Notizen

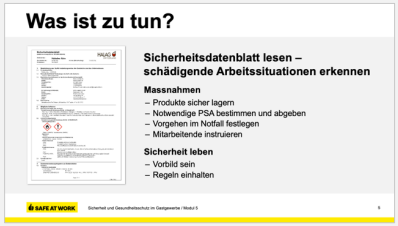


Slide 4

Nachdem wir jetzt die Gefahren kennen gelernt haben, ist es wichtig zu überlegen, inwieweit wir betroffen sind.

Sie können den Teilnehmern folgende Fragen stellen: Wie sieht das bei uns aus?
– Welche Gefahrstoffe kommen bei uns vor?
– Wer arbeitet mit Gefahrstoffen?

Notizen



Praktische Anwendung (~ 4')

Slide 5

Wie wir gesehen haben, sind auch wir von den Gefahren betroffen. Was ist zu tun, um das Risiko eines Unfalls zu reduzieren?

Sicherheitsdatenblatt lesen – schädigende Arbeitssituationen erkennen

Massnahmen
– Produkte sicher lagern
– Notwendige Persönliche Schutzausrüstung (PSA) bestimmen und abgeben
– Vorgehen im Notfall festlegen
– Mitarbeitende instruieren

Sicherheit leben
– Vorbild sein
– Regeln einhalten

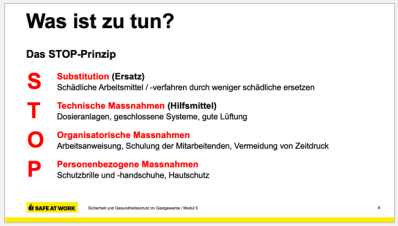
Persönliche Schutzausrüstung verwenden: Schutzbrille, Schutzhandschuhe, Gehörschutz, etc.

Sie können den Teilnehmern folgende Fragen stellen:
Auf der Slide ist ein Auszug eines Sicherheitsdatenblatts sichtbar. Welche Gefahren sind erkennbar?

Im Betrieb:
Sie können über das Thema bspw. auch direkt in der Lingerie sprechen und mit den Teilnehmern die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort erörtern. Nehmen Sie 1–2 Sicherheitsdatenblätter aus Ihrem Betrieb und schauen Sie diese gemeinsam an.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Sicherheitsdatenblätter, anderes Material oder Fotos vor, die Sie zeigen wollen.

Notizen



Slide 6

Bei der Reduktion der Risiken ist das STOP-Prinzip anzuwenden. Dieses steht für

S = Substitution (Ersatz): Gefährliche Stoffe sind nach Möglichkeit durch weniger gefährliche zu ersetzen. Prüfen Sie die Möglichkeiten bspw. mit Ihrem Lieferanten.

T = Technische Massnahmen: Prüfen Sie, wie die Gefahr durch technische Massnahmen reduziert werden kann. Beispiele sind geschlossene Systeme, automatische Dosieranlagen, eine gute Raumlüftung.

O = Organisatorische Massnahmen: Prüfen Sie, wie die Gefahr durch organisatorische Massnahmen reduziert werden kann. Beispiele sind Arbeitsanweisungen, die angeben, wie die Arbeit ausgeführt werden muss, die Schulung der Mitarbeitenden oder auch das Vermeiden von Zeitdruck beim Umgang mit Gefahrstoffen.

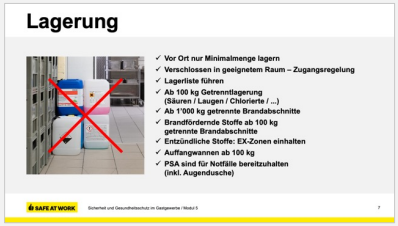
P = Persönliche Schutzmassnahmen (PSA): Falls noch Risiken bestehen, die nicht reduziert werden konnten, bleibt zum Schluss noch die Möglichkeit, die Mitarbeitenden mit Schutzbrillen, Handschuhen etc. zu schützen. Dabei ist es wichtig, dass alle sich an die Massnahmen halten! Zur Erhöhung der Akzeptanz sollten die Mitarbeitenden an der Auswahl der PSA beteiligt werden.

Sie können den Teilnehmern folgende Fragen stellen:
Nehmen wir den sauren Reiniger, wie sieht das STOP Prinzip dazu bei uns aus?

Im Betrieb:
Sie können über das Thema auch direkt an einem Arbeitsplatz oder im Lager sprechen und mit den Teilnehmern die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen wollen.

Notizen



Praktische Anwendung (~ 4')

Slide 7

Wie kann die richtige Lagerung von Stoffen sichergestellt werden?

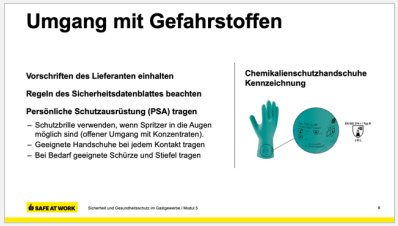
– Vor Ort nur Minimalmenge lagern
– Verschlossen in geeignetem Raum – Zugangsregelung
– Lagerliste führen
– Ab 100 kg Getrenntlagerung (Säuren/Laugen/Chlorierte/...)
– Ab 1'000 kg getrennte Brandabschnitte
– Brandfördernde Stoffe ab 100 kg getrennte Brandabschnitte
– Entzündliche Stoffe: EX-Zonen einhalten
– Auffangwannen ab 100 kg (Gewässerschutz auch bei Kleinmengen beachten)
– Getrennt von Lebensmitteln lagern
– PSA für Notfälle bereithalten (inkl. Augendusche)

Sie können den Teilnehmern folgende Fragen stellen:
Wo haben wir Handlungsbedarf? Was können wir verbessern?

Im Betrieb:
Sie können über das Thema auch direkt im Lager sprechen und mit den Teilnehmern die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen wollen.

Notizen



Praktische Anwendung (~ 4')

Slide 8

Was ist beim Umgang mit Gefahrstoffen zu beachten?

Halten Sie die Vorschriften der Lieferanten ein. Halten Sie sich an die Regeln des Sicherheitsdatenblattes. Tragen Sie die Persönliche Schutzausrüstung:
– Eine Schutzbrille ist zu verwenden, wenn Spritzer in die Augen möglich sind (offener Umgang mit Konzentraten).
– Geeignete Handschuhe sind bei jedem Kontakt mit Gefahrstoffen zu tragen.
– Bei Bedarf geeignete Schürze und Stiefel tragen.

Sie können den Teilnehmern folgende Fragen stellen:
Wo haben wir Handlungsbedarf? Was können wir verbessern?

Bereiten Sie ein Sicherheitsdatenblatt vor und besprechen Sie die Verhaltensregeln.

Notizen



Slide 9

Wichtig für den Gesundheitsschutz sind die Handschuhe. Damit diese wirklich schützen, sind folgende Aspekte relevant:

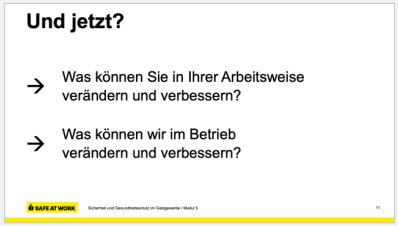
– Richtigen Handschuh in der richtigen Grösse verwenden. Tipp: Der richtige Handschuhtyp wird häufig im Sicherheitsdatenblatt genannt. Lassen Sie sich ansonsten von einem Lieferanten beraten.
– Mehrweghandschuhe vor dem Ausziehen immer gut abwaschen und rechtzeitig erneuern. Tipp: Handschuhe altern leider schnell. Je nach Resistenz des Materials gegenüber der Chemikalie kann ein Handschuh nur bis ca. 8 Stunden verwendet werden.
– Handschuhe kontaminationsfrei ausziehen.
– Nach Abziehen der Handschuhe Hände waschen.
– Schweissdurchfeuchtete Handschuhe vor dem Einsatz trocknen.
– Beim Arbeitsende regenerative Hautpflegecreme anwenden (vergleiche auch Modul Hautschutz).



Slide 10

So werden Handschuhe richtig ausgezogen:
1. Handschuh von aussen greifen
2. Überstülpen
3. Handschuh von innen fassen
4. Überstülpen

Bereiten Sie Handschuhe vor und lassen Sie das Ausziehen in Zweiergruppen üben.



Verbesserung (~ 2')

Slide 11

Was können Sie in Ihrer Arbeitsweise verändern und verbessern?
Was können wir im Betrieb verändern und verbessern?

Im Betrieb:
Notieren Sie sich offene Fragen (um sie später zu beantworten oder wieder aufzugreifen).

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn mein Arbeitgeber nicht den richtigen Umgang und die geforderten Lagerungsbedingungen einhält?».

Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Arbeitsblatt Modul 6

Hautschutz



Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 30–45 Minuten.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Slide 2

Die Gefahr, an einem berufsbedingten Hautleiden zu erkranken, wird in der Arbeitswelt noch allzu oft unterschätzt. So wird der Umgang mit vielen Reinigungs- und Desinfektionsmitteln und anderen flüssigen oder pastösen Produkten häufig als ungefährlich angesehen. Viele Mitarbeitende in Betrieben der verschiedensten Branchen haben aber oft täglich Kontakt mit diesen Stoffen, die möglicherweise die Haut nicht akut gefährden, sie aber über viele Jahre hinweg nachhaltig schädigen können.

Hautkrankheiten machen rund einen Viertel aller insgesamt in der Schweiz erfassten Berufskrankheiten aus. Sie sind häufig mit vielen Ausfalltagen am Arbeitsplatz und mit grossen Schmerzen und Einschränkungen für die Betroffenen verbunden. Da sie sich meist über Jahre entwickeln, sind sie in der Regel auch schwer behandelbar. Durch die Arbeit erworbene Allergien zwingen häufig zu einem Berufswechsel. Sie haben somit einschneidende persönliche Konsequenzen.

Hautkrankheiten sind häufiger als man denkt

– Rund 500 Fälle von anerkannten beruflichen Hautkrankheiten verzeichnen die Unfallversicherer in der Schweiz – Jahr für Jahr.
– Die Dunkelziffer ist beträchtlich. Viele melden beruflich bedingte Hautbeschwerden aus Unwissenheit nicht dem Unfallversicherer.
– Der Übergang von leichten und selbst behandelbaren Hautbeschwerden bis hin zu einer Berufskrankheit mit massiven Beeinträchtigungen ist fliessend. Studien lassen vermuten, dass die wahre Anzahl berufsbedingter Hautbeschwerden pro Jahr mehrere Tausend beträgt.
– Hautkrankheiten sind oft langwierig und teuer. Die Unfallversicherer zahlen für einen Fall im Durchschnitt deutlich über 10'000 CHF.

So entstehen Hautschäden

Zu beruflich bedingten Hautschäden kommt es durch chemische und physikalische Einwirkungen. Meist sind chemische Stoffe die Ursache. Aber auch viele pflanzliche Stoffe, tierische Produkte und mit Krankheitserregern infiziertes Material können zu beruflich bedingten Hauterkrankungen führen. Zudem sind die Anzahl und die Art der Kontakte bedeutsam:

– Ein- oder mehrmaliger direkter Kontakt mit aggressiven Chemikalien wie starken Säuren und Laugen.
– Häufiger, ungeschützter Kontakt mit Chemikalien, die als wenig gefährlich wahrgenommen werden, z.B. Desinfektionsmittel.
– Sehr häufiger Kontakt mit Produkten, welche die Haut beanspruchen, z.B. Seife oder Reinigungsmittel. Auch andauernde Feuchtigkeit (z.B. durch langes Tragen von luftundurchlässigen Handschuhen) stellt ein Problem für die Haut dar.

Notizen



Den Film in der Präsentation über das Posterbild mit Play-Symbol im Browser abspielen.

Für eine Präsentation ohne Internet den Film über den Download-Link herunterladen und separat öffnen.

Film (~ 5')

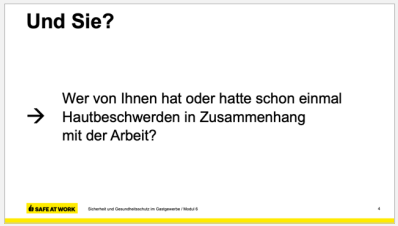
Slide 3

Wir schauen uns nun einen Ausschnitt aus dem Film «Napo in: Schütze deine Haut» an, die Szene «Funktionen der Haut». Er zeigt,
– welche Gefahren aus dem Hautkontakt mit gesundheitsschädlichen Stoffen resultieren
– was die Haut alles kann und welche ihrer lebenswichtigen Funktionen durch eine Schädigung in Frage gestellt werden

Geben Sie nach dem Film folgende Erläuterungen:

Die Haut übernimmt vielerlei Funktionen. Sie fühlt, sie atmet und sie reguliert die Körpertemperatur. Sie schützt uns auch vor Krankheitserregern. Aber nur eine gesunde Haut kann ihre Aufgaben wahrnehmen. Geschädigte Haut ist anfällig für Krankheiten und Allergien. Die Haut kann sich auch regenerieren, aber sie verzeiht nicht alles.

Wenn die natürliche Schutzschicht der Haut beschädigt ist, dringen die chemischen Bestandteile der verschiedensten Stoffe in die Haut ein und rufen eine Entzündung hervor. Achtung: Eine trockene, gerötete, empfindliche und entzündete Haut ist ein Alarmzeichen. Dieser Zustand kann sich zu einem unheilbaren Ekzem entwickeln, was die weitere Ausübung des Berufs verunmöglicht.



Sensibilisierung (~ 4')

Slide 4

Wer von Ihnen hat oder hatte schon einmal Hautbeschwerden in Zusammenhang mit der Arbeit?

Fragen Sie nach, wie es dazu kam (die näheren Umstände: wo, wann, warum, in welcher Situation, bei welcher Tätigkeit usw.).

Überlegen Sie sich ein Szenario, das Sie erzählen können, wenn die Teilnehmer selbst noch keine Hautbeschwerden in Zusammenhang mit der Arbeit haben oder hatten.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Notizen

Slide 5

Wenn Sie bei Ihrer Arbeit Reinigungs- und Desinfektionsmittel oder andere schädigende Stoffe verwenden, ist es wichtig, dass Sie Ihre Hände richtig schützen. Damit vermeiden Sie Entzündungen und Allergien. Schützen Sie, wenn nötig auch andere exponierte Hautpartien. Befolgen Sie die Hinweise auf den Produkten und den Gebrauchsanweisungen. Fragen Sie im Zweifelsfall Ihren Vorgesetzten oder den Sicherheitsbeauftragten.

