



Instruieren Sie jede Regel einzeln, am Arbeitsplatz.

## Sieben lebenswichtige Regeln für den Strassentransport

### Instruktionshilfe



**Lernziel:** Alle Mitarbeitenden und Vorgesetzten kennen die lebenswichtigen Regeln und halten sie immer ein.



**Instruierende:** Vorgesetzte, Sicherheitsbeauftragte



**Zeitbedarf:** Etwa 10 Minuten pro Regel



**Instruktionsort:** am Arbeitsplatz

# Als Arbeitgeberin oder Arbeitgeber sind Sie für die Arbeitssicherheit verantwortlich. Sorgen Sie deshalb dafür, dass alle Mitarbeitenden Ihres Betriebs mit Hilfe dieser Mappe instruiert werden.

## Die richtigen Schwerpunkte setzen

Die Statistik spricht eine deutliche Sprache: Im Durchschnitt verlieren jedes Jahr 6 Mitarbeitende aus dem Strassen-transport-Gewerbe bei einem Arbeitsunfall ihr Leben. Manche werden invalid.

Wer die lebenswichtigen Regeln konsequent einhält und durchsetzt, kann Unfälle und damit viel menschliches Leid verhindern.

**Wird eine lebenswichtige Regel missachtet, heisst es deshalb STOPP, die Arbeiten einstellen und erst weiterarbeiten, wenn die Gefahr behoben ist.**

Die sieben lebenswichtigen Regeln für den Strassentransport hat die Suva mit Unterstützung des Schweizerischen Nutzfahrzeugverbands ASTAG und Les Routiers Suisses erarbeitet. Dies entspricht der sozialpartnerschaftlichen Organisation der Suva.

## Mitarbeitende instruieren

Die Vorgesetzten – seien es Teamleiter, Gruppenleiterinnen oder Sicherheitsbeauftragte – sind die glaubwürdigsten Botschafterinnen und Botschafter von Sicherheitsregeln. Deshalb sind sie die Richtigen, um die lebenswichtigen Regeln zu vermitteln.

**Mit dieser Instruktionsmappe lässt sich zu jeder Regel eine Kurzinstruktion durchführen – am besten direkt an einem geeigneten Arbeitsplatz.**

Passen Sie den Inhalt der Instruktion den Verhältnissen in Ihrem Betrieb an.

Bestellen Sie auch den Faltprospekt zu dieser Instruktionsmappe ([www.suva.ch/84056.d](http://www.suva.ch/84056.d)). Er eignet sich zum Abgeben an die Mitarbeitenden.

## Hinweise für die Instruktion

Sorgen Sie dafür, dass alle Ihnen unterstellten Mitarbeitenden innerhalb eines bestimmten Zeitraums mit dieser Instruktionshilfe instruiert werden. Instruieren Sie diejenigen Regeln, die für Ihre Mitarbeitenden im beruflichen Alltag relevant sind. Denken Sie dabei auch an die temporären Mitarbeitenden.

**Instruieren Sie nicht alle Regeln auf einmal. Kontrollieren Sie das Einhalten der Regeln. Wiederholen Sie die Instruktion der Regeln regelmässig.**

Die Instruktionen finden idealerweise an einer geeigneten Arbeitsstelle oder unmittelbar neben dem Arbeitsmittel statt.

### Instruktion vorbereiten

Zur Vorbereitung gehört, dass Sie die Regel und deren Anwendung in eigenen und möglichst einfachen Worten formulieren können. Denken Sie dabei auch an die fremdsprachigen Mitarbeitenden.

Ideale Gruppengrösse: 3 bis 6 Personen.

Stellen Sie rechtzeitig sicher, dass Sie über die benötigte Anzahl Faltprospekte verfügen, um diese den Mitarbeitenden abzugeben ([www.suva.ch/84056.d](http://www.suva.ch/84056.d)).

### Regeln instruieren

Zu jeder Sicherheitsregel gehört ein eigenes Blatt. Die Vorderseite eignet sich als Kleinplakat. Wir empfehlen Ihnen, dieses nach der Instruktion aufzuhängen (zum Beispiel am Anschlagbrett). Auf der Rückseite befinden sich Informationen, die Sie für die Durchführung der Instruktion benötigen. Passen Sie den Inhalt der Instruktion den Verhältnissen in Ihrem Betrieb an.

Es ist wichtig, allfällige Einwände der Mitarbeitenden ernst zu nehmen und gemeinsam nach praxisbezogenen und machbaren Lösungen zu suchen.

**Dokumentieren Sie die durchgeführten Instruktionen und Kontrollen entweder auf den Beilageblättern «Instruktionsnachweis» oder in Ihrem betrieblichen Instruktionsnachweis-Dokument.**

## Hinweise für die Vorgesetzten

Vorgesetzte sind immer auch Vorbild. Halten Sie die Sicherheitsregeln selber jederzeit ein. Nur so sind Sie glaubwürdig!

Wenn Sie feststellen, dass eine Regel nicht befolgt wird, suchen Sie nach den Gründen:

- Konfrontieren Sie die betreffenden Mitarbeitenden mit der instruierten Regel.
- Fragen Sie nach den Gründen für das sicherheitswidrige Verhalten.
- Gehen Sie auf Fragen und Einwände ein und klären Sie diese sorgfältig.

Wiederholen Sie die Instruktion wenn nötig.

