

benefit

Vorausschauen

Wer frühzeitig plant, spart später wertvolle Zeit ein. Denn sicheres Arbeiten kostet nur wenig Aufwand.

→ Seite 4

////////////////

Profitieren

Stabile Prämien und zurückbezahlte Reserven: CEO Felix Weber erklärt, wie die Suva den Werkplatz Schweiz entlastet.

→ Seite 10

////////////////

Motivieren

Sebastian Tobler sitzt seit einem Unfall im Rollstuhl. Auch wenn er damit hadert: Er schafft es, andere zu begeistern.

→ Seite 20

////////////////



suva

Mehr als eine Versicherung



Nehmen Sie sich Zeit

Liebe Leserin, lieber Leser

Jede und jeder von uns kennt das Gefühl: Plötzlich hat man ein Blackout und weiss nicht mehr, was hinten und was vorne ist. Beim Kartenspiel, bei einer Präsentation im Büro oder wenn man im Laden nicht mehr weiss, was zu Hause im Kühlschrank fehlt. Gefährlich wird ein Blackout aber dann, wenn es um die Sicherheit von sich und anderen geht.

Werner Witschi hatte einen solchen Moment. Er sorgte sich für einmal zu wenig um sicheres Arbeiten und fiel sechs Meter in die Tiefe. Heute lebt er im Rollstuhl. Derweil sorgt die Firma Losinger-Marazzi mit vollem Engagement dafür, dass gefährliche Momente möglichst gar nicht erst entstehen können. Der Unfallfallte und der Betrieb haben nichts miteinander zu tun. Aber sie verdeutlichen beide, wie wichtig es ist, sich stets die nötige Zeit für Sicherheit zu nehmen (ab Seite 4) – damit Blackouts möglichst ausbleiben. Natürlich nicht nur am Arbeitsplatz, sondern auch in der Freizeit.

Herzlich

Pascal Mathis
Chefredaktor «benefit»





STORY

04 Sich Zeit nehmen und Leid ersparen

Sicher arbeiten kostet keine Zeit. Denn wenige Minuten verhindern oft, während Wochen oder Monaten verletzt auszufallen. Zwei eindrückliche Beispiele aus dem Alltag.

FOKUS

10 «Wir entlasten den Werkplatz Schweiz»

Die Suva zahlt Ausgleichsreserven an ihre Kunden zurück, streicht einen Prämienzuschlag und 2017 bleibt das Prämienniveau stabil. CEO Felix Weber erklärt im Interview, warum.

AKTUELL

12 Chefs sorgen für fitte Mitarbeitende

13 Effizientere Buchhaltung dank Swisdec

13 Was Sie über Leitern wissen müssen

14 Weniger Gewaltdelikte in der Schweiz

14 Kritische Heilverläufe: zügig handeln

14 Konsequent bleiben für sichere Lehrzeit

14 Über vergiftete Käseschnitten und mehr

15 Am Anfang war der Finger

16 WETTBEWERB

17 VORBILDICH INSTRUIEREN

18 BRAVO // AM RAND

Lieber zwei Minuten täglich, als jedes Jahr zwei Tage lang: Sich regelmässig um den Zustand seiner persönlichen Schutzausrüstung zu kümmern, rettet Leben und spart Geld.

20 PERSÖNLICH

22 SERVICE

Sich Zeit nehmen und Leid ersparen

Oft reichen wenige Minuten Vorbereitung, um einen Unfall zu vermeiden. Ein Ingenieur nahm sich die Zeit nicht und verunfallte schwer. Ein Bauunternehmen nimmt sich diese Zeit konsequent und hat Erfolg damit. Zwei Beispiele aus der Arbeitswelt. Text: Pascal Mathis, Nadia Gendre // Bilder: Beat Brechbühl

Bis Sie diesen Artikel zu Ende gelesen haben, ist es schon wieder passiert. Irgendwo in der Schweiz – und zwar nicht nur einmal, sondern sechs, sieben oder sogar acht Mal. Die Rede ist von Arbeitsunfällen. 250 000 solcher Unfälle passieren jedes Jahr. Das sind pro Arbeitsstunde rund 100, oder etwa alle 40 Sekunden einer. Die Folgen reichen von einfachen Blessuren über Verstauchungen, Knochenbrüche bis zu schwerwiegenden Verletzungen oder gar Todesfällen.