Drei Tipps für gesunde Hände

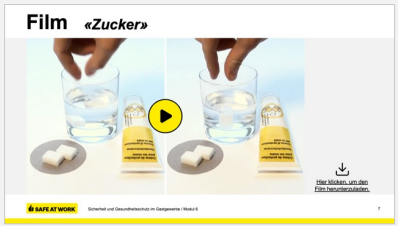
Schützen: Vermeiden Sie, wenn immer möglich, den Kontakt mit schädigenden Stoffen. Geeignete Handschuhe oder Hautschutzcreme benützen. Es gibt heute für jede Tätigkeit bequeme und passende Handschuhe. Geeignete Handschuhe müssen folgende Eigenschaften haben:
– Wirksamer Schutz gegen das betreffende Risiko. Die Piktogramme (Kennzeichnungen) geben an, vor welchen Gefahren der Handschuh schützt.
– Ausführung der Tätigkeit mit sicherem Griff.
– Richtige Grösse, nicht zu gross und nicht zu klein.
– Lassen sich leicht an- und ausziehen.
– Entsprechen den Sicherheitsnormen.

Reinigen: Waschen Sie vor jeder Pause und vor Feierabend die Hände mit einem schonenden Mittel. Verwenden Sie für das Reinigen keine Lösemittel oder scheuernden Produkte.

Pflegen: Pflegen Sie Ihre Hände regelmässig mit einer geeigneten Creme. So kann sich die Haut regenerieren.

Auf der Website www.sapros.ch finden Sie Hinweise zur Auswahl des richtigen Handschuhs gegliedert nach Berufen.





Den Film in der Präsentation über das Posterbild mit Play-Symbol im Browser abspielen.

Für eine Präsentation ohne Internet den Film über den Download-Link herunterladen und separat öffnen.

Bearbeitung des Themas (~ 10')

Slide 6

So waschen und desinfizieren Sie die Hände richtig:
1. Hände mit Wasser oder Desinfektionsmittel befeuchten
2. Handfläche auf Handfläche reiben
3. Rechte Handfläche über linken Handrücken reiben und umgekehrt
4. Handfläche auf Handfläche legen und in den Fingerzwischenräumen verreiben
5. Aussenseite der Finger auf gegenüberliegender Handfläche reiben
6. Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der linken Handfläche und umgekehrt
7. Kreisendes Reiben der rechten Fingerkuppen in der linken Handfläche und umgekehrt
8. Kreisendes Reiben beider Handgelenke

Waschen Sie die Hände mindestens 15 Sekunden. Desinfizieren Sie die Hände mindestens 30 Sekunden.

Sie können das Waschen und Desinfizieren der Hände an einem Waschbecken oder bei einem Dispenser vor Ort in Zweiergruppen üben.

Film (~ 4')

Slide 7

Wir schauen uns nun das Video «Zucker» an. Es zeigt, wie eine Hautschutzcreme wirkt.

Fragen Sie nach dem Film, was die Zuschauer beobachtet haben:
Die Hautschutzcreme schützt nicht nur den Zucker vor der Flüssigkeit. Mehr noch, sie verhindert das Eindringen der Flüssigkeit und damit den Zerfall des Zuckers.

Notizen



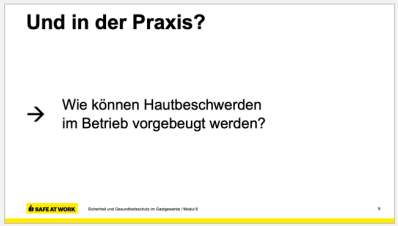
Bearbeitung des Themas (~ 5')

Slide 8

So cremen Sie die Hände richtig ein:
1. Hautschutzcreme auf den Handrücken auftragen.
2. Handrücken gegeneinander reiben.
3. Hautschutzcreme mit den Fingerspitzen der einen Hand in den Fingerzwischenräumen der anderen Hand verreiben.
4. Hautschutzcreme sorgfältig auf die Bereiche Nagelbett, Nagelfalz, Fingerkuppen und Handgelenke verteilen.
5. Kreisendes Reiben des rechten Daumens in der geschlossenen linken Handfläche und umgekehrt.
6. Die Handgelenke sorgfältig einreiben.
7. & 8. Verbleibende Reste der Hautschutzcreme in den Handflächen verreiben.

Lassen Sie das Eincremen üben und Ihnen vorzeigen.

Praktische Anwendung (~ 4')



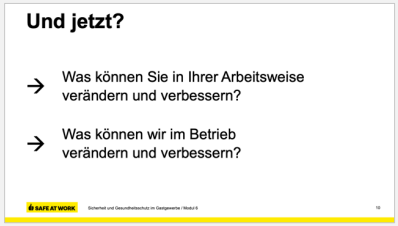
Slide 9

Wie kann Hautbeschwerden im Betrieb vorgebeugt werden?

Im Betrieb:
Sie können über das Thema auch direkt am Arbeitsplatz sprechen und mit den Teilnehmern die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen wollen.

Notizen



Verbesserung (~ 2')

Slide 10

Was können Sie in Ihrer Arbeitsweise verändern und verbessern?
Was können wir im Betrieb verändern und verbessern?

Im Betrieb:
Notieren Sie sich offene Fragen (um sie später zu beantworten oder wieder aufzugreifen).

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn mein Arbeitgeber uns keine Sicherheitshandschuhe und keine Hautschutzmittel zur Verfügung stellt?».

Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Heben, Tragen und Bewegen von Lasten



Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 15–45 Minuten.



Bearbeitung des Themas (~ 4')

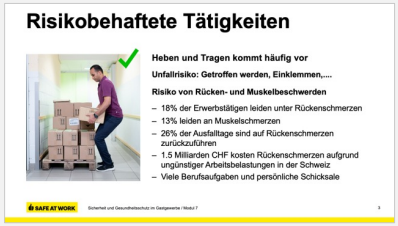
Slide 2

Im Gastgewerbe müssen häufig Lasten bewegt werden. Seien es Harasse, schwere Pfannen, Kessel, Gebinde u.a.m. Lasten bewegen gehört zum Alltag. Leider gehören Unfälle und Gesundheitsprobleme auch zum Alltag aller Mitarbeitenden, die Lasten handhaben.

Wir vergessen oder verdrängen jeweils, dass die betroffene Person unter Umständen tage- oder gar wochenlang unter Schmerzen leidet und am Arbeitsplatz fehlen wird. Und das geht ganz schön ins Geld. Damit die Gefahren beim Lastentransport von Hand nicht unterschätzt werden, besprechen wir dieses Thema heute.

Was denken Sie, welches sind die Ursachen dieser Gesundheitsprobleme?
Neben der Unterschätzung der Gefahr gibt es zahlreiche weitere Ursachen für die Gesundheitsprobleme beim Lastentransport von Hand, zum Beispiel:
– Zeitdruck
– Transportwege mit Stolperfallen
– fehlende oder ungeeignete Hilfsmittel
– ungenügend organisierte Arbeitsabläufe
– zu schwere oder falsch gestaltete Lasten
– Einsatz von nicht geeigneten Personen
– fehlende Ausbildung und Anleitung der Mitarbeiter
– sich der Gefahren nicht bewusst sein
– schlechte Gewohnheiten

Notizen

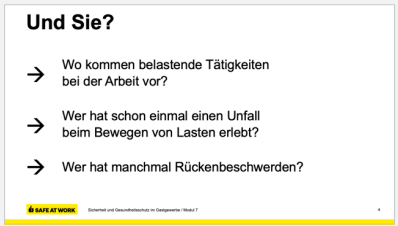


Bearbeitung des Themas (~ 2')

Slide 3

Nebst dem Unfallgeschehen beim Heben, Tragen und Bewegen von Lasten von Hand leiden 18% der Erwerbstätigen unter Rückenschmerzen und 13% an Muskelschmerzen. 26% der Ausfalltage sind durch muskuloskelettale Erkrankungen zu erklären (100 Millionen Absenztage pro Jahr in der Schweiz). Die Kosten für Rückenschmerzen aufgrund ungünstiger Arbeitsbelastungen belaufen sich auf 1,5 Milliarden CHF (800 Mio. CHF betriebliche Kosten, 700 Mio. direkte Gesundheitskosten).

Sensibilisierung (~ 4')



Slide 4

Wo kommen belastende Tätigkeiten bei der Arbeit vor? Wer von Ihnen hatte schon einmal einen Unfall beim manuellen Heben, Tragen oder Bewegen von Lasten? Wer hat manchmal Rückenbeschwerden?

Fragen Sie nach, wie es zum Unfall oder den Rückenbeschwerden gekommen ist (die näheren Umstände: wo, wann, warum, in welcher Situation, bei welcher Tätigkeit usw.).

Überlegen Sie sich ein Szenario, das Sie erzählen können, wenn die Teilnehmer selbst noch keinen Unfall oder keine Rückenbeschwerden hatten.

Notizen



Den Film in der Präsentation über das Posterbild mit Play-Symbol im Browser abspielen.

Für eine Präsentation ohne Internet den Film über den Download-Link herunterladen und separat öffnen.

Slide 5

Wir schauen uns nun 2 Szenen aus dem Film «Napo: Nimm’s leicht!» an. Darin werden beispielhaft Situationen geschildert, in denen es zu Rückenbeschwerden kommen kann.

Wenn Sie keine Möglichkeit haben, den Film zu zeigen, zeigen Sie das Plakat und kommentieren Sie dieses.

Geben Sie nach dem Film folgende Erläuterungen:

Szene 2: Geteilte Last ist halbe Last
Napo versucht vergeblich, eine schwere und grosse Last zu heben. Dabei schmerzen ihn Rücken und Nacken. Schliesslich kommt er auf die Idee, die grosse Last in mehrere kleine Lasten aufzuteilen.

Tipps für die Vorgesetzten:
– Lasten, die von Hand gehoben werden, dürfen nicht zu schwer sein. Sie sollten von «gesunden Durchschnittspersonen» problemlos zu bewältigen sein.
– Schwere und grosse Lasten lassen sich oftmals in «menschengerechte» Portionen aufteilen.
– Mit der Gebindegrösse lässt sich das Gewicht begrenzen.

Tipps für die Mitarbeitenden:
– Nicht zu viel aufs mal.
– Nicht «den Starken» spielen.
– Grosse und schwere Lasten, wenn immer möglich teilen und mehrmals gehen.

Notizen

Szene 8: Das Duell
Napo fordert eine Last zum Duell heraus, um zu zeigen, wie stark er ist. Doch die Last wird immer grösser, bis Napo aufgibt und seine fleissigen Helfer (Transportmittel) herbeipfeift. Das richtige Transportmittel wird mit jeder Last fertig. Der Mensch eignet sich nicht als Transportmittel. Lasten sollten nach Möglichkeit immer mit technischen Hilfsmitteln bewegt werden.

Tipps für die Vorgesetzten:
– Prüfen Sie, ob die vorhandenen Transportmittel für die zu transportierenden Lasten geeignet sind.

Tipps für die Mitarbeitenden:
– Nicht «den Starken» spielen und sich nicht überschätzen. Immer die vorhandenen Hilfsmittel einsetzen.
– Wenn Sie spezielle Hilfsmittel benötigen, informieren Sie Ihren Vorgesetzten.
– Die Kollegen helfen in der Regel gerne.

Notizen

Sensibilisierung (~ 4')

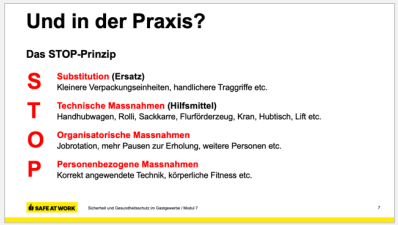
… und fassen Sie die Risiken zusammen:



Slide 6

Fordern Sie die Teilnehmer auf, zu den einzelnen Risiken praktische Beispiele aus dem Betrieb zu nennen.

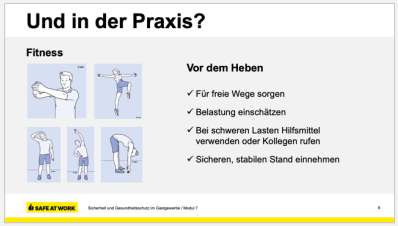
Praktische Anwendung (~ 4')



Slide 7

Erläutern Sie den Teilnehmern das STOP-Prinzip, das eine Vielzahl von Möglichkeiten aufzeigt.

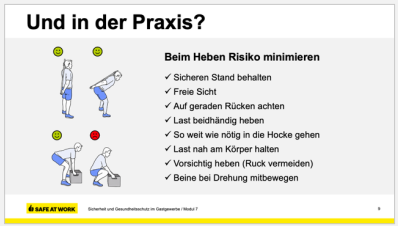
? Fragen Sie dann, durch welche konkreten Massnahmen Unfällen und Rückenbeschwerden beim manuellen Heben, Tragen und Bewegen von Lasten vorgebeugt werden kann?



Slide 8

Beachten Sie beim manuellen Heben, Tragen und Bewegen von Lasten nachstehende Regeln:

Vor dem Heben, Tragen, Bewegen
– Für freie Transportwege sorgen.
– Klären: kann ich die Last alleine bewältigen?
– Ggf. geeignete Hilfsmittel besorgen, schwere Lasten zu zweit bewegen.
– Körper auf Belastung vorbereiten.
– Auf sicheren stabilen Stand achten.

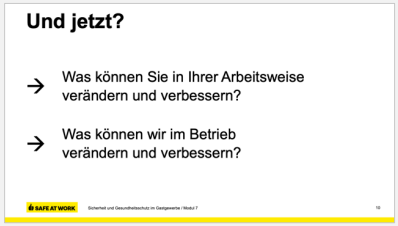


Slide 9

Während dem Heben, Tragen, Bewegen
– Für sicheren Stand und freie Sicht sorgen.
– Geeignete Hilfsmittel einsetzen.
– Last mit beiden Händen sicher greifen.
– Soweit wie nötig in Knie/Hocke gehen: halbe Hocke ist besser als tiefe Hocke.
– Last nahe am Körper halten.
– Vorsichtig anheben, keine ruckartigen Bewegungen ausführen.
– Gewichte gleichmässig verteilen (links/rechts).
– Beine bei Drehbewegung mitbewegen.
– Kein Hohlkreuz bei Überkopfarbeit.

Im Betrieb:
Sie können über das Thema auch direkt am Arbeitsplatz sprechen und mit den Teilnehmern die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen wollen.



Verbesserung (~ 2')

Slide 10

Was können Sie in Ihrer Arbeitsweise verändern und verbessern?
Was können wir im Betrieb verändern und verbessern?

Im Betrieb:
Notieren Sie sich offene Fragen (um sie später zu beantworten oder wieder aufzugreifen).

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn mein Arbeitgeber uns keine Hilfsmittel zur Verfügung stellt?».