Bedenken Sie, dass die Arbeitnehmenden die Weisungen des Arbeitgebers befolgen und die Sicherheitsregeln einhalten müssen. Mängel, welche die Arbeitssicherheit gefährden, müssen unverzüglich beseitigt oder dem Arbeitgeber gemeldet werden.

Wenn alles nichts nützt, melden Sie fehlbare Mitarbeitende Ihrem Vorgesetzten, damit dieser Sanktionen ergreifen kann (mündliche und schriftliche Verwarnung, Versetzung, im Extremfall Kündigung).

## Weitere Informationen

Merkblatt «Ausbildung und Instruktion im Betrieb – Grundlage für sicheres Arbeiten», [www.suva.ch/66109.d](http://www.suva.ch/66109.d)

Merkblatt «Regeln schaffen Klarheit. Erarbeiten und Durchsetzen von Sicherheits- und Verhaltensregeln in KMU», [www.suva.ch/66110.d](http://www.suva.ch/66110.d)

Merkblatt «Die wollen einfach nicht – wirklich?», Informationen zum Thema Motivation, [www.suva.ch/66112.d](http://www.suva.ch/66112.d)

Aktuelle Unfallbeispiele aus Ihrer Branche finden Sie hier: [www.suva.ch/unfallbeispiele](http://www.suva.ch/unfallbeispiele)

# Sieben lebenswichtige Regeln für den Strassentransport:



**Regel 1**  
Sicher fahren.



**Regel 2**  
Wegrollen verhindern.



**Regel 3**  
Sicher an- und abkuppeln.



**Regel 4**  
Ladung korrekt sichern.



**Regel 5**  
Gegen Absturz sichern.



**Regel 6**  
Geräte richtig bedienen.



**Regel 7**  
Schutzausrüstung tragen.

**Damit wir  
gesund  
nach Hause  
zurückkehren.**

# Regel 1

## Als Profis fahren wir sicher.



Film zur  
Regel



# Regel 1

## Als Profis fahren wir sicher.

**Arbeitnehmer:** Ich halte mich beim Fahren an die Sicherheitsregeln und die vorgeschriebenen Ruhezeiten.

**Vorgesetzter:** Ich überprüfe, ob meine Fahrzeugführer die Sicherheitsregeln und Ruhezeiten einhalten.

## Informationen und Tipps zur Instruktion

**Prävention beginnt nicht erst auf der Strasse, sondern bereits bei der Vorbereitung. Instruieren Sie Folgendes:**

### Körperliche Verfassung

Auf der Strasse dürfen nur Mitarbeitende in guter körperlicher Verfassung zum Einsatz kommen.

- Die Einnahme von Medikamenten kann die Fahrtauglichkeit beeinträchtigen.
- Auf Alkohol- und Drogenkonsum verzichten.

### Sicherheitsgurt

Wie in Personenkraftwagen gilt auch in Lastwagen und Kleintransportern die Gurtentragpflicht (Verkehrsregelnverordnung VRV Art. 3a). Auch auf Deponien, in Kiesgruben und auf Baustellen – vor allem beim Kippen der Ladung mit Baustellen- und Abrollkippern (Gefahr: Fahrzeugumsturz) – schützt der Sicherheitsgurt vor schweren Verletzungen.

### Fahrerisches Können

Verfügen alle Mitarbeitenden über das notwendige Fahrkönnen? Organisieren Sie nach Bedarf ein Fahrsicherheitstraining. Gutes Fahrkönnen erhöht die Sicherheit.

### Angepasste Geschwindigkeit

Mit der richtigen, d. h. angepassten, Geschwindigkeit verschafft man sich unterwegs den notwendigen Sicherheitsabstand und Handlungsspielraum.

### Gefahr durch Ablenkung

- In der Fahrzeugkabine darf die Sicht nach draussen nicht durch «wohnliches» Zubehör oder Dekorationsgegenstände beeinträchtigt werden.
- Potenzielle «Flugobjekte» auf der Armaturentafel, Hutablage, auf Sitzen und Liegeflächen müssen weggeräumt oder gesichert werden. Sind zum Beispiel Feuerlöscher oder Werkzeuge ausreichend gesichert?
- Telefonieren (auch mit Freisprecheinrichtung) lenkt nachweislich ab. Während dem Lenken des Fahrzeugs deshalb möglichst nicht telefonieren! Wenn nicht vermeidbar, ist Telefonieren am Steuer nur mit Freisprecheinrichtung erlaubt.
- Auftragsmanagement- und Navigationsgeräte bei stehendem Fahrzeug bedienen.

### Arbeits- und Ruhezeiten

Kennen alle Mitarbeitenden die gesetzlichen Bestimmungen der Arbeits- und Ruhezeitenverordnung ARV? Unterstützen Sie die Mitarbeitenden, diese einzuhalten.

### Sicherheit bei Abfallsammelfahrten

Die Fahrer von Abfallsammelfahrzeugen sind für die Sicherheit der Belader mitverantwortlich. Denn sie können deren Fehlverhalten meist frühzeitig erkennen. In diesem Fall müssen sie sofort einschreiten. Folgendes sind wichtige Instruktionpunkte:

- Das Manipulieren oder Umgehen der Trittbrettüberwachung (z. B. Entlasten der Trittbretter) nicht tolerieren!
- Die Belader dürfen auf dem Fahrzeug nur an Positionen mitfahren, die dafür vorgesehen sind, z. B. NICHT seitlich am Fahrzeug und NICHT auf der Ladekante.
- Bei längeren Distanzen und Geschwindigkeiten über 30 km/h fahren die Belader in der Fahrzeugkabine mit.