Egal, ob eine Arbeit gefährlich ist oder als ungefährlich gilt: In vielen Fällen gäbe es weniger Unfälle oder zumindest weniger schwere Folgen, wenn Sicherheitsregeln konsequent eingehalten würden. Etwa, indem beim Verletzen einer lebenswichtigen Regel (siehe Box auf Seite 6) konsequent Stopp gesagt, die Gefahr behoben und erst dann weitergearbeitet wird. So kann jede und jeder Einzelne menschliches Leid verhindern – nicht nur für Unfallopfer, sondern auch für Angehörige und Arbeitskollegen.

Ein häufiger Grund von Unfällen ist die Zeit. Oft denkt man an die paar Minuten, die man vielleicht durch Improvisieren einspart. Und schon wird man nachlässig, wenn es um das Einhalten von Sicherheitsregeln geht. Ein grosser Trugschluss. Denn das Einhalten lebenswichtiger

Regeln bedeutet keinen Aufwand im Vergleich zu der Zeit, die man nach einem Unfall benötigt, um wieder gesund zu werden. Ein paar Minuten früher mit der Arbeit fertig zu sein, ist zwar verlockend. Aber wer nach einem Unfall während Wochen oder Monaten ausfällt und Verletzungen auskurieren muss, hat nichts gespart. Im Gegenteil. Darum ist es absolute Pflicht, stets die lebenswichtigen Regeln einzuhalten. Dazu gehört etwa, die persönliche Schutzausrüstung zu tragen, sichere Zugänge beispielsweise auf Baustellen zu schaffen oder Gerüste, die gegen Absturz schützen, täglich zu überprüfen.

Zwei Beispiele aus der Praxis

«benefit» zeigt zwei Fälle, wie sie in der Schweiz immer wieder vorkommen: einerseits einen Mann, der für einen kurzen Moment eine lebenswichtige Regel ausser Acht gelassen hat und darum schwer verunfallt ist. Und einen Betrieb, der vorbildlich dafür sorgt, dass auf seinen Baustellen möglichst wenig Unfälle geschehen. Sowohl Verunfallter als auch Betrieb engagieren sich stark dafür, dass künftig hoffentlich nicht mehr alle 40 Sekunden ein Arbeitsunfall passiert.

2h

Kontakte knüpfen und
Netzwerk pflegen



Im Geschäftsalltag nehmen wir
uns jede Woche für vieles wie
selbstverständlich Zeit.
Auch für die Sicherheit?



16h

diverse administrative
Arbeiten

8h

Offerten erstellen



Ein Mutmacher trotz seines Unfalls

«Und am Tag danach bin ich im Spital erwacht. Da hat mir jemand gesagt, was ich habe.» Werner Witschi erzählt ruhig und ohne Emotionen von seinem Unfall. Dabei ist sein Leben seither ein komplett anderes. Was war geschehen?

Witschi stand auf dem Dach einer Sägerei in Beckenried NW, so wie er es als Spezialist für Photovoltaik-Anlagen schon zigmal gemacht hatte. Zusammen mit den Inhabern des Betriebs besprach er, wie man das Projekt mit Solarzellen weiter vorantreiben wollte. Pikanterweise ging es auch darum, wo Sicherheitsnetze und Geländer aufgestellt werden sollten. «Ich wusste eigentlich ganz genau, wo man hinstehen darf und wo nicht», sagt Witschi. «Wir haben miteinander gesprochen, ich machte unbewusst einen Schritt zurück und dann passierte es halt.» Der damals 54-Jährige fiel hin und durch eine Plexiglasplatte rund sechs Meter in die Tiefe ins Innere der Sägerei. Werner Witschi brach sich den 12. Brustwirbel. Sollte er überleben, würde er sicher gelähmt bleiben, das wussten die Ärzte von Anfang an. Witschi überlebte und kam für neun Monate ins Paraplegiker-Zentrum nach Nottwil.

Regeln auch für Ihre Branche

Bei Gefahr Stopp sagen, Gefahr beheben und erst dann weiterarbeiten. Dies ist auf einen Nenner gebracht die Kernaussage der «Lebenswichtigen Regeln». Wenn es gefährlich wird, gilt es die Arbeit zu unterbrechen und sich keinen unnötigen Gefahren auszusetzen – ohne Wenn und Aber.