Notizen



Slide 11

Falls der Rücken trotzdem mal schmerzt:

– Rückenschmerzen sind ein weit verbreitetes Leiden. In der Mehrheit der Fälle (85%) treten die Schmerzen nur vorübergehend auf und gehen von selbst wieder zurück. Die Ursachen sind meistens ungefährlich. Man spricht von «unspezifischen» Rückenschmerzen.

Was hilft bei Rückenschmerzen?

– Bleiben Sie aktiv trotz Schmerzen. Bewegung ist die «Medizin» Nummer eins. Eine geeignete Aktivität, bei der der Rücken nicht zu stark belastet wird, ist zum Beispiel das Gehen.
– Liegen und schonen Sie sich nicht länger als 2 Tage.
– Wenden Sie je nach Situation Wärme oder Kälte an (Wärmeflasche, wärmende oder kühlende Sportsalbe, Eisbeutel etc.). Das kann entspannend und schmerzlindernd wirken.
– Trinken Sie mind. 2 bis 2.5 Liter Wasser pro Tag und ernähren Sie sich vitalstoffreich.
– Es können Schmerzmittel und entzündungshemmende Medikamente eingesetzt werden. Der Arzt kann diese Medikamente verordnen. Ein kurzer Einsatz über einige Tage in voller Dosierung ist erfolgreicher als eine Einnahme «nach Bedarf».
– Physiotherapie, Chiropraktik etc. können vielseitig unterstützen.

Wann zum Arzt?

Den Arzt sollten Sie aufsuchen, wenn folgende Anzeichen auftreten:

– Sie haben starke Schmerzen - vor allem nachts - die nicht nachlassen.
– Sie haben eine zunehmende Schwäche oder Taubheitsgefühl in den Beinen oder im Gesäss.
– Sie haben Probleme beim Wasserlassen, können Blasen- oder Darmentleerung nicht kontrollieren (Arzt sofort aufsuchen).
– Sie haben einen ungewohnt hohen Gewichtsverlust.
– Sie haben starke Rückenschmerzen in Kombination mit Fieber.

Wenn Sie trotzdem zu Hause bleiben müssen...

– Führen Sie Ihr gewohntes Leben so gut wie möglich weiter. Versuchen Sie jeden Tag etwas mehr zu tun. Bleiben Sie optimistisch!
– Bleiben Sie in regelmässigem Kontakt mit Ihrem Vorgesetzten. Planen Sie bei Besserung den Wiedereinstieg, zusammen mit Ihrem Vorgesetzten.
– Ein rascher, abgestufter beruflicher Wiedereinstieg ist erfolgreicher als das Abwarten einer vollständigen Genesung.

Notizen

Follow-up

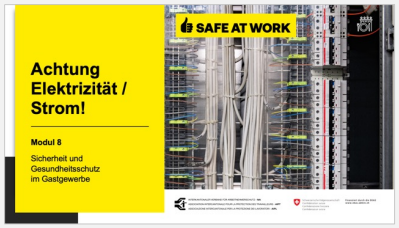
Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Arbeitsblatt Modul 8

Achtung Elektrizität/Strom



Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 15–35 Minuten.

Notizen



Den Film in der Präsentation über das Posterbild mit Play-Symbol im Browser abspielen.

Für eine Präsentation ohne Internet den Film über den Download-Link herunterladen und separat öffnen.

Slide 2

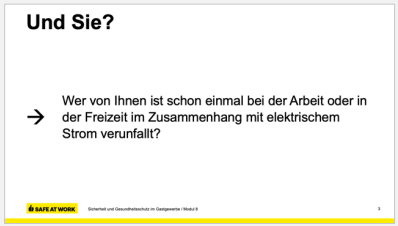
Wir alle gehen täglich mit Elektrizität um. Dabei machen wir uns kaum Gedanken über ihre Gefahren. Denn Elektrizität ist heutzutage für den Normalverbraucher eine «sichere Sache». Diese erfreuliche Situation hat allerdings eine Kehrseite: Wir haben «vergessen», dass Elektrizität nur sicher ist, wenn wir sicher mit ihr umgehen. Allzu leicht missachten wir in der Hektik des Alltags Sicherheitsregeln und lassen uns dazu verleiten, die Gefahren zu unterschätzen. Ein unscheinbarer Defekt an einem Kabel kann zum Tod eines Menschen führen. Elektrizität ist unsichtbar und geruchlos, die Gefahren sind wenig augenfällig. Auch dies kann dazu führen, dass wir die Gefahren der Elektrizität falsch einschätzen.

Wir schauen uns nun die Szene «Kleiner Schock, grosse Wirkung» aus dem Film «Napo in: Vorsicht Elektrizität» an. Darin kommen verschiedene Gefährdungen vor (Achtung der Film verlängert die Schulungszeit).

Geben Sie nach dem Film folgende Erläuterungen:
Gefährliche Situationen entstehen, wenn eine Person ein unter Spannung stehendes Teil berührt. Diese Gefahr kann zum Beispiel auftreten bei:
– Unachtsamkeit beim Ersetzen von Glühlampen oder Sicherungen
– Fehlen einer Abdeckung
– beschädigten Abdeckungen und Gehäusen
– defekten Geräten
– Berühren von blanken Drähten

Als Folge der elektrischen Durchströmung ist Napo im gezeigten Film von der Leiter gefallen und hat dadurch noch Sturzverletzungen erlitten.

Notizen



Sensibilisierung (~ 4')

Slide 3

Wer von Ihnen ist schon einmal bei der Arbeit oder in der Freizeit im Zusammenhang mit elektrischem Strom verunfallt?

Fragen Sie nach, wie es zum Unfall, zum Stromstoss, zur elektrischen Durchströmung gekommen ist (die näheren Umstände: wo, wann, warum, in welcher Situation, bei welcher Tätigkeit usw.).

Überlegen Sie sich ein Unfallszenario, das Sie erzählen können, wenn die Teilnehmer selbst noch keinen Unfall im Zusammenhang mit elektrischem Strom hatten.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Notizen

Slide 4

Drei Arten, sich zu verletzen

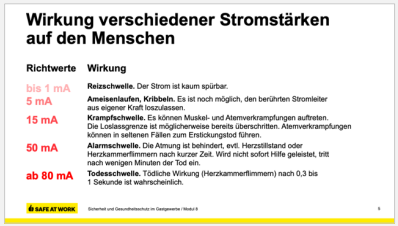
Durchströmung (Elektrisieren): Wenn der Mensch ein unter elektrischer Spannung stehendes Teil berührt, fliesst Strom durch seinen Körper. Dies kann zu Verbrennungen und zu Störungen des Herzrhythmus führen. Die Gefährlichkeit hängt von der Stromstärke und der Dauer der Durchströmung ab.

Verbrennungen werden durch zu hohe Oberflächentemperaturen oder durch Störlichtbögen hervorgerufen.

– Häufig sind sie auf einen technischen Defekt zurückzuführen. Bei technischen Defekten ist es möglich, dass ein Strom ausserhalb der vorgesehenen Bahnen fliesst (der Fachmann spricht von einem «Fehlerstrom») und einen Brand verursacht.
– **Auch eine Überbeanspruchung von elektrischen Handwerkzeugen kann zu** gefährlichen Überhitzungen und Beschädigungen führen.
– Mit elektrischem Strom lässt sich bekanntlich Wärme erzeugen. Die Wärmeerzeugung kann auch ungewollt auftreten. Im Fehlerfall kann z. B. eine lose Klemme oder ein Isolationsdefekt in einem Kabel eine brandgefährliche Überhitzung verursachen.

Sekundärunfälle sind Unfälle, die in Zusammenhang mit Elektrounfällen stehen, z.B. wenn ein Mitarbeiter als Folge von der Leiter fällt und sich verletzt.

Weiterführende Informationen sind enthalten in der Publikation «Elektrizität – eine sichere Sache» (Suva, Bestell-Nr. 44087)



Wenn für die Instruktion wenig Zeit zur Verfügung steht, können Sie das Slide 5 mit den dazugehörenden Erläuterungen überspringen.

Slide 5

Unter welchen Umständen kommt es zu schweren Verletzungen?
Bei Elektrounfällen hängt die Schwere der Verletzungen vor allem von zwei Faktoren ab: von der Stromstärke und der Dauer der Durchströmung. Besonders gefährlich ist die Durchströmung, wenn Metallteile, feuchtes Erdreich oder feuchter Rasen den Stromfluss zur Erde begünstigen. Gummisohlen oder schlecht leitende Böden wie Parkett oder Kunststoffböden verringern das Risiko einer gefährlichen Durchströmung.

Für die Stärke des Stroms, der durch den Körper fliesst, sind folgende Faktoren von Bedeutung:
– die Spannung am berührten Teil
– die Einwirkzeit
– der Stromweg durch den Körper (Hand-Füsse, Hand-Hand usw.)
– die Übergangswiderstände, zum Beispiel durch das Schuhwerk, die Bekleidung, die Hautoberfläche
– die Umgebung (Standort, Nässe usw.)

Spannung
In der Schweiz haben wir eine Netzspannung von 230 Volt (V). Sie kann im Fall einer Berührung sehr gefährlich, oft sogar tödlich sein. Spannungen von unter 50 V hingegen gelten im Allgemeinen als ungefährlich, sie reichen meistens nicht aus, um eine gefährliche Stromstärke im Körper zu erzeugen (z. B. Niedervolt-Halogen-beleuchtung von 12 V). Hierbei kann es aber zu den genannten Sekundärunfällen (Schrecksekunde) kommen.

Ströme
Hohe Berührungsströme führen zu schweren Verbrennungen. Berührungsströme von über 50 Milliampere (mA) können genügen, um ein Herzkammerflimmern auszulösen. 50 mA entsprechen in etwa der Stromaufnahme einer 10 Watt (W) Glühlampe. Wird dann nicht sofort Hilfe geleistet, tritt nach wenigen Minuten der Tod ein. Damit eine Sicherung oder ein Leitungsschutzschalter auslöst und damit den Strom abschaltet, braucht es viel grössere Ströme. Sicherungen bieten daher bei Berühren von spannungsführenden Teilen keinen Schutz.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 5')

Slide 6

Elektrounfällen vorbeugen (I)

Viele Mängel an Maschinen und Installationen lassen sich mit Sichtprüfungen vor Gebrauch feststellen. Eine Sichtprüfung soll aber nicht, wie der Ausdruck erwarten lässt, nur mit den Augen, sondern mit allen Sinnen erfolgen:

Sind Beschädigungen zu sehen?
– Gehäuse, Abdeckungen
– Bedienungselemente
– Steckvorrichtungen
– Kabel (Abrieb, beschädigt, ausgerissen)

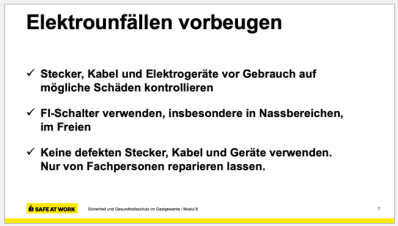
Sind spannungsführende Teile korrekt abgedeckt? ACHTUNG!
NIE Metallteile berühren, die Spannung führen können!
– Maschinen
– Verteilschränke
– Schalter, Steckvorrichtungen, Abzweigdosen

Sind überhöhte Oberflächentemperaturen spürbar?
– Motoren
– Kabel
– Verteilschränke

Sind ungewohnte Geräusche hörbar?
– Lagerschäden an Antrieben
– Brummen von Schützenspulen oder Ventilantrieben

Sind ungewohnte Gerüche wahrnehmbar?
– «Schmoren» einer Isolation
– Brandgerüche (Halogenleuchte zu nahe an einem Vorhang, Strahler zu nahe an brennbaren Teilen)

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

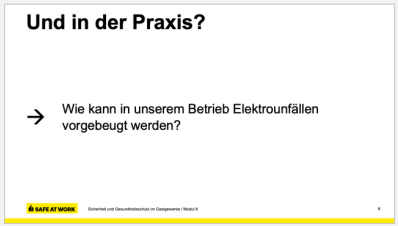
Slide 7

Elektrounfällen vorbeugen (II)

Neben der «Sichtprüfung» vor jedem Gebrauch:

– Nur Geräte und Steckdosen im Nassbereich verwenden, die über eine Fehlerstromschutzschaltung (FI-Schutz) verfügen.
– Dafür sorgen, dass alle elektrischen Steckdosen und Installationen im Betrieb über dem Wasserspritzer-Niveau liegen oder spritzwassergeschützt sind (IP-Schutzklassen beachten)
– Die IP-Schutzklassen legen fest, in welchem Umfang ein elektrisches Bauteil Umwelteinflüssen ausgesetzt werden kann, ohne beschädigt zu werden oder ein Sicherheitsrisiko darzustellen.
– Keine defekten Stecker, Kabel und Geräte verwenden. Diese umgehend von einer Fachperson reparieren lassen!

Praktische Anwendung (~4')



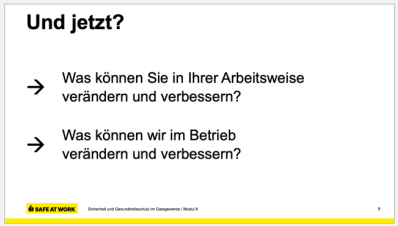
Slide 8

Wie kann in unserem Betrieb Elektrounfällen vorgebeugt werden?

Im Betrieb:
Sie können über das Thema mit den Teilnehmern auch direkt vor Ort sprechen (bspw. in der Küche) und die zu ergreifenden Massnahmen erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen wollen.

Notizen



Verbesserung (~ 2')

Slide 9

Was können Sie in Ihrer Arbeitsweise verändern und verbessern?
Was können wir im Betrieb verändern und verbessern?

Im Betrieb:
Notieren Sie sich offene Fragen (um sie später zu beantworten oder wieder aufzugreifen).

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn in meinem Betrieb keine Fachperson für die Reparatur einer defekten Steckverbindung zur Verfügung steht?».

Notizen



Den Film in der Präsentation über das Posterbild mit Play-Symbol im Browser abspielen.

Für eine Präsentation ohne Internet den Film über den Download-Link herunterladen und separat öffnen.

Slide 10

Stromunfall: Was tun im Notfall?
Wir schauen uns nun die Szene «Strom aus, Hilfe ein» aus dem Film «Napo in: Vorsicht Elektrizität» an. Darin wird das richtige Verhalten nach einem Stromunfall angesprochen (Achtung der Film verlängert die Schulungszeit).