### Das Wichtigste für die Umsetzung

- Sagen Sie Ihren Mitarbeitenden, dass sie das Recht und die Pflicht haben, **STOPP zu sagen**, wenn diese Regel verletzt wird.
- Sprechen Sie die Mitarbeitenden regelmässig auf die Gefahren im Strassenverkehr an.
- Ansprechperson: Fordern Sie die Mitarbeitenden auf, bei Unklarheiten nachzufragen. Nennen Sie die Ansprechperson.
- Kontrolle: Machen Sie klar, dass Sie das Einhalten der Regel kontrollieren werden. Informieren Sie auch über die vorgesehenen Konsequenzen.

### Weitere Informationen

- Checkliste «Sicherheit im Aussendienst», [www.suva.ch/67172.d](http://www.suva.ch/67172.d)
- Lehrmittel «Physik im Strassenverkehr», Artikel-Nr. 3.057, [www.bfu.ch](http://www.bfu.ch)



## Regel 2

Wir verhindern, dass Fahrzeuge  
wegrollen.



Film zur  
Regel





## Regel 2

### Wir verhindern, dass Fahrzeuge wegrollen.

**Arbeitnehmer:** Ich sichere das Fahrzeug und den Anhänger, damit sie nicht wegrollen.

**Vorgesetzter:** Ich stelle sicher, dass intakte Radkeile zur Verfügung stehen und diese verwendet werden.

## Informationen und Tipps zur Instruktion

Abgestellte Fahrzeuge und Anhänger können zur grossen Gefahr werden, wenn sie nicht ausreichend gegen Wegrollen gesichert sind. Auch auf scheinbar ebenem Gelände können sie unerwartet in Bewegung geraten und Personen überrollen oder einklemmen.

Nach dem Gesetz müssen Fahrer den Motor abstellen, wenn sie das Fahrzeug verlassen. Bevor sie sich entfernen, müssen sie das Fahrzeug gegen Wegrollen sichern (Verkehrsregelverordnung VRV Art. 22).

### Fahrzeug sicher abstellen

- Auf ebenem Gelände: Feststellbremse betätigen. Bei manuellem Getriebe den kleinsten Gang einlegen, bei automatischen Schaltgetrieben die Parkstellung.
- Auf stark unebenem Gelände oder im Gefälle zusätzlich: Räder gegen ein Hindernis am Fahrbahnrand einlenken. Fahrzeuge ab 3,5t in Rollrichtung mit Radkeilen sichern.

**Und wenn das Fahrzeug doch wegrollt:  
Niemals versuchen, auf das rollende Fahrzeug aufzuspringen!**

### Anhänger sicher abstellen

- Anhänger (auch Sattelanhänger) ab 750 kg sind in jeder Situation mit Radkeilen gegen Wegrollen zu sichern (in Rollrichtung des Fahrzeugs). Nötigenfalls sind Radkeile in beide Richtungen anzulegen.
- Gelenkdeichselanhänger dürfen nur mit möglichst gerade stehender Deichsel abgestellt werden. Bei stark eingeschlagener Vorderachse besteht Kippgefahr.

Beim Be- und Entladen an Laderampen, Anpassrampen und Hebebühnen mit Flurförderzeugen (z. B. Staplern) sind Fahrzeuge und einzeln abgestellte Anhänger zusätzlich immer mit Radkeil zu sichern.

### Fahrzeug sichern

Beim Verlassen des Fahrzeugs ist das Fahrzeug gegen unberechtigtes Benutzen zu sichern:

- Antrieb stillsetzen.
- Zündschlüssel entfernen.
- Fahrzeug abschliessen.

Nicht gegen unberechtigtes Benutzen gesichert werden muss das Fahrzeug beim kurzzeitigen Aussteigen, beim Öffnen der Bordwände und Türen des Aufbaus sowie beim Sichern der Ladung.

### Radkeile

Auf Fahrzeugen über 3500kg und Anhängern über 750 kg müssen Radkeile vorhanden und sicher befestigt sein. Sie müssen in Steigungen und Gefällen die gleichen Anforderungen erfüllen, wie sie für die Feststellbremse des betreffenden Fahrzeugs gelten.

### Das Wichtigste für die Umsetzung

- Sagen Sie Ihren Mitarbeitenden, dass sie das Recht und die Pflicht haben, **STOPP zu sagen**, wenn diese Regel verletzt wird.
- Sprechen Sie die Mitarbeitenden regelmässig auf die Gefahren im Strassenverkehr an.
- Ansprechperson: Fordern Sie die Mitarbeitenden auf, bei Unklarheiten nachzufragen. Nennen Sie die Ansprechperson.
- Kontrolle: Machen Sie klar, dass Sie das Einhalten der Regel kontrollieren werden. Informieren Sie auch über die vorgesehenen Konsequenzen.



1 An der Ladebucht mit Radkeil gesichertes Fahrzeug



2 Feststellbremse aktiviert



3 Fahrzeug gegen unbefugtes Benutzen sichern.



## Regel 3

Beim Ankuppeln fahren wir immer mit dem Zugfahrzeug zum Anhänger.