Für rund 20 verschiedene Branchen und Tätigkeitsfelder gibt es lebenswichtige Regeln. Zusammen mit Online-Lernprogrammen können so Arbeitgeber und Arbeitnehmer sicheres Arbeiten lernen oder schulen. Finden Sie die Regeln für Ihre Branche unter: www.suva.ch/regeln. // mpf

Das berühmte Loch? Fehlanzeige.

«Ja, ich kenne die lebenswichtigen Regeln der Suva», sagt Werner Witschi. «Aber in diesem Moment habe ich eine davon zu wenig beachtet.» Er hätte ein paar Minuten investieren und sich angurten sollen, auch wenn es damals auf dem Dach noch keine richtigen Vorkehrungen dafür gab.

Werner Witschi überlebte nicht nur seinen Unfall, er hat auch das Glück, gut damit umgehen zu können. Keinen Moment habe er mit seinem Schicksal gehadert. «Ich kann's gut so nehmen, wie es ist. Und ich definiere mich nicht über meine Beine», sagt Witschi ganz selbstverständlich. Das berühmte Loch kam nie, die Frage danach sei aber verständlich. Mehr Mühe hätten am Anfang seine Frau und seine Töchter gehabt.

Witschi nennt drei Gründe, warum er das Leben im Rollstuhl so annimmt, wie es kommt. Erstens: Die Familienplanung war abgeschlossen und die beiden Töchter «aus dem Gröbsten heraus». Zweitens: Das Haus, in dem Witschis im bernischen Kernenried wohnen, konnte rollstuhltauglich umgebaut werden. Und drittens? «Ich war immer voller Zuversicht, wieder einen Job zu finden.» Schon kurz nach dem Unfall kam die Anfrage eines Metallbauers im Dorf, ob er ihm aushelfen könne. Heute kümmert sich Witschi dort um Offerten, Rechnungen und Planungsarbeiten.

«Mithelfen, einige Unfälle zu verhindern»

In seiner Freizeit widmet sich Werner Witschi einem Projekt der ETH Zürich. Es hilft mit, ein Exoskelett weiterzuentwickeln. Mit solchen Stützstrukturen sollen Querschnittgelähmte, wie er einer ist, künftig wieder gehen können. Mit ausgeklügelter Elektronik steuert und unterstützt der Prototyp die fehlende Kraft, beispielsweise im Unterkörper. «Es ist beeindruckend, in einem solchen Skelett wieder aufstehen zu können», lacht Witschi mit leuchtenden Augen.

Mit seiner Motivation und gewinnenden Art ist Witschi ein Vorbild für Leute mit ähnlichen Unfällen. «Ich bin wohl eine Art Mutmacher», sagt Witschi. Gleichzeitig ist er sich bewusst, dass er wie kaum ein anderer Wirkung erzielen kann. «Es ist wirklich ernst auf den Dächern. Diese Botschaft glaubt man mir wohl am ehesten», sagt Witschi bestimmt. Und wer weiss, «vielleicht kann ich ja mit meinem Auftreten mithelfen, den einen oder anderen Unfall zu verhindern». // mpf



Die Lebensfreude hat er nicht verloren: Werner Witschi im Kreise seiner Kollegen.

Planung



Organisation



Durchführung

**Gut geplant und organisiert:
Das dient letztlich auch
der Sicherheit.**

«Dank Weitsicht verlieren wir keine Zeit»

Die Losinger Marazzi AG zählt in der Schweiz zu den führenden Total- und Generalunternehmen in der Baubranche. Die Firma, vielerorts bekannt für das morgendliche Aufwärmen mit ihren Mitarbeitern, hebt sich sowohl durch ihre Leistung ab als auch durch die geringe Anzahl der Arbeitsunfälle mit und ohne Arbeitsausfall.

2007 setzt die Losinger Marazzi AG ihre Strategie fest: «Sicherheit» wird zum obersten Gebot. Drei Jahre später kann man stolz sein, das Ziel ist erreicht: nicht einen Unfall mit Arbeitsausfall. Zu diesem Resultat verhalten klare Richtlinien seitens der Direktion, angemessene Strenge, schriftliche Anweisungen, festgelegte Regeln wie «Die Unumgänglichen», angeschafftes Sicherheitsmaterial oder ständiger Austausch mit allen Baustellenbeteiligten. «Unser Unternehmen hat die Mittel bereitgestellt, das Ziel zu erreichen», fasst es Thierry Lamure, Oberpolier auf der Baustelle in Monthey VS, passend zusammen.