Geben Sie nach dem Film folgende Erläuterungen:

Um sich nicht selber zu gefährden bzw. um nicht selber mit Strom in Kontakt zu kommen, sollte folgende Reihenfolge eingehalten werden:

Stromzufluss schnellstmöglich unterbrechen. Hauptschalter oder FI betätigen, Kabel ausstecken:
– Stromquelle ausschalten, bevor Sie die betreffende Person berühren, es besteht **Lebensgefahr!**
– Wenn dies nicht möglich ist, verunfallte Person mit einem nicht metallischen Gegenstand von der Stromquelle trennen. Ihre Hände und der Gegenstand müssen dabei trocken sein!

Sich vergewissern, dass die betroffene Person bei Bewusstsein ist.
– Bei bewusstlosen Personen Atmung und Herz-Kreislauffunktion sicherstellen, wenn nötig sofort Herz-Lungen-Wiederbelebung einleiten.

Notruf 144 alarmieren.

Wenn Verbrennungen zu sehen sind, die verbrannte Haut mit kaltem Wasser kühlen.

Jeder Stromverletzte sollte, auch wenn er äusserlich unverletzt erscheint und bei vollem Bewusstsein ist, wegen der Möglichkeit von Herzrhythmusstörungen unbedingt ins Spital gebracht werden. Das gilt besonders bei Unfällen mit Kindern!

Notizen

Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Arbeitsblatt Modul 9

Umgang mit Gasflaschen



Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 15–25 Minuten.

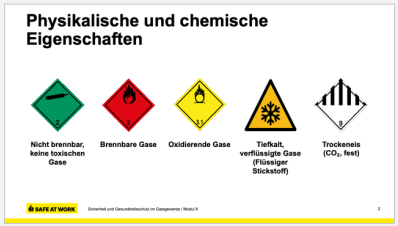
Für Tipps zum Thema siehe

www.linde.ch
– A01 Die wichtigsten Industriegase – Anwendungen und Eigenschaften
– A02 Umgang mit Gasflaschen
– A03 Gasflaschen in Notfällen
– Faltprospekt «Sicherer Transport von Gasen»

www.suva.ch
– Faltprospekt «Flüssiggas: Kein Brand beim Flaschenwechsel», Bestellnummer 84016.d
– Checkliste «Gasflaschen», Bestellnummer 67068.d

www.bgn.de
– ASI 6.80 «Sicherer Betrieb von Getränkeschankanlagen»
– ASI 6.80 Anhang 3 «Anweisungen für Austausch und Wechsel der Druckgasflaschen an Getränkeschankanlagen»
– Unterweisung «Verwendung von Flüssiggas»
– Betriebsanweisung «Wechsel von Flüssiggasflaschen»

Notizen



Notizen

Slide 2

Im Gastgewerbe werden nebst anderen Gasen Kohlendioxid (Kohlensäure, CO_2) und Stickstoff (N_2) oder deren Gemische bei Schankanlagen und Propan beim Kochen, Grillen und Heizen eingesetzt.

In den dazugehörenden Sicherheitsdatenblättern sind die physikalischen und chemischen Eigenschaften der entsprechenden Gase detailliert angegeben:

Nicht brennbar, keine toxischen Gase
Können eine erstickende Atmosphäre in der Fahrzeugzelle aufbauen, die zu Benommenheit, Bewusstlosigkeit und zum Tod führt

Brennbare Gase
Brennbare Gase können eine brennbare oder explosive Atmosphäre in Räumen verursachen.

Oxidierende Gase
Können einige Materialien um sich leicht entzünden und die Intensität eines Brandes erhöhen.

Tiefkalt, verflüssigte Gase (Flüssiger Stickstoff)
Im Falle einer Undichtheit und eines Austritts einer grossen Gasmenge kann das Gas zu Benommenheit, Bewusstlosigkeit und /oder zum Tod führen. Direkter Kontakt mit Flüssigkeit kann Erfrierungen verursachen.

Trockeneis (CO_2, fest)
Kann eine erstickende Atmosphäre aufbauen, die zu Benommenheit, Bewusstlosigkeit und zum Tod führt.

Zur Bearbeitung des Themas «Kohlensäure (CO_2) bei Ausschankanlagen», können Sie das Arbeitsblatt aus Modul 11 heranziehen.



Slide 3

Die Gase stehen in den Gasflaschen unter hohem Druck. Die Hauptgefahren im Umgang mit Gasflaschen sind
– Vergiftungen und Ersticken
– Brände und Explosionen
– Verletzungen beim Umstürzen von Gasflaschen

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Allgemeine Sicherheitsmassnahmen sind:

Slide 4

Beim Transport …

Der Transport von Gasflaschen muss in offenen oder gut belüfteten Fahrzeugen erfolgen. Bei einem Fahrzeug mit einem geschlossenen Laderaum muss der Laderaum belüftet sein. Fahrzeuge ohne Belüftung sind nicht geeignet.

Vor dem Transport
– Ggf. angeschlossene Armaturen wie Druckminderer oder Schläuche entfernen.
– Flaschenventile fest verschliessen.
– Ventilschutz (Flaschenkappe) anbringen.

Gasflaschen beim Transport so verstauen, dass sie sich während der Fahrt nicht bewegen können und zuverlässig gegen Umfallen und Wegrollen gesichert sind.

Rauchen (auch E-Zigaretten) ist im und um das Fahrzeug verboten!

Bei Transport in einem PW, hinteres Fenster öffnen und Lüftungsgebläse auf die höchste Stufe stellen. ACHTUNG: Nicht auf Umluft stellen!

Immer direkt zum Zielort fahren!

Am Zielort sofort entladen.



Slide 5

Am Zielort, im Betrieb …

– Für den Transport von Gasflaschen geeignete Transporthilfsmittel (bspw. Flaschenkarren) verwenden.
– Gasflaschen nur mit Ventilschutz transportieren.
– Gasflaschen an einem gut belüfteten Ort lagern (nicht in geschlossenen Räumen).
– Gasflaschen gegen Umstürzen sichern (bspw. mit Ketten).
– Brennbare oder selbstentzündliche Stoffe nicht zusammen mit brennbaren Gasen lagern, volle Gasflaschen klar getrennt von leeren Gasflaschen lagern.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Slide 6

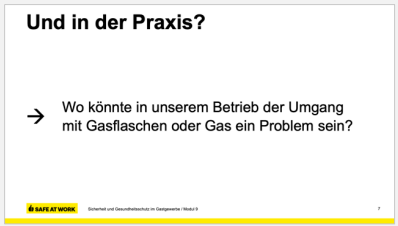
Am Arbeitsplatz …

– Flaschenventil vor Flaschenwechsel zudrehen.
– Druckminderer an die Flasche mit Hilfe eines Gabel- oder Ringschlüssels (keine Zange) anschliessen.
– Flaschenventile langsam und ruckfrei, vollständig öffnen (nie gewaltsam mit Werkzeug)
– Flaschenventil weder ölen noch fetten.
– Dichtheit des Anschlusses beispielsweise mit einem Lecksuchspray prüfen.
– Bei längerer Unterbrechung der Gasentnahme Flaschenventil schliessen.
– Flaschen selber füllen oder umfüllen ist strikt verboten.
– Rückgabe der Druckgasbehälter/Flaschen mit geringem Überdruck (so ist sichergestellt, dass keine Fremdstoffe in Druckgasbehälter eindringen können).

Verwenden Sie zur Instruktion eines Flaschenwechsels den Faltprospekt «Flüssiggas: Kein Brand beim Flaschenwechsel» der Suva (Bestell-Nr. 84016) oder die vom Lieferanten zur Verfügung gestellten spezifischen Unterlagen.

Wenn Sie das Verhalten bei Gasaustritt oder im Brandfall ansprechen wollen, verwenden Sie die Sicherheitsempfehlungen A03 «Gasflaschen in Notfällen».

Praktische Anwendung (~ 4')



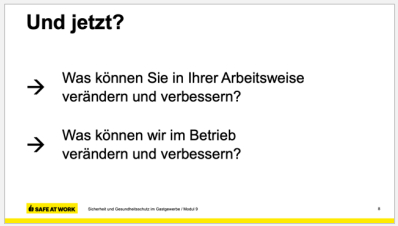
Slide 7

Wo könnte in unserem Betrieb der Umgang mit Gasflaschen oder Gas ein Problem sein?

Im Betrieb:
Sprechen Sie über das Thema mit den Teilnehmern direkt vor Ort (bspw. am Ort, wo die Gasflaschen gelagert oder die Flaschen gewechselt werden) und erörtern Sie dort die zu ergreifenden Massnahmen.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen möchten

Notizen



Verbesserung (~ 2')

Slide 8

Was können wir im Betrieb verändern und verbessern?
Was können Sie in Ihrer Arbeitsweise verändern und verbessern?

Im Betrieb:
Notieren Sie sich offene Fragen (um sie später zu beantworten oder wieder aufzugreifen).

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn mein Arbeitgeber uns keine Transporthilfsmittel zur Verfügung stellt?».

Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

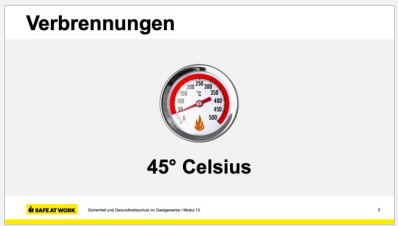
Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Arbeitsblatt Modul 10

Verbrennungen





Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 15–30 Minuten.

Bearbeitung des Themas (~ 4')

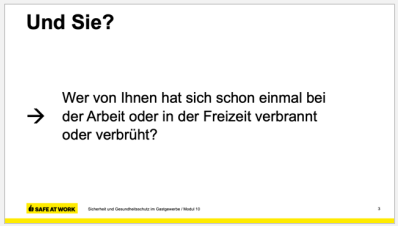
Slide 2

Verbrennungen und Verbrühungen können verschiedene Ursachen haben. Allen gemeinsam ist aber die Einwirkung von Temperaturen über 45 Grad Celsius auf Haut und Gewebe. Zwei Drittel der Verbrühungen und Verbrennungen ereignen sich im Haushalt, in der Freizeit und im Verkehr, etwa ein Drittel sind Berufsunfälle.

Laut den Versicherungen HOTELA und SWICA ereignen sich rund 6 Prozent der Berufsunfälle im Gastgewerbe durch Verbrennen und Verbrühen.

Als Ursachen kommen unter anderem infrage:
– Verbrühung durch heisses Wasser oder Wasserdampf sowie durch andere Flüssigkeiten
– Kontaktverbrennung (durch heisse Metalle wie Bügeleisen, Pfannen, Maschinen)
– Verbrennung durch Flammeneinwirkung (Kerze, Kleiderbrand, sonstige Brände)
– Verbrennung durch Explosionen (z.B. Gas- oder Sprengstoffexplosionen)
– Strahlung (Sonne, Solarium, Röntgenstrahlung)
– Verbrennung durch elektrischen Strom (z.B. Hochspannungsleitungen, stromführende defekte Leitungen, Autobatterien)

Notizen



Slide 3

Wer von Ihnen hat sich schon einmal bei der Arbeit oder in der Freizeit verbrannt oder verbrüht?

Fragen Sie nach, wie es zu der Brandverletzung gekommen ist (die näheren Umstände: wo, wann, warum, in welcher Situation, bei welcher Tätigkeit usw.).

Überlegen Sie sich ein Unfallszenario, das Sie erzählen können, wenn die Teilnehmer selbst noch keine Brandverletzung hatten.

Notizen

Notizen

Brandverletzungen vermeiden…



Slide 4

… in der Küche
– Dafür sorgen, dass Griffe von Pfannen, Töpfen oder Kochkesseln immer vom Herdrand weg zeigen.
– Deckel von heissen Töpfen oder Pfannen immer vom Körper weg anheben.
– Nie Wasser in heisses Fett giessen. Brennendes Öl nie mit Wasser löschen, sondern einen Deckel darüber schieben oder eine Brandlöschdecke verwenden.
– Beim Transport von heissen Gefässen oder Behältern dafür sorgen, dass der Inhalt nicht über den Rand schwappen kann.
– Geeignete Handschuhe / Torchon tragen oder Geschirrtücher als Schutz verwenden.



Slide 5

… beim Einsatz von Rechaud und Tischgrill
– Brennpaste statt Brennsprit verwenden. Falls Sie Brennsprit verwenden: Nur das abgekühlte Rechaud verwenden und nicht in Gegenwart von anderen Personen nachfüllen.
– Das Rechaud mit genügend Abstand zu entzündbaren Gegenständen auf eine stabile, feuerfeste Unterlage stellen.
– Brandlöschdecke für den Notfall bereithalten.



Slide 6

… beim Einsatz von Elektrogeräten
– Akkus können überhitzen und sich selbst entzünden.
– Geräte nicht unbeaufsichtigt eingeschaltet lassen, Standby-Modus ausschalten.
– Nicht abgerollte Kabelrollen können im Einsatz in Brand geraten.
– Defekte Geräte nicht weiter verwenden, sofort durch Fachmann reparieren lassen.



Slide 7

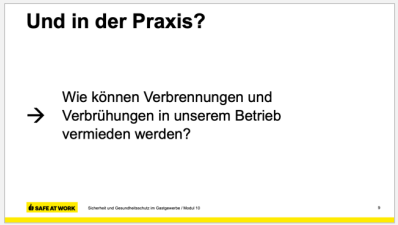
… bei offenem Feuer
– Auf Umfeld achten: brennbare Gegenstände? Trockenheit? Wind? Kinder in der Nähe?
– Zündwürfel oder Brennpaste anstelle von flüssigen Brennstoffen verwenden.
– Feuer beaufsichtigen, Glut vollständig mit Wasser löschen.



Slide 8

… bei Kerzen
– Kerzen nie unbeaufsichtigt abbrennen lassen.
– Kerzen löschen, wenn Sie den Raum verlassen.
– Unterlagen oder Halter aus unbrennbarem Material verwenden.
– Mindestens 30 cm Abstand zu brennbaren Objekten halten.

Praktische Anwendung (~ 4’)



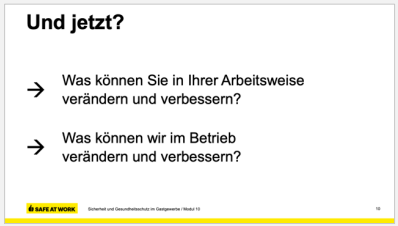
Slide 9

Wie können Verbrennungen und Verbrühungen in unserem Betrieb vermieden werden?

Im Betrieb:
Sie können über das Thema mit den Mitarbeitenden auch direkt vor Ort sprechen (bspw. in der Küche, in der Lingerie) und die zu ergreifenden Massnahmen erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen möchten.

Notizen



Verbesserung (~ 4')

Slide 10

Was können Sie in Ihrer Arbeitsweise verändern und verbessern?
Was können wir im Betrieb verändern und verbessern?