Film zur  
Regel



## Regel 3

### Beim Ankuppeln fahren wir immer mit dem Zugfahrzeug zum Anhänger.

**Arbeitnehmer:** Ich fahre beim Ankuppeln konsequent mit dem Zugfahrzeug zum Anhänger.

**Vorgesetzter:** Ich überprüfe das korrekte An- und Abkuppeln der Fahrzeuge.

## Informationen und Tipps zur Instruktion

Machen Sie klar, wie wichtig das korrekte Vorgehen beim Kuppeln von Fahrzeugen ist. Unfälle beim Kuppeln haben meist gravierende Folgen. Deshalb muss hier ein Schwerpunkt gesetzt werden.

### Platzauswahl

Ein geeigneter Anhängerabstellplatz erleichtert die Arbeit und erhöht die Sicherheit:

- möglichst waagrecht, ebener Untergrund, frei von grösseren Steinen
- ausreichend Platz zum Manövrieren vor dem Anhänger
- Zugfahrzeug und Anhänger stehen möglichst auf gleicher Ebene.

### Anhänger gegen Wegrollen sichern

Vor dem Kuppeln ist immer zu prüfen, ob die Feststellbremse des Anhängers betätigt ist und die Radkeile an der starren Achse angelegt sind. Nötigenfalls Radkeile in beide Richtungen anlegen.

### Nicht improvisieren beim Ausrichten der Deichsel

Während dem Ankuppeln ist es nicht erlaubt, die Deichsel hochzuheben, herunterzudrücken oder anderweitig manuell zu führen. Die korrekte Ausrichtung der Deichsel auf das Fangmaul ist mit technischen Mitteln sicherzustellen (z. B. Deichsel-Höheneinstelleinrichtung, Luftfederung).

### Mit dem Zugfahrzeug kuppeln

Kuppeln Sie ausschliesslich, indem Sie mit dem Zugfahrzeug rückwärts zum Anhänger fahren. Niemals – auch nicht aus vermeintlicher Zeitersparnis oder Bequemlichkeit – den Anhänger auflaufen lassen oder von Hand verschieben.

### Gefahrenbereich verlassen

Während sich das Zugfahrzeug bewegt, darf sich beim An- und Abkuppeln niemand zwischen Zugfahrzeug und Anhänger aufhalten. Dies ist lebensgefährlich.

### Vorsicht Gelenkdeichsel!

Beim Abkuppeln oder Lösen der Anhängerbremse ist sofort der Schwenkbereich der Gelenkdeichsel zu verlassen. Denn diese kann seitlich herumschlagen, wenn die Räder der Vorderachse nicht auf ebenem, glattem Untergrund stehen.

### Zugfahrzeug sichern

Das Fahrzeug ist vor dem Verlassen immer mit der Feststellbremse zu sichern.

### Weitere Informationen

- Lehrmittel «Die Ausbildung zum Führerausweis der Kategorie C, D und C1/D1», Bezugsquelle: ASTAG
- Merkblatt DGUV Information 214-080 «Kuppeln – aber sicher», Bezugsquelle: [publikationen.dguv.de](http://publikationen.dguv.de)

### Das Wichtigste für die Umsetzung

- Sagen Sie Ihren Mitarbeitenden, dass sie das Recht und die Pflicht haben, **STOPP zu sagen**, wenn diese Regel verletzt wird.
- Sprechen Sie die Mitarbeitenden regelmässig auf die Gefahren im Strassenverkehr an.
- Ansprechperson: Fordern Sie die Mitarbeitenden auf, bei Unklarheiten nachzufragen. Nennen Sie die Ansprechperson.
- Kontrolle: Machen Sie klar, dass Sie das Einhalten der Regel kontrollieren werden. Informieren Sie auch über die vorgesehenen Konsequenzen.



## Regel 4

Wir sichern die Ladung immer gegen Herunterfallen, Umfallen und Verrutschen.



Film zur  
Regel



## Regel 4

# Wir sichern die Ladung immer gegen Herunterfallen, Umfallen und Verrutschen.

**Arbeitnehmer:** Die Ladung sichere ich immer – beim Beladen, beim Transport und beim Entladen.

**Vorgesetzter:** Ich mache klare Vorgaben, wie die Ladung beim Beladen, Transport und Entladen zu sichern ist. Ich stelle dazu geeignete Arbeitsmittel zur Verfügung.

## Informationen und Tipps zur Instruktion

Fahrzeugführer müssen die notwendigen Massnahmen zur Sicherung der Ladung treffen. Auch Arbeitgeber und Vorgesetzte sowie Absender von Waren tragen eine Mitverantwortung.

### Wissen

- Verfügen alle Mitarbeitenden über ausreichende Kenntnisse zum Thema Ladungssicherung? Auch die Fahrer von Lieferwagen (bis 3,5t) und Transport-PWs sind zu instruieren.
- Die Mitarbeitenden müssen die Ladungssicherung auch in Spezialsituationen beherrschen. z. B. Glas-Transportgestelle, Big Bags. Fehlt das nötige Wissen, sind Spezialisten beizuziehen.
- Stehende Platten, Fenster und ähnliche Produkte sind einzeln zu sichern. Beim Laden und Sichern ist die spätere Entladereihenfolge zu berücksichtigen.
- Sind Ladungseinheiten in sich unzureichend gesichert, muss nachgesichert werden. z. B. ungenügend auf Transportgestellen gesicherte Glasscheiben.