Stressabbau durch Dialog

Die Ausführung eines Projekts erfolgt bei der Losinger Marazzi AG in drei Phasen: Vorbereitung, Organisation und Durchführung. Thierry Lamure ist bereits bei der Planung mit dem Bauingenieur dabei. Das Bauwerk wird dabei in Mauern und Betonböden «zerteilt». Für jedes einzelne Teil entscheidet der Polier über die Werkstoffe, die es dazu braucht. Und er organisiert und überwacht deren rechtzeitige Anlieferung auf die Baustelle. Während der Durchführung der Arbeiten ist der Polier der Dirigent: Er leitet die Morgenbesprechung mit den Teamleitern. «Diese nach nichts aussehenden 15 Minuten sparen eine Menge Zeit», sagt Lamure. Das Team kann den Fortschritt der Bauarbeiten sehen und gemeinsam entscheiden, wem beispielsweise als erster der Kran zusteht. «Früher ging es jeweils hoch her bei der Zuteilung des Krans...», bemerkt Thierry Lamure mit einem Lächeln.

Das Unerwartete verhindern

Der Polier ist auch für die Anleitung in den verschiedenen Tätigkeitsbereichen zuständig. Sein Ziel: mit den Arbeitern jeden Handgriff und jede einzelne Sicherheitsmassnahme wiederholen sowie kontrollieren, ob das notwendige Material zur Verfügung steht. «Diese Anleitung zeigt uns, wo es langgehen soll», bestätigt Giresse Kubiena, der als Maurer bei der Losinger Marazzi AG arbeitet. «Für manchen kann das langweilig erscheinen. Aber uns

veranschaulicht es das Endprodukt und vermeidet so manch unangenehme Überraschung. Wenn man genau weiss, was zu tun ist, gewinnt man Zeit.»

Der junge Mann sagt von sich selber, ein «Losinger-Marazzi-Produkt» zu sein, da er bereits seine Lehre in diesem Unternehmen abgeschlossen hat. «Hier sind bereits 80 Prozent der Arbeit organisiert, bevor wir überhaupt anfangen. Alles Wichtige ist vorausschauend geplant. Der Zeitgewinn ist riesig!» Hinzu kommt, dass die Baustellen durch die durchdachte Organisation immer gut aufgeräumt und gesichert sind. Auf jeder Baustelle gibt es einen eigenen, von einer bestimmten Person verwalteten Bereich für die Materiallagerung. Jeder Maurer verfügt über seinen eigenen Werkzeugkasten an seinem Arbeitsplatz. «Dadurch müssen wir nicht ans andere Ende der Baustelle laufen, um unser Werkzeug zu holen, und reduzieren somit die Unfallgefahr», sagt ein Maurer.

Das Verbot, auf der Baustelle unnötige Wege zu laufen, ist eine der Grundregeln des Unternehmens. Dadurch wird mit Sicherheit so mancher Sturz oder Unfall vermieden. Und überhaupt, warum laufen? Denn, wie sagt so schön Giresse Kubiena: «Dank Weitsicht verlieren wir keine Zeit...» // gnc

→ www.suva.ch/regeln

Das ist die Sicherheits-Charta

Keine Arbeit ist so wichtig, dass man dafür sein Leben riskiert. Darum hat die Suva zusammen mit Arbeitgeberverbänden, Planern und Gewerkschaften die Sicherheits-Charta initiiert. Die Unterzeichner der Charta setzen sich dafür ein, dass am Arbeitsplatz die Sicherheitsregeln eingehalten werden. Denn: Arbeiten darf nicht lebensgefährlich sein.

Ist Ihr Betrieb schon Charta-Mitglied? Toll!
Falls nicht: Informieren Sie sich und unterzeichnen Sie die Charta unter www.sicherheits-charta.ch

«Wir entlasten den Werkplatz Schweiz»

Trotz schwierigem Umfeld blickt die Suva auf ein erfolgreiches Geschäftsjahr 2015 zurück. Felix Weber, der Vorsitzende der Geschäftsleitung, erklärt im Interview, welche Herausforderungen künftig auf den grössten Schweizer Unfallversicherer zukommen. Und warum die Prämien nächstes Jahr dennoch stabil bleiben.



Mit «vielen Puzzleteilchen» die Prämien tief halten: Suva-CEO Felix Weber. // Photopress

Felix Weber, Sie sind seit Anfang Jahr Vorsitzender der Geschäftsleitung. Wie fit ist «Ihre» Suva?