Im Betrieb:
Notieren Sie sich offene Fragen (um sie später zu beantworten oder wieder aufzugreifen).

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn mein Arbeitgeber nicht von Sprit auf Brennpaste umsteigen will?».

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 5')

Slide 11

Verbrennung: Was tun im Notfall?
Bei einer Verbrennung und einer Verbrühung ist eine schnelle und sachgemässe Erste Hilfe wichtig. Nachdem der Betroffene geborgen und die Hitzequelle entfernt wurde, ist die erste und wichtigste Massnahme, die Verbrennung mit Wasser (ca. 20°C) zu kühlen. Die verletzte Hautregion sollte dabei mit etwa 20 Grad Celsius warmem Leitungswasser berieselt werden. Es ist davon abzuraten, die Wunde in kaltes Wasser zu tauchen. Auch Eiswasser ist nicht zur Behandlung einer Verbrennung und Verbrühung geeignet. Die Kühlungsbehandlung ist so lange notwendig, bis die Schmerzen nachlassen oder verschwinden, jedoch nicht länger als 20 Minuten. Eine Unterkühlung ist unbedingt zu vermeiden.

Sofortmassnahmen am Unfallort:

1. Ruhe bewahren und Betroffene beruhigen.
2. Kleidung an den betroffenen Körperteilen soweit möglich entfernen.
3. Kühlen mit Wasser (ca. 20°C) bis zur Schmerzfreiheit, jedoch maximal 20 Minuten.
4. Verletzte in Decken einhüllen. Wenn vorhanden, Rettungsdecke aus dünner Folie aus dem Erste-Hilfe-Kasten (silbern/golden) als Unterlage benutzen.
5. Notruf 144 wählen, Notarzt rufen. Bei Kindern bereits bei einer leichteren Verbrennung als bei Erwachsenen den Notarzt rufen.
6. Keine Getränke oder Speisen verabreichen.
7. Betroffene nach Bränden in Gebäuden nicht alleine lassen. Durch das Einatmen von Rauchgas können Halluzinationen und Verwirrungszustände auftreten. Daher sind die Betroffenen oft nicht kooperativ und reagieren unangemessen.

Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Arbeitsblatt Modul 11

Druckbehälter bei Ausschankanlagen



Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

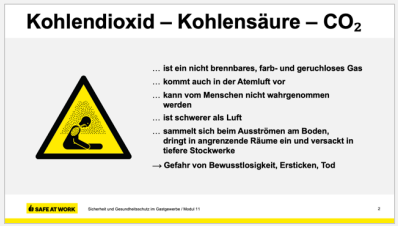
Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 15–25 Minuten.

Für Tipps zum Thema siehe

www.bgn.de
– ASI 6.80 «Sicherer Betrieb von Getränkeschankanlagen»
– ASI 6.80 Anhang 3 «Anweisungen für Austausch und Wechsel der Druckgasflaschen an Getränkeschankanlagen»

https://bier.swiss/rund-ums-bier/ausschank/ausschankgase/

Notizen



Slide 2

Damit Getränke frisch aus dem Zapfhahn sprudeln, werden sie in der Schankanlage mit Schankgasen versetzt. Als Schankgase zugelassen sind grundsätzlich nur die lebensmittelrechtlich unbedenklichen Gase Kohlendioxid (CO_2 – E 290), Stickstoff (N_2 – E 941) oder deren Gemische. Das am häufigsten verwendete Schank- beziehungsweise Druckgas ist Kohlendioxid, oder umgangssprachlich Kohlensäure genannt. CO_2 ist nicht brennbar, farb- und geruchslos, und als Gas bei atmosphärischen Bedingungen etwa 1½mal so schwer wie Luft. CO_2 fliesst deshalb vor allem nach unten und kann sich bspw. in Kellerräumen ansammeln. Ohne oder bei nur geringen Luftbewegungen können sich solche CO_2-Ansammlungen über viele Stunden halten.

Auch die Luft, die wir einatmen, enthält etwa 0,03 Volumenprozent CO_2. Aus diesen Gründen ist Kohlensäure von den menschlichen Sinnesorganen praktisch nicht wahrnehmbar. Es ist deshalb besonders gefährlich, wenn CO_2 in geschlossene Räume ausströmt. Die Konzentration von CO_2 kann so hoch werden, dass Erstickungs- oder Vergiftungsgefahr besteht.

Wirkungen von CO_2 in Abhängigkeit von der Konzentration

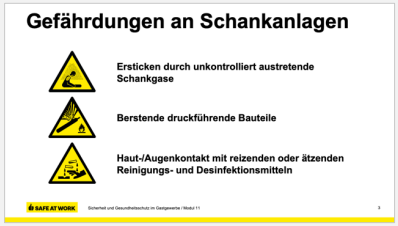
CO_2 in der Atemluft	Vergiftungssymptome bei massiver Einwirkung von CO_2
1–2 Vol. %	Im Allgemeinen keine gesundheitliche Beeinträchtigung des menschlichen Organismus. Unter körperlicher Belastung bereits bei kurzfristiger Inhalation Veränderungen im Blutbild (Arbeitsazidose).
2–4 Vol. %	Verstärkte Atmung, erhöhte Pulsfrequenz.
4–8 Vol. %	Durchblutungsänderungen im Gehirn. Kopfschmerzen, Schwindelgefühl, Brechreiz, Ohrensausen und dergleichen.
8–10 Vol. % und darüber	Krämpfe, schnelle Bewusstlosigkeit und Tod durch Atemstillstand.
20 Vol. %	In wenigen Sekunden Lähmung der lebenswichtigen Zentren.

Grenzwerte

Die maximal zulässige Konzentration in der Luft am Arbeitsplatz (MAK-Wert) von CO_2 beträgt im Schichtmittel 5000 ppm = 0,5 Vol. % = 9000 mg/m3

Betrachten Sie die obigen Ausführungen als Hintergrundinformationen und passen Sie Ihre Aussagen dem Wissen Ihrer Teilnehmenden an.

Notizen

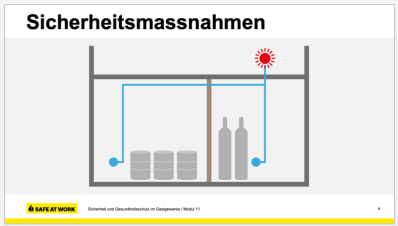


Slide 3

Gefährdungen mit hohem Gesundheitsrisiko an einer Getränkeschankanlage sind insbesondere
– Erstickungsgefahr durch unkontrolliert austretende Schankgase
– Gefahren durch druckführende Bauteile
– Haut- oder Augenkontakt mit reizenden oder ätzenden Reinigungs- und Desinfektionsmitteln (bei unsachgemässem Einsatz)

Zur Bearbeitung von Fragen bezüglich
– **«Umgang mit Gefahrstoffen», können Sie das Modul 5 heranziehen**
– **«Haut», können Sie das Modul 6 heranziehen.**

Bearbeitung des Themas (~ 4')



Slide 4

Schutzmassnahmen sind für Bereiche notwendig, in denen CO_2 austreten kann. Insbesondere im Bereich der angeschlossenen Kohlendioxid- oder Mischgasflasche und der angeschlossenen Getränke- oder Grundstoffbehälter.

Geeignete Massnahmen sind entweder

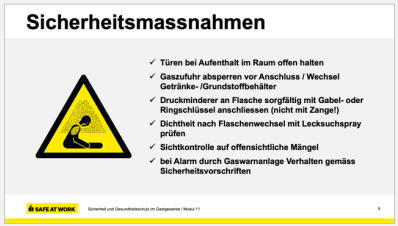
– eine ausreichende natürliche Be- und Entlüftung der Räume oder

– der Einbau einer technischen Lüftung (diese muss einen mindestens 2-fachen Luftwechsel/h, bezogen auf ein Raumvolumen von mind. 25 m3, bei ständig laufender Lüftung gewährleisten. Ausreichende Frischluftzufuhr sowie eine Störungsanzeige, zum Beispiel rote Warnleuchte oder Hupe, sind erforderlich) oder

– die Überwachung der Gaskonzentration mit einer Gaswarnanlage. Die Alarm- und Störungsmeldevorrichtung der Gaswarnanlage für Kohlendioxid muss nicht nur im sicheren Bereich, sondern auf jeden Fall auch im gefährdeten Bereich wahrgenommen werden können. Es sind Gaswarnanlagen einzusetzen (nach DIN 6653–2), die mit mindestens zwei Alarmschwellen ausgerüstet sind. Der Voralarm wird bei einer Kohlendioxid-Konzentration ab 1,5 Volumen-Prozent ausgelöst, der Hauptalarm bei 3 Volumen-Prozent und mehr. Vor- und Hauptalarm unterscheiden sich optisch und akustisch voneinander. Beim Hauptalarm darf keine Person ohne umluftunabhängigen Atemschutz den gefährdeten Bereich betreten.

An den Zugängen zu allen Räumen, in denen eine Gefährdung durch ausströmende Schankgase entstehen kann, sind Warnzeichen anzubringen.

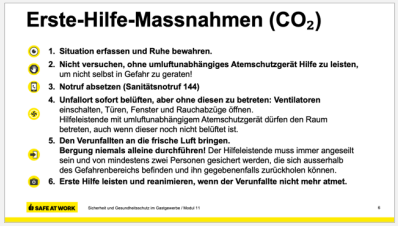
Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Slide 5

Die Mitarbeitenden darauf hinweisen, dass sie
– die Türen zu gefährdeten Bereichen (zum Beispiel Kühlraumtür) bei Tätigkeiten in diesen Bereichen ständig geöffnet lassen.
– die Gaszufuhr vor dem Anschluss bzw. Wechsel der Getränke- und Grundstoffbehälter absperren.
– den Druckminderer an die Flasche mit Hilfe eines Gabel- oder Ringschlüssels (keine Zange) sorgfältig anschliessen.
– die Dichtheitsprüfung nach jedem Flaschenwechsel beispielsweise mit einem Lecksuchspray durchführen.
– regelmässige Sichtkontrollen auf offensichtliche Mängel durchführen müssen (zum Beispiel Kontrolle der Gasleitungen, der lösbaren Verbindungsstellen; wenn eine Lüftungs- oder Gaswarnanlage vorhanden ist, deren Betriebsbereitschaft überprüfen).
– sich bei Alarm durch die Gaswarnanlage gemäss den Sicherheitsvorschriften verhalten müssen.



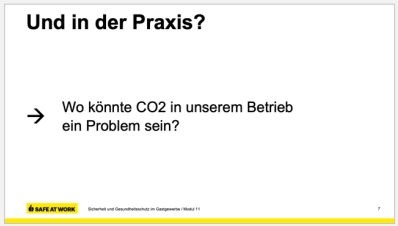
Bearbeitung des Themas (~ 4')

Slide 6

Sollte es zu einem Zwischenfall kommen, sind nachstehende Punkte zu beachten bzw. ist wie folgt vorzugehen:

1. Situation erfassen und Ruhe bewahren.
2. Nicht versuchen, ohne umluftunabhängiges Atemschutzgerät Hilfe zu leisten, um nicht selbst in Gefahr zu geraten!
3. Notruf absetzen (Sanitätsnotruf 144)
4. Den Unfallort sofort belüften, aber ohne diesen zu betreten:
Ventilatoren einschalten, Türen, Fenster und Rauchabzüge öffnen. →Hilfeleistende mit umluftunabhängigem Atemschutzgerät dürfen den Raum betreten, auch wenn dieser noch nicht belüftet ist.
5. Den Verunfallten an die frische Luft bringen.
→Die Bergung niemals alleine durchführen! Der Hilfeleistende muss immer angeseilt sein und von mindestens zwei Personen gesichert werden, die sich ausserhalb des Gefahrenbereichs befinden und ihn gegebenenfalls zurückholen können.
6. Erste Hilfe leisten und reanimieren, wenn der Verunfallte nicht mehr atmet.

Notizen



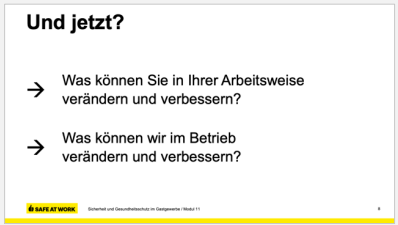
Praktische Anwendung (~ 4')

Slide 7

Wo könnte CO_2 in unserem Betrieb ein Problem sein?

Im Betrieb:
Sprechen Sie über das Thema mit den Teilnehmern direkt vor Ort (bspw. bei den Schankgasflaschen, beim CO_2-Warngerät) und erörtern Sie dort die zu ergreifenden Massnahmen.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen können.



Verbesserung (~ 2')

Slide 8

Was können wir im Betrieb verändern und verbessern?
Was können Sie in Ihrer Arbeitsweise verändern und verbessern?

Im Betrieb:
Notieren Sie sich offene Fragen (um sie später zu beantworten oder wieder aufzugreifen)

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn mein Arbeitgeber uns keine Schutzausrüstung zur Verfügung stellt?».

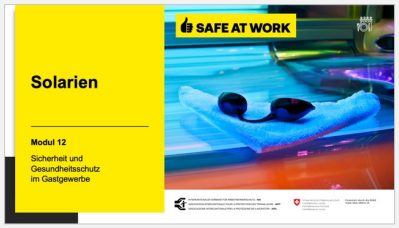
Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Solarien



Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 20–30 Minuten.

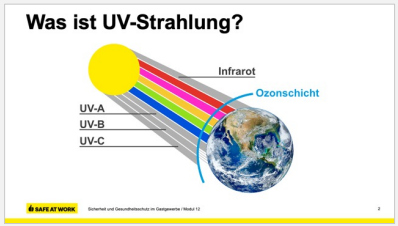
Welches sind die Hauptgefahren in Solarien?

Die Hauptgefahren sind
– Haut- und Augenerkrankungen durch UV-Strahlung
– Umgang mit Desinfektions- und Reinigungsmitteln
– Elektrischer Strom

Wir betrachten im Folgenden nur die Gefahr durch UV-Strahlung.

Der Umgang mit Desinfektions- und Reinigungsmitteln wird im Modul 5 «Umgang mit Gefahrstoffen» und der Umgang mit Strom im Modul 8 «Achtung Elektrizität/ Strom» dieses Schulungskits beschrieben.

Notizen



Slide 2

UV-Strahlung steht für Strahlung durch ultraviolettes Licht. Die Strahlung der Sonne besteht aus unterschiedlichen Anteilen:
– sichtbares Licht in den Farben des Regenbogens von rot bis violett,
– infrarotes Licht, das unsichtbar ist, aber als Wärmestrahlung angenehm spürbar ist,
– ultraviolettes Licht, das weder sichtbar noch sonst mit den Sinnen direkt wahrgenommen werden kann.