### Material und Vorrichtungen

- Das nötige Material für die Ladungssicherung muss in genügender Menge zur Verfügung stehen: Zurrgurte, Zurrketten, Kantenschutzmittel, Antirutschmatten, Sperrbalken, Spannplatten, Sicherungsnetze usw.
- Die Fahrzeuge müssen mit genügend für die Ladungssicherung zugelassenen Befestigungsvorrichtungen ausgerüstet sein (z. B. Zurrleisten, Zurrpunkte). Bei Liefer- und Personenwagen muss der Fahrerraum ausreichend vor verrutschender Ladung gesichert sein. Z. B. mit Trennwänden oder Trenngittern.
- Nur unbeschädigte Zurrmittel und -vorrichtungen verwenden. Sichtkontrolle vor der Verwendung! Beschädigungen den Vorgesetzten melden.

### Sicherer Standort

Der Standort beim Anbringen und Lösen der Ladungssicherung ist immer so zu wählen, dass man nicht von unvermittelt herunterfallender, umfallender oder verrutschender Ladung getroffen werden kann.

**Ganz wichtig: Beim Be- und Entladen mit Staplern oder Kranen den Gefahrenbereich verlassen und Sichtkontakt zum Kranführer bzw. Staplerfahrer halten!**

### Absturzgefahr

Bei Ladungssicherungs- und Anschlagarbeiten in der Höhe ist die Absturzgefahr zu minimieren (Regel 5).

An mobilen Be- und Entladestellen (z. B. Baustellen) gilt:

- Schon beim Beladen dafür sorgen, dass später nicht auf die Ladung geklettert werden muss. Z. B. lange Hebegurten an einzelnen Ladeeinheiten anbringen.
- Mulden und Container absetzen, bevor Netze oder Blachen angebracht oder entfernt werden (Absturzhöhe verringern).
- Vorhandene Aufstiegshilfen oder mitgeführte Leitern verwenden.

### Sicher Be- und Entladen

Beim Be- und Entladen mit Kranen kommt es oft zu schweren Unfällen.

- Personen, die Lasten an Kranen anschlagen, müssen nachweislich ausgebildet sein (siehe Regel 6).
- Stellen Sie geeignete Mittel zur Verfügung: Lastketten (min. Güteklasse 8), Hebegurten, Krangabel mit Sicherungskette für Paletten, Lasthaken mit Hakensicherung, Kantenschutzmittel usw.
- Nur unbeschädigte Mittel verwenden, die explizit für das Heben von Lasten zugelassen sind und periodisch geprüft werden. Sichtkontrolle vor der Verwendung! Beschädigungen den Vorgesetzten melden.

Werden rollende Lasten (z. B. Rollboxen) mit der Hubladebühne angehoben oder abgesenkt, muss die Hubladebühne mit einer Abrollsicherung ausgerüstet sein.

### Weitere Informationen

- Checkliste «Fahrzeuge beladen mit Hebegegeräten», [www.suva.ch/67094.d](http://www.suva.ch/67094.d)
- Checkliste «Beladen und Entladen von Containern und Mulden», [www.suva.ch/67174.d](http://www.suva.ch/67174.d)
- Div. Broschüren zur Ladungssicherung, Bezugsquelle: ASTAG und Les Routiers Suisses

## Instruktionsnachweis

Regel 4: Wir sichern die Ladung immer gegen Herunterfallen, Umfallen und Verrutschen.

### Instruktion durchgeführt

---

Instruktor/Instruktorin:

.....

Instruierte Mitarbeitende:

Datum

Name, Vorname

Unterschrift

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### Einhalten der Regel kontrolliert

---

Datum

Kontrolle durch

Feststellungen, Massnahmen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



# Regel 5

Wir sichern uns gegen Absturz.



Film zur  
Regel



## Regel 5

### Wir sichern uns gegen Absturz.

**Arbeitnehmer:** Ich wähle meinen Standort und die Hilfsmittel so, dass ich nicht abstürzen kann.

**Vorgesetzter:** Bei Arbeiten in der Höhe Sorge ich für sichere Zugänge und Absturzsicherungen. Ich dulde keine Improvisationen.

## Informationen und Tipps zur Instruktion

Für das sichere Arbeiten in der Höhe und für sichere Zugänge braucht es geeignete Hilfsmittel. Die Wahl der Hilfsmittel hängt von der Art, Dauer und Häufigkeit der Arbeiten ab. Folgende Prioritäts-Reihenfolge gilt es zu beachten:

### 1. Ortsfeste Vorrichtungen gegen Absturz

Für regelmässige Arbeiten an stationären Arbeitsplätzen – z. B. im eigenen Unternehmen und an Orten, wo das Fahrzeug oft bestiegen wird – müssen ortsfeste Vorrichtungen gegen Absturz vorhanden sein. Dies gilt für Absturzhöhen über 2 m ab Standfläche.

Beispiele: Ortsfeste Arbeitsbühne mit Zugangstreppe und Geländer fürs Befüllen von Tankfahrzeugen (Titelbild dieser Regel), für die Schneeräumung von Fahrzeugdächern (Bild 1) oder für das Anbringen von Blachen auf Mulden.

Warenübergabestellen sind mit Schleusensystemen zu sichern oder mit anderen Vorrichtungen gemäss Checkliste «Übergabestellen für den Warentransport mit Staplern und Kranen» ([www.suva.ch/67123.d](http://www.suva.ch/67123.d)) auszurüsten.

### 2. Mobile Vorrichtungen gegen Absturz

Sind keine ortsfesten Arbeitsbühnen möglich, sind bei Absturzhöhen über 2 m (ab Standfläche) mobile Vorrichtungen vorzusehen und gemäss Herstellerangaben einzusetzen. Beispiele:

- Arbeitspodeste, Wartungstreppe und -bühnen. Siehe Checkliste: [www.suva.ch/67076.d](http://www.suva.ch/67076.d) (Bild 2)
- Hubarbeitsbühnen. Siehe Regel 6 und Checklisten: [www.suva.ch/67064-1.d](http://www.suva.ch/67064-1.d) und [www.suva.ch/67064-2.d](http://www.suva.ch/67064-2.d)
- Rollgerüste. Siehe Checkliste: [www.suva.ch/67150.d](http://www.suva.ch/67150.d)



1 Gerüst für das Herunterstossen von Schnee und Eis



2 Mobile Arbeitsbühne

Fahrzeuge wie Tank-, Silo-, Saug-, Blaswagen und Fahrmischer, die unterwegs bestiegen werden müssen, müssen mit fest angebauten Aufstiegsleitern inkl. Laufsteg und (Klapp-) Geländer ausgerüstet sein. (Bild 3)

### 3. Tragbare Leitern

- Leitern nur verwenden, wenn keine andere Möglichkeit besteht, die Arbeiten auszuführen. z. B. fürs Anschlagen von Lasten und Ladungssicherungsarbeiten unterwegs.
- Leitern immer gegen Verrutschen und Kippen sichern.
- Leitern sind bei Absturzhöhen über 2 m (ab Standfläche) nicht als Arbeitsplatz geeignet.
- Leitern dienen dem Hinauf- und Hinuntersteigen. Nur Arbeiten auf Leitern ausführen, die geringe Kraftanstrengungen erfordern.

### 4. Persönliche Schutzausrüstung gegen Absturz (PSAgA)

- PSAgA nur einsetzen, wenn andere Massnahmen unmöglich sind (z. B. Instandhaltung auf Fahrzeugdächern (Bild 4), in der Nähe ungesicherter Dachkanten, Instandhaltung und Störungsbehebung in Hochregallagern oder Absturzgefahr beim Möbellift-Einsatz).
- Als PSAgA gelten Auffanggurte mit Höhensicherungsgerät bzw. Falldämpfer (inkl. Helm mit Kinnband).
- PSAgA nur an dafür zugelassenen Anschlagpunkten befestigen (z. B. geprüft nach SN EN 795). Faustregel: Fallkraft-Aufnahmevermögen  $\geq 1000$  kg.
- PSAgA dürfen nur von dafür ausgebildeten Personen benutzt werden (siehe Regel 6).
- Sicht- und Rufverbindung für Notrettung sicherstellen!
- Siehe lebenswichtige Regeln für das Arbeiten mit Anseilschutz ([www.suva.ch/88816.d](http://www.suva.ch/88816.d)).



3 Fester Aufstieg an einem Lastwagen mit Klappgeländer



4 Absturzsicherung mit PSAgA auf Busdach



## Regel 6

Wir bedienen Arbeitsmittel nur, wenn wir dafür ausgebildet oder instruiert sind.



Film zur  
Regel



## Regel 6

**Wir bedienen Arbeitsmittel nur, wenn wir dafür ausgebildet oder instruiert sind.**

**Arbeitnehmer:** Ich bediene Arbeitsmittel nur, wenn ich dazu berechtigt und ausgebildet bzw. instruiert bin. Was ich gelernt habe, wende ich konsequent an.

**Vorgesetzter:** Ich stelle sicher, dass die Mitarbeitenden die erforderlichen Ausbildungen und Instruktionen erhalten und das Gelernte umsetzen.

## Informationen und Tipps zur Instruktion

Das Bedienen von Arbeitsmitteln gehört zu den anspruchsvollen Aufgaben im Strassentransport. Der Arbeitgeber darf nur Personen dafür einsetzen, die die nötigen Voraussetzungen mitbringen und ausreichend ausgebildet oder instruiert sind.

Die Ausbildung oder Instruktion muss **vor dem ersten Arbeitseinsatz** erfolgen und ist nötigenfalls zu wiederholen (z. B. wenn eine unsichere Handhabung des Arbeitsmittels beobachtet wird). Ob eine Instruktion ausreicht oder eine Ausbildung nötig ist, hängt vom Gefährdungspotenzial des Arbeitsmittels ab.

### Instruktion reicht aus

Folgende Arbeitsmittel und Arbeiten erfordern eine fundierte Instruktion, aber keine Ausbildung:

- **Deichselstapler** (Ameise). Hilfsmittel: Checkliste «Deichselstapler», [www.suva.ch/67046.d](http://www.suva.ch/67046.d)
- **Lastwagenaufbauten** wie Absetz-/Abrollkipper und Fahrmischer, Kehrrechtsammelfahrzeuge, Möbellifte usw.

### Anforderung an eine Instruktion

Eine Instruktion ist eine praktische Anleitung zu einem begrenzten Thema und erfolgt in der Regel am Arbeitsplatz. Folgende Punkte sind zu gewährleisten:

- Stellen Sie die nötige Instruktionstiefe sicher (z. B. unter Zuhilfenahme der angegebenen Checklisten).
- Vermitteln Sie die Inhalte der Betriebsanleitung.
- Prüfen Sie, ob Ihre Mitarbeitenden die Instruktion verstanden haben.