Die verschiedenen Anteile der Sonnenstrahlung können durch die Wellenlänge charakterisiert werden. Je kürzer die Wellenlänge ist, desto mehr Energie hat das Licht. Infrarotes Licht hat eine grosse Wellenlänge. Im sichtbaren Licht wird die Wellenlänge von rot bis violett immer kürzer. UV-Licht hat eine kurze Wellenlänge und so viel Energie, dass es gewisse chemische Moleküle zerstören kann.

? Wer hatte schon einmal einen Sonnenbrand oder eine Schneeblindheit (z.B. wenn wir ohne Sonnenbrille Skifahren gehen)? Wie wurde das erlebt?

Sonnenbrand oder Schneeblindheit entstehen, wenn UV-Strahlung die Zellen der Haut oder der Augen beschädigt. Daraus entsteht eine Entzündung. Wegen der verstärkten Durchblutung werden die Haut oder die Augen rot.

Die UV-Strahlung kann unterschieden werden in UV-A, UV-B und UV-C. UV-C wird von der Atmosphäre praktisch ganz weggefiltert und spielt hier keine grosse Rolle.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Slide 3

Die Haut besteht aus mehreren Schichten. Die Oberhaut ist die äussere Schicht, die laufend neue Zellen produziert. Diese sterben dann ab und bilden die Hornschicht. Die Lederhaut ist von Blutgefässen und Nerven durchzogen. Sie versorgt die Oberhaut.

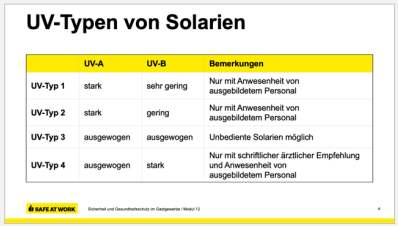
UV-A ist nicht sehr energiereich, dringt aber bis in die Lederhaut ein. Diese UV-Strahlung ist verantwortlich für Hautalterung, Sonnenallergie und möglicherweise schwarzen Hautkrebs.

UV-B ist energiereicher und wird abhängig vom Zustand der Ozonschicht bis zu 95% durch die Erdatmosphäre ausgefiltert. UV-B dringt nur bis in die Oberhaut ein und führt fast 1000 Mal schneller zu einem Sonnenbrand als UV-A. Zu viel UV-B kann Hautkrebs auslösen. Nebenbei: die Produktion von Vitamin-D braucht UV-B. Gar kein Sonnenlicht ist also auch schädlich.

Sonnenbräune ist ein Schutzmechanismus der Haut: Angeregt durch die UV-Strahlung (1), produzieren spezielle Zellen, die Melanozyten (2), dunkle Farbpigmente (Melanin, 3). Diese lagern sich in der Hornschicht ab und schützen die Haut vor UV-Licht – allerdings nicht in ausreichendem Masse.

Auch die UV-Strahlung im Solarium soll die Bräunung der Haut fördern. Aber wie die Strahlung der Sonne, kann sie die Haut oder die Augen schädigen und Krebs verursachen.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

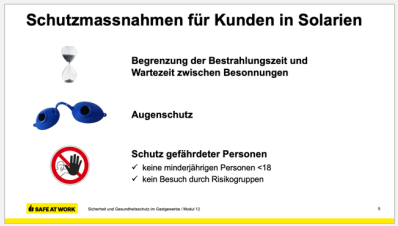
Slide 4

Je nach Anteil von UV-A und UV-B werden Solarien in verschiedene Typen eingeteilt. Die UV-Typen 1 und 2 haben starke UV-A-Strahlung und dürfen deshalb nur betrieben werden, wenn ausgebildetes Personal anwesend ist, das die Kunden beraten kann. UV-Typ 3 hat eine ausgewogenere Strahlung und darf auch ohne Personal betrieben werden. Aber auch dieser Typ kann bei falscher Nutzung Haut und Augen schädigen. UV-Typ 4 hat eine starke UV-B-Strahlung und darf nur von Personen benutzt werden, die eine schriftliche ärztliche Empfehlung vorweisen können; zudem muss ausgebildetes Personal anwesend sein.

Die Solarien müssen gut sichtbar mit dem UV-Typ beschriftet sein.

Zeigen Sie den Teilnehmenden die Beschriftung des UV-Typs an den vorhandenen Solarien.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 6')

Slide 5

Die wichtigsten Schutzmassnahmen für Kunden können wie folgt zusammengefasst werden:

Begrenzung der Bestrahlungszeit: die Dauer der Besonnung pro Besuch muss genau geplant werden.

Wartezeit zwischen Besonnungen: Zwischen den Besuchen sollen mindestens 48 Stunden pausiert werden, damit sich die Haut erholen kann.

Zeigen und erläutern Sie den Teilnehmenden das aufgehängte Plakat zur Aufklärung über die Risiken der UV-Bestrahlung und die Massnahmen zu deren Vermeidung sowie die aufgelegten persönlichen Besonnungspläne (die gemäss Wegleitung des BAG zur Verwendung von Solarien vorhanden sein sollten).

Augenschutz: Es muss eine Schutzbrille mit Ultraviolettschutzfilter getragen werden, die Schutzwirkung der Brillen muss gewissen Normen entsprechen

Zeigen Sie den Teilnehmenden die Schutzbrillen und die Kennzeichnung der Schutzwirkung auf den Brillen.

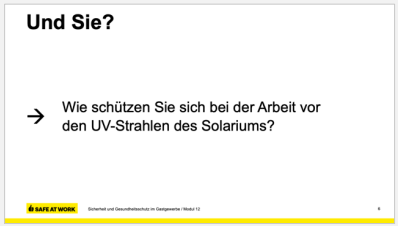
Schutz gefährdeter Personen: Starke UV-Strahlung gefährdet die Gesundheit von jungen Personen. Minderjährige dürfen Solarien nicht benutzen. Auch Personen, die an Hautkrebs leiden oder litten oder ein erhöhtes Hautkrebsrisiko haben sowie Personen, die empfindlich auf UV-Strahlung reagieren, dürfen Solarien auf keinen Fall benutzen.

Zeigen und erläutern Sie den Teilnehmenden das aufgehängte Plakat zur Aufklärung über die Risikogruppen (muss gemäss Wegleitung des BAG zur Verwendung von Solarien vorhanden sein).

Muster für Aufklärungsplakate und Besonnungspläne sind im Anhang zur Wegleitung des BAG zur Verwendung von Solarien.

Weitere Informationen zu Solarien finden Sie auf der Homepage des BAG.

Notizen



Praktische Anwendung (~ 4')

Slide 6

Wie schützen Sie sich bei der Arbeit vor den UV-Strahlen des Solariums?

Besprechen Sie mit den Teilnehmenden die Massnahmen, die das Personal vor UV-Strahlung schützen. Zeigen Sie ggf. zu treffende Massnahmen und lassen Sie sich die Umsetzung von den Teilnehmenden vormachen.

Follow-up

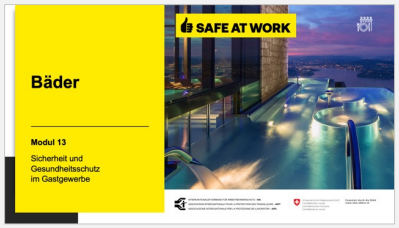
Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Arbeitsblatt Modul 13

Bäder



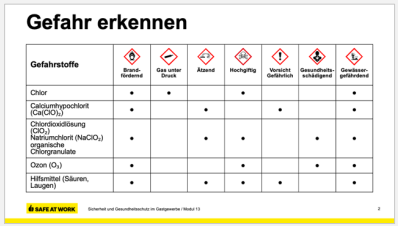
Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 20–40 Minuten.

Ziel: Vermitteln der Gefährdungen und sicheren Verhaltensweisen im Umgang mit Chemikalien zur Desinfektion des Badewassers und im Umgang mit Hochdruckreinigern.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 2')

Slide 2

Für die Desinfektion des Badwassers werden gefährliche Chemikalien verwendet. Je nach Anlage kommen folgende Gefahrstoffe zum Einsatz:
– Chlor
– Calciumhypochlorit ($Ca(ClO)_2$)
– Chlordioxidlösung (ClO_2), Natriumchlorit ($NaClO_2$), organische Chlorgranulate
– Ozon (O_3)
– Hilfsstoffe wie Säuren und Laugen

Solche Stoffe stellen eine Gefahr für Mensch und Umwelt dar.

Die wichtigsten Gefahren sind:

Brandfördernd: der Stoff wirkt als Oxidationsmittel, ein Brand wird stark beschleunigt
Gas unter Druck: die Gase stehen unter Druck.
Ätzend: Gefahr der Verätzungen von Augen, Schleimhäuten und Haut

Hochgiftig: der Stoff führt zu Vergiftungen

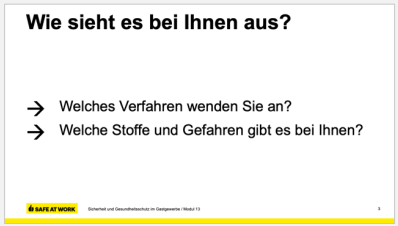
Gesundheitsgefährdend
– Gesundheitsschädigend: der Stoff schädigt die Organe (z.B. Krebsrisiko)
– Vorsicht gefährlich (reizend): der Stoff schädigt die Atemwege beim Einatmen

Umweltgefährdend: Schädigt die Umwelt (nicht weiter behandelt)

Es ist daher wichtig, die Sicherheitsdatenblätter zu konsultieren und die Sicherheitsmassnahmen zu befolgen. Dazu gehört, die Gefahrstoffe angemessen zu lagern und auf einen sicheren Umgang zu achten.

Sie können den Teilnehmenden folgende Fragen stellen:
Kennen Sie die Gefahrstoffkennzeichnungen?

Notizen



Slide 3

Nachdem wir jetzt die Gefahren kennen gelernt haben, ist es wichtig zu überlegen, inwieweit wir betroffen sind.

Sie können den Teilnehmenden folgende Fragen stellen:
Welches Verfahren wenden wir an? Welche Gefahrstoffe kommen bei uns vor? Wer arbeitet bei uns mit Gefahrstoffen?

Notizen



Info Fachbewilligung (~ 2')

Slide 4

Wie wir gesehen haben, sind auch wir von den Gefahren betroffen.
Die Fachbewilligung ist erforderlich für Gemeinschaftsbäder mit künstlichen Becken, welche eine Desinfektion von Badewasser mit Chemikalien (Biozidprodukten) oder entsprechenden Desinfektionsverfahren (z.B. Elektrolyseverfahren) durchführen.
Unter solchen Gemeinschaftsbädern versteht man typischerweise
– Hallenbäder, Freibäder
– Schul- und Lernschwimmbäder
– Therapiebäder
– Hotelbäder, Schwimmbecken in Ferienanlagen, Freizeit-, Sport- und Fitness-Centern
– öffentliche Planschbecken mit Wasserdesinfektion
Nicht betroffen sind Bäder zur ausschliesslich privaten Nutzung oder solche mit nur mechanischer Wasseraufbereitung (Filter).
Eine Fachbewilligung erlangt man mit einer anerkannten Ausbildung und bestandener Prüfung.

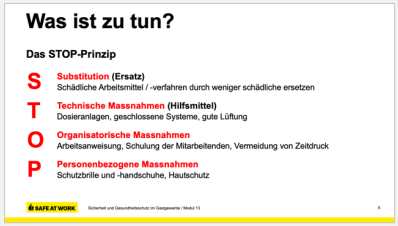
Wir sind nicht betroffen: weil...

Wir sind betroffen: Bei uns verfügt _____ über die Bewilligung. Unsere Fachperson ist mindestens 1 x wöchentlich anwesend und übernimmt Aufgaben in den folgenden Bereichen:
– Schulung Mitarbeitende
– Kontrolle Sicherheit / Umwelt

Im Betrieb:
Klären Sie die Situation vorher ab. Zeigen Sie als Fachperson ggf. Ihre Fachbewilligung und erklären Sie, welche Aufgaben Sie übernehmen.

Siehe:
– Verordnung des EDI über die Fachbewilligung für die Desinfektion des Badewassers in Gemeinschaftsbädern (VFB-DB), SR 814.812.31
– Merkblatt A10 (https://www.chemsuisse.ch)

Notizen



Praktische Anwendung (~ 3')

Slide 5

Bei der Reduktion der Risiken ist das STOP-Prinzip anzuwenden. Dieses steht für

S = Substitution (Ersatz): Gefährliche Stoffe sind nach Möglichkeit durch weniger gefährliche zu ersetzen. Prüfen Sie die Möglichkeiten bspw. mit Ihrem Lieferanten.

T = Technische Massnahmen: Prüfen Sie, wie die Gefahr durch technische Massnahmen reduziert werden kann. Beispiele sind geschlossene Systeme, automatische Dosieranlagen, eine gute Raumlüftung.

O = Organisatorische Massnahmen: Prüfen Sie, wie die Gefahr durch organisatorische Massnahmen reduziert werden kann. Beispiele sind Arbeitsanweisungen, die angeben, wie die Arbeit ausgeführt werden muss, die Schulung der Mitarbeitenden oder auch das Vermeiden von Zeitdruck beim Umgang mit Gefahrstoffen.

P = Persönliche Schutzmassnahmen (PSA): Falls noch Risiken bestehen, die nicht reduziert werden konnten, bleibt zum Schluss noch die Möglichkeit, die Mitarbeitenden mit Schutzbrillen, Handschuhen etc. zu schützen. Dabei ist es wichtig, dass alle sich an die Massnahmen halten! Zur Erhöhung der Akzeptanz sollten die Mitarbeitenden an der Auswahl der PSA beteiligt werden.

Sie können den Teilnehmern folgende Fragen stellen:
Nehmen wir den sauren Reiniger, wie sieht das STOP Prinzip dazu bei uns aus?

Im Betrieb:
Das Thema wird auch im Kapitel Reinigung aufgenommen. Ggf. kann die Slide weggelassen werden oder Sie kommunizieren dies als Repetition. Sie können über das Thema direkt an einem Arbeitsplatz oder im Lager sprechen und mit den Teilnehmenden die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen wollen.

Notizen



Slide 6

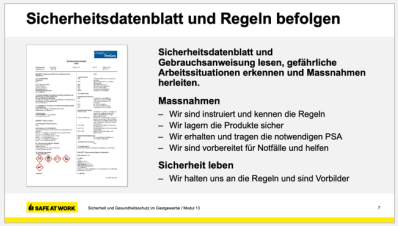
Zurück zu unseren Gefahren. Für uns ist es wichtig, die Gefährdungen und die dabei geltenden Verhaltensregeln zu kennen.