Dokumentieren Sie die Instruktion. Wer wurde von wem wann worüber instruiert?

### Ausbildung notwendig

Folgende Arbeitsmittel und Arbeiten erfordern aufgrund besonderer Gefahren eine Ausbildung:

- **Stapler** der Kategorie R gemäss EKAS-Richtlinie 6518 (z. B. Gegengewichts-, Schubmast-, Hochregal- Seiten-Vierweg-, Teleskopstapler): siehe [www.suva.ch/stapler](http://www.suva.ch/stapler)
- **Fahrzeugkrane:** Ausweispflicht Kat. A gemäss Kranverordnung, siehe [www.suva.ch/krane](http://www.suva.ch/krane)
- **Lastwagenladekrane** mit einer Auslegerlänge von höchstens 22m und einem Lastmoment von höchstens 400 000 Nm: siehe [www.suva.ch/lastwagenladekrane](http://www.suva.ch/lastwagenladekrane)
- **Industriekrane:** siehe Factsheet «Ausbildung Industriekrane», [www.suva.ch/33081.d](http://www.suva.ch/33081.d)
- **Anschlagen von Lasten an Kranen:** siehe Factsheet «Ausbildung für das Anschlagen von Lasten an Kranen», [www.suva.ch/33099.d](http://www.suva.ch/33099.d)
- **Förderpumpen für Beton:** [www.suva.ch/betonpumpen](http://www.suva.ch/betonpumpen)
- **Baumaschinen** (z. B. Radlader): siehe [www.suva.ch/baumaschinen](http://www.suva.ch/baumaschinen)
- **Hubarbeitsbühnen:** siehe [www.suva.ch/hab](http://www.suva.ch/hab)
- **Persönliche Schutzausrüstung gegen Absturz (PSAgA):** siehe [www.suva.ch/psaga](http://www.suva.ch/psaga)

Eine Liste aller ausbildungspflichtigen Arbeiten und Informationen zu möglichen Ausbildungswegen finden Sie auf unserer Webseite «Ausbildung für Arbeiten mit besonderen Gefahren»: [www.suva.ch/ambg](http://www.suva.ch/ambg)

### Anforderung an eine Ausbildung

Eine Ausbildung vermittelt umfassende theoretische und praktische Kenntnisse zu einem bestimmten Thema. Sie wird mit einer Überprüfung der erforderlichen Kompetenzen abgeschlossen. Die Ausbildung ist in der Regel allgemeiner Natur und wird vom Fachspezialisten durchgeführt.

Im Anschluss an die Ausbildung ist grundsätzlich eine arbeitsmittelspezifische Instruktion im Betrieb erforderlich. Ausbildungen müssen mit einem schriftlichen Ausbildungsnachweis dokumentiert werden.

## Instruktionsnachweis

Regel 6: Wir bedienen Arbeitsmittel nur, wenn wir dafür ausgebildet oder instruiert sind.

### Instruktion durchgeführt

---

Instruktor/Instruktorin:

.....

Instruierte Mitarbeitende:

Datum

Name, Vorname

Unterschrift

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

### Einhalten der Regel kontrolliert

---

Datum

Kontrolle durch

Feststellungen, Massnahmen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

# Regel 7

Wir tragen die Persönliche  
Schutzausrüstung.



Film zur  
Regel



## Regel 7

### Wir tragen die Persönliche Schutzausrüstung.

**Arbeitnehmer:** Ich trage die erforderliche Persönliche Schutzausrüstung.

**Vorgesetzter:** Ich stelle sicher, dass die Mitarbeitenden die Persönliche Schutzausrüstung erhalten, diese tragen und für deren Unterhalt sorgen. Ich selber trage sie ebenfalls.

## Informationen und Tipps zur Instruktion

Überlegen Sie sich vor der Instruktion, welche Persönliche Schutzausrüstung (PSA) die Mitarbeitenden für die Tätigkeiten in verschiedenen Arbeitsbereichen benötigen. Angaben zur notwendigen PSA finden Sie auch in den Bedienungsanleitungen von Maschinen und Geräten.

### Individuelle PSA

Alle Mitarbeitenden sollen ihre eigene, für sie persönlich bestimmte Schutzausrüstung benützen und dazu Sorge tragen (eigener Schutzhelm, eigene Schutzbrille, eigene Handschuhe usw.).

Sprechen Sie über die Gefährdungen und die Gründe, warum die PSA zu tragen ist. Motivieren und überzeugen Sie die Mitarbeitenden: Mit der PSA schützen sie sich in erster Linie selbst.

### Sicherheitsschuhtragepflicht

Besteht die Gefahr einer erheblichen Fussverletzung durch herunterfallende, rollende, am Boden liegende spitze oder scharfkantige Gegenstände, müssen Sicherheitsschuhe getragen werden. Dies gilt insbesondere:

- im Umfeld von Flurförderzeugen (Staplern, Hubwagen etc.), Kranen und Baumaschinen
- beim manuellen Bewegen von erheblichen Lasten (z. B. Umzug mit schweren Möbeln)
- auf Baustellen und Recyclinghöfen

### Machen Sie sich sichtbar mit Warnkleidern

- In Bereichen mit Fahrzeugverkehr
- Im Umfeld von Staplern und Baumaschinen
- Im Bereich von öffentlichen Strassen

Im Bereich von öffentlichen Strassen müssen, abhängig von der Aufenthaltsdauer, der zugelassenen Höchstgeschwindigkeit und den Sichtverhältnissen, Warnkleider der Klasse 2 oder 3 getragen werden. Siehe Factsheet «Warnkleider für das Arbeiten im Bereich von öffentlichen Strassen», [www.suva.ch/33076.d](http://www.suva.ch/33076.d)

### Schutzhelm

Wenn Personen bei ihrer Arbeit durch herunterfallende Gegenstände gefährdet werden können, müssen sie einen Schutzhelm tragen. Dies gilt insbesondere auf Baustellen und im Umfeld von Baustellenkranen, Lastwagenladekranen und Baumaschinen.

### Ersatz und Instandhaltung

Defekte, abgenutzte oder unhygienische PSA ist umgehend zu ersetzen. Geben Sie die für die PSA zuständige Ansprechperson bekannt.

- Achten Sie vor allem zu Beginn der kalten Jahreszeit auf ausreichendes Schuhprofil.
- PSA gegen Absturz (Auffanggurt, Verbindungsmittel, Höhensicherungsgerät etc.) sind nachweislich von einer Fachperson (z. B. Lieferant) nach Herstellerangaben zu kontrollieren und instand zu halten. In der Regel hat dies jährlich zu erfolgen.

### Kontrolle

Machen Sie Ihren Mitarbeitenden klar, dass Sie das Tragen und den Zustand der PSA regelmässig kontrollieren. Erklären Sie, dass Sie die PSA-Tragepflicht durchsetzen und informieren Sie auch über die Konsequenzen bei Verstössen dagegen.

**Weitere Informationen:** [www.suva.ch/psa](http://www.suva.ch/psa)



1 Warnkleider



2 Sicherheitsschuhe



3 Schutzhelm



4 Handschuhe



5 Schutzbrille





## Gesetzliche Grundlagen

### Verordnung über die Verhütung von Unfällen und Berufskrankheiten (VUV)

#### Art. 6.1:

«Der Arbeitgeber sorgt dafür, dass alle in seinem Betrieb beschäftigten Arbeitnehmer, einschliesslich der dort tätigen Arbeitnehmer eines anderen Betriebes, über die bei ihren Tätigkeiten auftretenden Gefahren informiert und über die Massnahmen zu deren Verhütung angeleitet werden. Diese Information und Anleitung haben im Zeitpunkt des Stellenantritts und bei jeder wesentlichen Änderung der Arbeitsbedingungen zu erfolgen und sind nötigenfalls zu wiederholen.»

#### Art. 6.4:

«Die Information und die Anleitung müssen während der Arbeitszeit erfolgen und dürfen nicht zu Lasten der Arbeitnehmer gehen.»

#### Art. 11.1:

«Der Arbeitnehmer muss die Weisungen des Arbeitgebers in Bezug auf die Arbeitssicherheit befolgen und die allgemein anerkannten Sicherheitsregeln berücksichtigen. Er muss insbesondere die PSA benützen und darf die Wirksamkeit der Schutzeinrichtungen nicht beeinträchtigen.»

#### Art. 11.2:

«Stellt ein Arbeitnehmer Mängel fest, welche die Arbeitssicherheit beeinträchtigen, so muss er sie sogleich beseitigen. Ist er dazu nicht befugt oder nicht in der Lage, so muss er den Mangel unverzüglich dem Arbeitgeber melden.»

#### Art. 41.1:

«Gegenstände und Materialien müssen so transportiert und gelagert werden, dass sie nicht in gefahrbringender Weise umstürzen, herabstürzen oder abrutschen können.»

## Dokumentation

In der EKAS-Richtlinie 6508 wird die Dokumentation der Mitarbeiterausbildung verlangt. Dokumentieren Sie die durchgeführten Instruktionen entweder auf den Beilageblättern «Instruktionsnachweis» oder in Ihrem betrieblichen Instruktionsnachweis-Dokument.

**Suva**

Postfach, 6002 Luzern

**Auskünfte**

Bereich Gewerbe und Industrie

Tel. 058 411 12 12

kundendienst@suva.ch

**Bestellungen**

[www.suva.ch/88827.d](http://www.suva.ch/88827.d)

**Titel**

Sieben lebenswichtige Regeln

für den Strassentransport.

Instruktionshilfe

Gedruckt in der Schweiz

Abdruck – ausser für kommerzielle

Nutzung – mit Quellenangabe gestattet.

Erstausgabe: April 2014

Überarbeitete Ausgabe: Januar 2022

**Publikationsnummer**

88827.d



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

Finanziert durch die EKAS  
[www.ekas.ch](http://www.ekas.ch)

## Das Modell Suva Die vier Grundpfeiler



Die Suva ist mehr als eine Versicherung; sie vereint Prävention, Versicherung und Rehabilitation.



Gewinne gibt die Suva in Form von tieferen Prämien an die Versicherten zurück.



Die Suva wird von den Sozialpartnern geführt. Die ausgewogene Zusammensetzung des Suva-Rats aus Vertreterinnen und Vertretern von Arbeitgeberverbänden, Arbeitnehmerverbänden und des Bundes ermöglicht breit abgestützte, tragfähige Lösungen.



Die Suva ist selbsttragend; sie erhält keine öffentlichen Gelder.