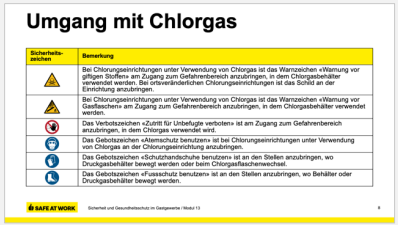
Diese Kennzeichen bedeuten:

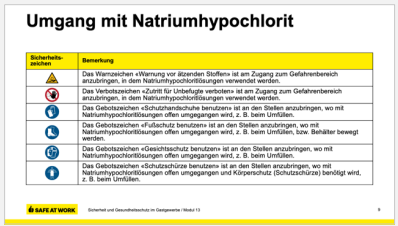
Gefahr	Verbote	Gebote
Brandfördernd		
Ätzend		
Hochgiftig		
Gesundheits-schädigend		

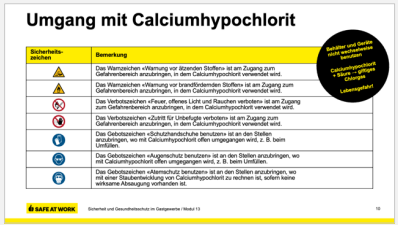
Sie können den Teilnehmenden folgende Fragen stellen:
Was heisst das für uns? Können wir noch etwas im Zusammenhang mit den PSA optimieren? Passen die Schutzhandschuhe oder müssen wir andere Grössen bestellen?

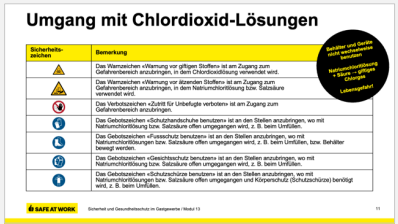
Im Betrieb:
Sie können über das Thema auch direkt an einem Arbeitsplatz oder im Lager sprechen und mit den Teilnehmenden die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort erörtern. Ggf. probiert jeder Teilnehmer die PSA gleich aus.











Slides 7–11

Aufgrund der Gefährdungen werden Sicherheitsregeln etabliert und diese umgesetzt.

Basis bildet das Sicherheitsdatenblatt, welches zu jeder Chemikalie vom Lieferanten mitgeliefert wird. Das Sicherheitsdatenblatt beschreibt alle Gefährdungen und die notwendigen Massnahmen.

Die wichtigsten für uns geltenden Massnahmen sind in der Gebrauchsanweisung bzw. Betriebsanweisung zusammengefasst.

Im Alltag sind diese Massnahmen umzusetzen:
– Wir sind instruiert und kennen die Regeln.
– Wir lagern die Produkte sicher (mehr dazu folgt).
– Wir erhalten die notwendigen PSA und tragen sie bei jedem Kontakt mit Gefahrstoffen.
– Wir sind vorbereitet für Notfälle und helfen (mehr dazu folgt).
– Wir halten uns an die Regeln und sind Vorbilder.

Wählen Sie aus den Slides 8–11 diejenige aus, die zu Ihrem Verfahren passt und gehen Sie die konkreten Regeln durch.

Bereiten Sie eine Betriebsanweisung vor und besprechen Sie die darin beschriebenen Verhaltensregeln.



Slide 12

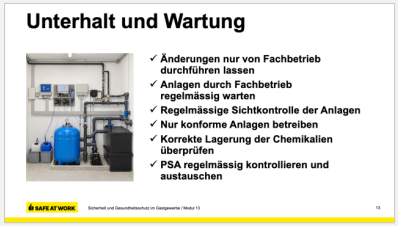
Wichtig ist die richtige Lagerung der Chemikalien, die bereits angesprochen wurde. Hier die wichtigsten Regeln.

– Die Lagerung erfolgt immer in Originalgebinden. Wir füllen die Chemikalien nie in andere Gebinde ab.
– Sämtliche Chemikalien werden in geschlossenen Räumen gelagert, so dass nur Befugte Zugang haben.
– Wir lagern nur die benötigten Mengen und reduzieren dadurch das Risiko.
– Falls wir grössere Mengen lagern, achten wir darauf, dass die Stoffe getrennt nach Säuren, Laugen und chlorierten Stoffen gelagert werden. Jede Stoffgruppe wird über einer eigenen Auffangwanne gelagert, die mindestens den Inhalt eines Kanisters aufnehmen kann (ab 100kg verbindlich).

Sie können den Teilnehmenden folgende Fragen stellen:
Haben wir Handlungsbedarf? Was können wir verbessern?

Schauen Sie in Ihren Sicherheitsdatenblättern nach und besprechen Sie die darin beschriebenen Lagerregeln.

Notizen



Notizen

Slide 13

Zum sicheren Handeln ist es zudem wichtig, dass die folgenden Punkte berücksichtigt werden:

– Änderungen nur von Fachbetrieb durchführen lassen. Keiner führt Änderungen an den Anlagen selbst durch. Allfällige Änderungen werden besprochen und durch einen Fachbetrieb umgesetzt.
– Anlagen werden regelmässig durch Fachbetriebe gewartet.
– Regelmässige Sichtkontrolle der Anlagen durchführen. Regelmässig kritische Stellen wie Schläuche oder elektrische Elemente kontrollieren.
– Nur konforme Anlagen betreiben.
– Wenn ein Mangel erkannt wird, ist dieser sofort zu melden und zu beheben.
– Korrekte Lagerung Chemikalien überprüfen: Bei der Sichtkontrolle auch die Lagerung überprüfen (Ist etwas ausgelaufen?).
– PSA regelmässig kontrollieren und austauschen: Auch die PSA kontrollieren. Wenn Handschuhe, Brillen oder Masken verschmutzt oder gealtert sind, müssen diese ausgetauscht werden.

Sie können den Teilnehmenden folgende Fragen stellen:
Was können wir verbessern? Wie läuft der Ersatz von PSA bei uns? Wollen wir die Sichtkontrollen protokollieren?

Im Betrieb:
Sie können über das Thema auch direkt bei den Anlagen und im Lager sprechen und mit den Teilnehmenden die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen wollen.



Slide 14

Beim Umgang mit Hochdruck- und Schaumreinigern können Verletzungen vermieden werden …

… vor Reinigungsbeginn:
– Elektrische und empfindliche Bauteile abdecken
– Vor der Arbeit überprüfen: Pistole: sind Schlauch, Anschlüsse, Verriegelungseinrichtung intakt? Hochdruckreiniger: sind Elektrik, Anschlüsse, Bremse intakt?
– Richtige Düse auswählen

… während der Reinigungsarbeit:
– Betriebsdruck möglichst gering einstellen (so viel wie nötig)
– Strahl nie auf Menschen / stromführende Teile richten
– sicheren Standplatz einnehmen
– Griff nicht manipulieren
– Fahrbare Geräte nicht am Schlauch ziehen
– Schlauchleitungen so führen, dass sie nicht beschädigt, eingeklemmt, überfahren werden und keine übermässigen Zug- und Biegebeanspruchungen auftreten
– Schläuche und Spritzpistolen nur bei abgedrehter Wasserzufuhr ablegen (gegen Umherschlagen sichern)
– während des Betriebes auf Schäden an Schlauchleitungen u.a.m. achten
– Betätigungseinrichtungen der Spritzeinrichtungen nie festsetzen
– Spritzeinrichtungen so ablegen, dass die Betätigungseinrichtung nicht unbeabsichtigt ausgelöst werden kann
– geeignete PSA tragen (Schutzbrille, Gehörschutz, Handschuhe, Schürze, Stiefel, ggf. Atemschutz)

… nach der Reinigungsarbeit:
– Hauptschalter ausschalten, Netzstecker ziehen
– Schläuche nach Gebrauch an geeigneter Stelle ablegen bzw. aufhängen
– anstehenden Restdruck gemäss Herstellerangaben abbauen

Notizen



Slide 15

Falls mal etwas passieren sollte im Umgang mit Chemikalien, ist rasches und richtiges Handeln wichtig. Die wichtigsten Tipps dazu:

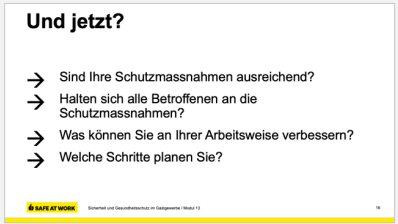
Bei Hautkontakt:
– Dekontamination
– Bei Hautkontakt mit hautresorptiven Stoffen muss die Reinigung der Haut schnell erfolgen.
– Bei chemischen Verätzungen oder Verbrennungen muss die Haut mindestens 10 Minuten mit viel Wasser gespült werden.

Bei Augenkontakt:
– Augen mit viel Flüssigkeit spülen.
– Kontaktlinsen wenn möglich entfernen.
– Augenarzt aufsuchen, beiziehen

Bei Verschlucken:
– Mund umgehend ausspülen.
– Giftnotrufzentrale (Telefon 145) und Rettungsdienst kontaktieren

Sie können den Teilnehmenden folgende Fragen stellen:
Wie geht man bei der Augenspülung vor? Brauchen wir eine Spülflasche? Wo ist der nächste Augenarzt? Haben wir einen Notfallplan?

Notizen



Praktische Anwendung (~ 3')

Slide 16

Diskutieren Sie die folgenden Punkte: Sind unsere Schutzmassnahmen ausreichend? Halten sich alle Betroffenen an die Schutzmassnahmen? Was können wir an unserer Arbeitsweise verbessern? Welche Schritte planen wir?

Im Betrieb:
Ergänzen Sie allenfalls die Fragen. Notieren Sie sich die Antworten (um sie später wieder aufzugreifen).

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule):
Für Ausbildner ausserhalb des Betriebs: Seien Sie vorbereitet auf Fragen wie «Was soll ich machen, wenn in meinem Betrieb die geforderten Sicherheitsregeln nicht eingehalten werden?».

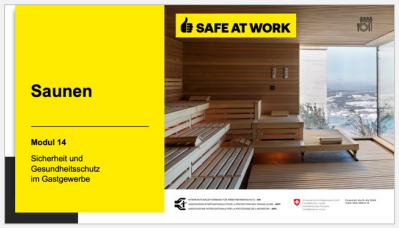
Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Saunen



Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: 25–40 Minuten.

Welches sind die Hauptgefahren in Saunen?

Die Hauptgefahren sind:
– Ausrutschen, Stolpern, Stürzen
– Personenereignisse (medizinische Zwischenfälle wie z.B. Kreislaufstörungen)
– Brandgefahren
– Umgang mit Gefahrstoffen

Wir betrachten im Folgenden v.a. medizinische Zwischenfälle durch Überhitzung und kurz Brandgefahren.

«Ausrutschen, Stolpern, Stürzen» wird im Modul 1, der «Umgang mit Gefahrstoffen» im Modul 5 dieses Schulungskits behandelt.

Notizen



Slide 2

Der Mensch ist ein Warmblüter wie andere Säugetiere und Vögel. Diese regulieren ihre Körperkerntemperatur unabhängig von der Umwelttemperatur auf einen konstanten Wert. Beim Menschen sind dies 37°C. Diese Regelung ist für die Gesundheit des Menschen sehr wichtig. Eine Körperkerntemperatur über 40°C kann zum Tod führen, unter 33°C droht eine Unterkühlung. So richtig wohl fühlt sich der Mensch zwischen 36.3 und 37.4°C – ein recht enger Temperaturbereich!

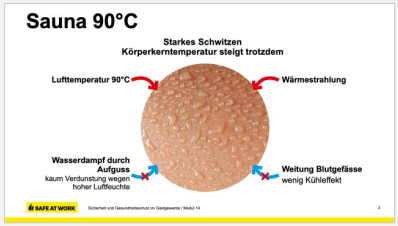
Wer hatte schon eine Unterkühlung, erhöhte Temperatur oder Fieber? Wie wurde das erlebt?

Von Fieber sprechen wir bei einer deutlich erhöhten Körperkerntemperatur. Es ist zu beachten, dass es hier um den Körperkern geht. In der Körperschale kann die Temperatur deutlich tiefer liegen. In den Fingern und Zehen kann die Temperatur für kurze Zeit sogar bis auf 5 °C absinken, ohne dass dauerhafte Schäden eintreten.

Für die Regelung, also Abkühlung aber auch Erwärmung, spielen folgende Effekte eine wichtige Rolle:

– Luftströmung oder Konvektion: Wärme wird über die Luft zur Haut oder weg von ihr geführt.
– Wärmestrahlung: Hier wird Wärme über Strahlung zu- oder abgeführt. Z.B. spüren wir die wärmende Wirkung von Sonnenstrahlen trotz kalten Lufttemperaturen. Der Mensch kann aber auch Wärme abstrahlen, z.B. wenn er vor einer kalten Wand oder einem kalten Fenster steht – es fühlt sich dann an wie Zugluft, obwohl kaum Luftbewegung vorhanden ist.
– Verdunstungskälte: Wasser, das verdunstet, braucht Energie. Dies kühlt die Oberfläche ab, auf der das Wasser liegt. Mit diesem Effekt kann der Mensch auch bei hohen Lufttemperaturen seine Körpertemperatur effizient regeln. Bei stark erhöhten Temperaturen schwitzen wir, so dass wir nass werden. Bei leicht erhöhten Temperaturen verdunstet das Wasser aus den Poren der Haut, ohne dass sich flüssiger Schweiss bildet.
– Weitung/Verengung der Blutgefässe: Über die Regulierung der Blutgefässe kann mehr Blut in äussere Bereiche, wie Arme und Beine, fliessen und dort an der Körperoberfläche Wärme abgeben. Das Blut kann aber auch im Körperkern zurückgehalten werden, damit man weniger stark auskühlt. Die Hände und Füsse fühlen sich dann kalt an.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 2')

Slide 3

In der Sauna wird dem Körper viel Wärme zugeführt:
– Die Luft ist sehr heiss, typischerweise 90°C.
– Der Saunaofen strahlt zusätzlich Wärme ab.

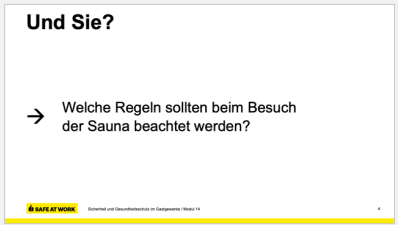
Um die Körperkerntemperatur tief zu halten, also möglichst auf 37°C, beginnen wir zu schwitzen. Das ist eigentlich das Ziel des Saunabesuchs.

Die Blutgefässe weiten sich, damit die Wärme gut zur Körperoberfläche transportiert werden kann.

Um die Hitzesituation noch zu verschärfen, werden teilweise Aufgüsse gemacht. Das Wasser verdampft und die Luftfeuchtigkeit in der Sauna wird erhöht. Damit wird der Kühleffekt durch die Verdunstungskälte reduziert.

Alles in allem ist die Kühlung dann nicht mehr ausreichend und die Körperkerntemperatur beginnt zu steigen. Eine Überhitzung droht!
– Deshalb ist es wichtig, dass die Aufenthaltszeit in der Sauna zeitlich begrenzt wird.
– Und ebenfalls, dass der Körper nach der Sauna wieder abgekühlt wird.

Praktische Anwendung (~ 4')

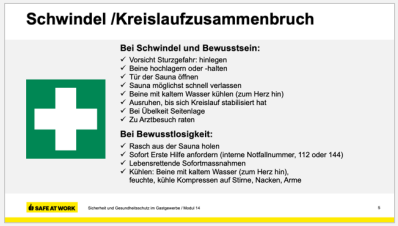


Slide 4

Welche Regeln sollten beim Besuch der Sauna beachtet werden?

Besprechen Sie mit den Teilnehmenden die angeschlagenen Saunaregeln.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 4')

Slide 5

Eine Überhitzung bis zu einem Hitzschlag kommt in der Sauna kaum vor. Häufiger sind Kreislaufprobleme.

Durch die Weitung der Blutgefässe kann der Blutdruck stark absinken. Folgende Symptome können auftreten: Schwäche, Schwindel, Übelkeit, Kopfschmerzen und wenn es ganz schlimm kommt Bewusstlosigkeit.

Wenn die Person noch bei Bewusstsein ist, sollte sie möglichst rasch hingelegt werden, damit sie nicht noch umkippt, stürzt und sich verletzt. Beine hochlagern hilft, den Blutdruck im Kopf aufrecht zu halten. Die Türe öffnen kühlt die Sauna etwas. Sobald als möglich sollte die Person den Raum mit entsprechender Unterstützung verlassen und sich am besten wieder hinlegen. Kühlen der Beine mit Wasser – von den Füssen die Beine hoch – hilft, den Kreislauf wieder zu stabilisieren. Bei Übelkeit soll die Person in Seitenlage liegen, damit Erbrochenes ausfliessen kann. Der Person soll ein Arztbesuch empfohlen werden.

Bei Bewusstlosigkeit ist schnelles Handeln angesagt:
– Die Person muss zu zweit aus der Sauna geholt und
– sofort erste Hilfe angefordert werden: bei den Erste-Hilfepersonen im Betrieb und beim Rettungsdienst mit der Notrufnummer 144 oder 112.
– Entsprechend ihrem Zustand müssen lebensrettende Sofortmassnahmen getroffen werden: Seitenlagerung, Überwachung, evtl. Herzmassage, Beatmen, Defibrillator.
– Die Person soll weiter gekühlt werden: Beine mit kaltem Wasser kühlen von den Füssen die Beine hoch, weiter feuchte und kühle Kompressen auf Stirn, Nacken und Arme.

Zeigen Sie den Teilnehmenden die Notfalleinrichtungen wie z.B. den Notfall- und Alarmplan und den Alarmknopf.

Notizen



Bearbeitung des Themas (~ 2')

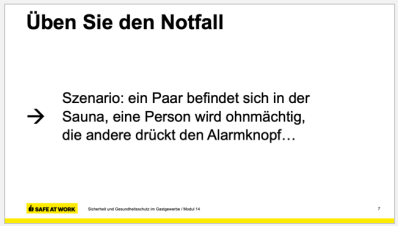
Slide 6

Eine weitere Gefahr, die nicht vergessen werden darf, ist die Brandgefahr.

Beim Einschalten und beim Betrieb des Saunaofens muss darauf geachtet werden, dass keine brennbaren Gegenstände in der Nähe des Ofens sind, z.B. liegengebliebene Tücher oder auch Kunststoffflaschen.

Wegen der hohen Temperatur kann bei alkoholhaltigen Desinfektions- und Reinigungsmitteln der Alkohol stark abdampfen. Es besteht die Gefahr, dass ein hochentzündliches Luft- / Alkoholgemisch entsteht. Deshalb sollen alkoholhaltige Desinfektions- und Reinigungsmittel möglichst nicht in Saunen verwendet werden.

Zeigen Sie den Teilnehmenden, welche Desinfektions- und Reinigungsmittel verwendet werden dürfen und welche nicht.



Praktische Anwendung (~ 10')

Slide 7

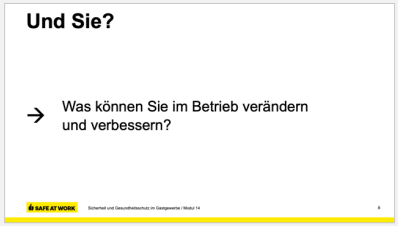
Führen Sie eine Notfallübung gemäss Ihrem Notfallkonzept durch. Z.B. mit folgendem Szenario:

«ein Paar befindet sich in der Sauna, eine Person wird ohnmächtig, die andere drückt den Alarmknopf…»

Lassen Sie zwei Teilnehmende das Paar spielen und führen Sie die Notfallmassnahmen möglichst echt durch.

Lassen Sie eine Teilnehmerin oder einen Teilnehmer die Zeit stoppen, bis die Erste Hilfe eintrifft.

Notizen



Praktische Anwendung (~ 4')

Slide 8

Debriefing: Besprechen Sie mit den Teilnehmenden, was in der Notfallübung gut gelaufen ist und wo Probleme aufgetaucht sind.

Fragen Sie auch nach weiteren Problemen zum Thema, die den Teilnehmenden aufgefallen sind.

Besprechen Sie mit den Teilnehmenden auch Lösungsmöglichkeiten.

Follow-up

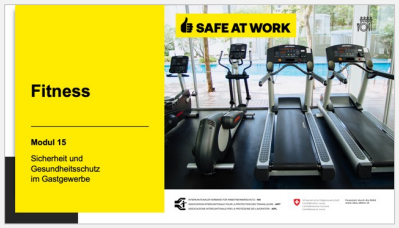
Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen

Arbeitsblatt Modul 15

Fitness



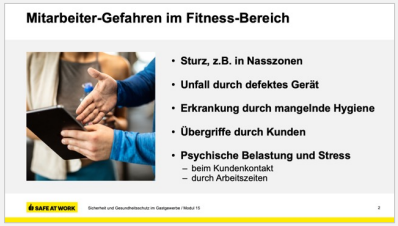
Vorstellung des Themas (~ 1')

Slide 1

Begrüssung der Teilnehmer.
Vorstellung des Themas.
Hinweis auf die Dauer des Moduls: ca. 20 Minuten.

Ziel: Vermitteln der Gefährdungen und sicheren Verhaltensweisen im Bereich von Fitness-Anlagen.

Notizen



Praktische Anwendung (~ 4')

Slide 2

Unser Ziel ist es, den Fitness-Bereich sicher zu betreiben. Sicher für uns und sicher für unsere Kunden. Laut einer Auswertung der Suva hat sich die Zahl der Unfälle innert zehn Jahren mehr als verdoppelt – also ein Grund näher hinzuschauen.

Starten wir mit unserer eigenen Sicherheit. Wo liegen die Gefahren?

Sturz, z.B. in Nasszonen

Unfall durch defektes Gerät

Erkrankung durch mangelnde Hygiene

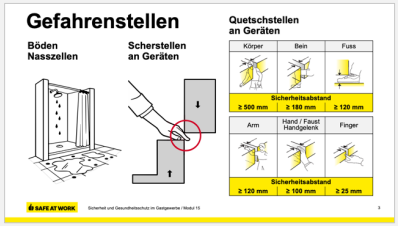
Übergriffe durch Kunden

Psychische Belastung und Stress
– beim Kundenkontakt
– durch Arbeitszeiten

Sie können den Teilnehmenden folgende Fragen stellen:
Wo liegen bei uns die Gefahren? Sind bei uns schon Unfälle geschehen und wenn, wo?

Im Betrieb:
Diskutieren Sie ggf. auch die psychischen Belastungen, die bei Ihnen vorkommen.

Notizen



Information (~ 3')

Slide 3

Schauen wir uns die typischen Gefahrstellen mal genauer an

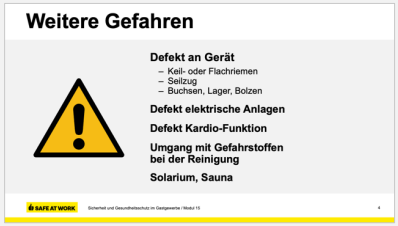
Böden der Nasszellen:
– Bietet der Bodenbelag einen ausreichend festen Halt?
– Werden Absätze vermieden oder geeignet markiert?
– Wird auf eine ausreichende Beleuchtung geachtet?

Im Bereich der Geräte können ungeschützte Quetsch- und Scherstellen vorkommen:
– Bei Quetschstellen kommen zwei Teile so nah, dass ein Körperglied eingeklemmt werden kann.
– Bei Scherstellen bewegt sich ein Element (z.B. ein Gewicht) so nah an einem anderen Element, dass ein Körperglied abgeschert werden kann.

Sie können den Teilnehmenden folgende Fragen stellen:
Wie sieht das bei uns aus? Welche Gefahrstellen kommen bei uns vor?

Im Betrieb:
Sie können das Thema (gemeinsam mit den nächsten Folien) direkt im Fitness-Bereich ansprechen und mit den Teilnehmenden die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort erörtern.

Notizen



Information (~ 2')

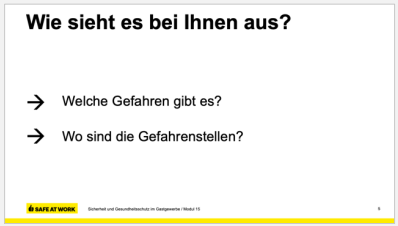
Slide 4

Je nach vorhandenen Geräten ergeben sich noch andere Gefahren. Sie können wie folgt entstehen:

– Defekte an Geräten: Gefährliche Defekte können an Riemen, Seilen oder auch im Bereich von Bolzen oder Buchsen entstehen.
– Bei elektrifizierten Geräten besteht zudem die Gefahr von Defekten an den elektrischen Elementen und in der Folge die Gefahr eines Stromschlags.
– Weiter besteht für den Nutzer eine Gefahr, wenn die Kardiofunktion defekt ist. Ungewollt kann es so gerade bei wenig geübten Personen zu gefährlichen Überbelastungen kommen.
– Der Umgang mit Gefahrstoffen bei der Reinigung stellt ein weiteres Risiko dar. Bitte beachten Sie dazu das Modul 5.
– Falls dem Fitness-Bereich ein Solarium oder eine Sauna angehören, werden diese Gefahren in den Modulen 12 respektive 14 abgehandelt.

Im Betrieb:
Klären Sie die Situation vorher ab und passen Sie die Slide für Ihren Bereich an.

Reflexion (~ 3')



Slide 5

Übertragen wir diese allgemeinen Gefahren auf unseren Fitnessbereich. Welche Gefahren gibt es bei uns? Wo sind Gefahrstellen bei uns?

Im Betrieb:
Sie können das Thema direkt im Fitness-Bereich ansprechen und mit den Teilnehmenden die zu ergreifenden Massnahmen vor Ort erörtern.

Ausserhalb des Betriebs (z. B. Berufsschule, überbetriebliche Kurse):
Bereiten Sie Material oder Fotos vor, die Sie zeigen wollen.

Notizen



Praktische Anwendung (~ 2')

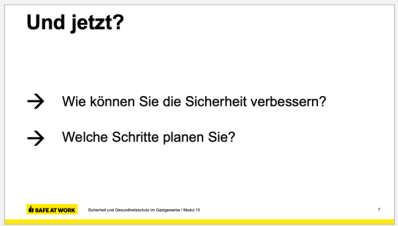
Slide 6

Nachdem wir unsere Gefahren nun kennen, stellt sich die Frage, wie wir ihnen begegnen.

Grundsätzlich ist es wichtig, regelmässig zu überprüfen, ob alle Elemente sicher funktionieren. Darum ergreifen wir folgende Massnahmen: Wir kontrollieren täglich mit einer Sichtkontrolle:
– Kommunikations- und Sicherheitseinrichtungen
– Kennzeichnung / Warnschilder Geräte
– Abstände
– Elektrische Sicherheit
– Standsicherheit Geräte
– Abdeckung Quetsch- und Scherstellen
– Kardio-Funktion
Zusätzlich erfolgt monatlich eine vertiefte Funktionskontrolle und jährlich eine Inspektion durch eine Fachperson.

Im Betrieb:
Sie können das Thema auch direkt im Fitness-Bereich ansprechen und die Sichtkontrollen vor Ort durchführen.

Notizen



Verbesserung (~ 5')

Slide 7

Diskutieren Sie die folgenden Punkte: Wie können wir die Sicherheit verbessern? Welche Schritte planen wir?

Im Betrieb:
Ergänzen Sie allenfalls die Fragen. Notieren Sie sich die Antworten (um sie später wieder aufzugreifen)

Follow-up

Je nachdem, welche Probleme identifiziert wurden, suchen Sie nach Lösungen, um die Arbeitsbedingungen der Mitarbeitenden zu verbessern.
Falls nötig, müssen Korrekturmassnahmen ergriffen werden.

Nach der Schulung kann das Plakat des behandelten Themas im Betrieb aufgehängt werden.

Notizen



Ansprechpartner/Links

SAFE AT WORK ist die Präventionsmarke der Kantone für mehr Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatz. Sie ist dem Interkantonalen Verband für Arbeitnehmerschutz (IVA) angeschlossen.

www.safeatwork.ch

Branchenlösung «Arbeitssicherheit im Gastgewerbe»:
arbeitssicherheit@hotelgastrosafety.ch
www.hotelgastrosafety.ch

Verbände:

GastroSuisse
Blumenfeldstrasse 20, Postfach, 8046 Zürich
Tel: 0848 377 111
rechtsdienst@gastrosuisse.ch
www.gastrosuisse.ch

HotellerieSuisse
Monbijoustrasse 130, Postfach, 3001 Bern
Tel: 031 370 41 11
info@hotelleriesuisse.ch
www.hotelleriesuisse.ch

SCA Swiss Catering Association
Flüelastrasse 51, Postfach, 8047 Zürich
Tel: 044 388 35 35
info@swisscateringassociation.ch
www.swisscateringassociation.ch

CafetierSuisse
Bleicherweg 54, 8002 Zürich
Tel: 044 201 67 77
info@cafetier.ch
www.cafetier.ch

Schulungs-Kit herunterladen:
safeatwork.ch – Schulungskit Gastgewerbe