Dem Unternehmen geht es gut. Aber es ist wie im Sport: Es braucht nur schon Training und Anstrengungen, um auf dem aktuellen Niveau zu bleiben. Und wir müssen noch «fitter» werden, das Potenzial dazu ist vorhanden.

Im Jahr 2015 erwirtschaftete die Suva weniger Überschuss als in den Jahren zuvor. Warum?

Den Hauptunterschied macht die Performance auf den Kapitalanlagen aus. 2014 verzeichneten wir 7 Prozent, zuletzt noch 1,2 Prozent. Das ist im Vergleich mit den Pensionskassen-Indices immer noch ein sehr gutes Ergebnis. Bei den anderen Rechnungen stehen wir ähnlich da wie in den Vorjahren, etwa bei der Risikorechnung, die positiv abschliesst. Man darf nicht vergessen: Mit einem Deckungsgrad von 133,6 Prozent ist die Suva weiterhin sehr solide finanziert. Darum macht es auch Sinn, Reserven zurückzuzahlen und den Prämienzuschlag zur Finanzierung des Teuerungsausgleichs auszusetzen. Wir entlasten damit den Werkplatz Schweiz enorm.

Vielfach herrscht die Meinung, die Suva sei teuer und reguliere zu viel. Was entgegnen Sie solchen kritischen Stimmen?

Man muss sehen: Wir versichern Betriebe aus dem produzierenden Sektor, und die haben halt ein hohes Risiko für Unfälle und Berufskrankheiten. Darum sind die Aufwände auch grösser als in anderen Branchen.

Auch der Vorwurf, die Suva sei träge und ruhe sich auf ihrem Teilmonopol aus, hält sich hartnäckig.

Es stimmt einfach nicht, dass sich die Suva ausruht: Schauen Sie mal, wie viele Innovationen von uns kommen, von denen dann übrigens auch andere Versicherer profitieren: beispielsweise die elektronische Lohnmeldung oder unser technisches Know-how bei der Heilkostenkontrolle. Gerade die Digitalisierung ist weit oben auf unserer Prioritätenliste. Aber auch dort haben wir sicherlich noch Potenzial. Und zu guter Letzt: Die Suva gibt Gewinn stets an die Versicherten zurück, denn wir müssen keine Aktionäre bedienen.

Die Kosten im Gesundheitswesen nehmen zu und die Aussichten im Anlagemarkt sind wie erwähnt schwierig. Steigen früher oder später die Prämien?

Wir setzen uns dafür ein, dass der 2. Sektor möglichst tiefe Lohnnebenkosten hat. Und im Moment sind Prämien und Risikokosten im Gleichgewicht. Das heisst, 2017 bleiben die Prämien stabil. Die Heilkosten steigen zwar moderat, aber stetig. Wenn diese Entwicklung so weitergeht, könnten die Prämien irgendwann zum Thema werden. Aber eben: Wir setzen alles daran, dass es nicht so weit kommt.

«Die Suva ist weiterhin sehr solide finanziert.»

Was macht denn die Suva konkret für tiefe Prämien?

Alles, was das Modell Suva ausmacht – , also Prävention, Versicherung und Rehabilitation – dient diesem Ziel. Die Suva setzt zum Beispiel auf die «Vision 250 Leben» und hat deshalb die Sicherheits-Charta initiiert und veröffentlicht für verschiedene Tätigkeiten und Branchen lebenswichtige Regeln. Auch die Missbrauchsbekämpfung hilft mit oder Big-Data-Analysen, dank deren wir jährlich rund 200 Millionen Franken unberechtigter Forderungen zurückweisen. Es sind viele Puzzleteilchen, die dazu beitragen, dass wir die Prämien möglichst tief halten können.

Hand aufs Herz: Wie oft haben Sie als CEO der Suva noch direkten Kundenkontakt?

Viel. Bei grossen Kunden bin ich direkt involviert und treffe diese regelmässig, aber auch mit Verbänden tausche ich mich häufig aus. Und dann gibt es natürlich auch den Kontakt zu den Verwaltungsräten der Suva; diese repräsentieren ja alle unsere Kunden. Ich erhalte aber auch direkt Zuschriften von grösseren und kleineren Kunden, zum Beispiel von solchen, die verärgert sind. Für diese bin ich dann wie das Eingangstor zur Suva.

Sind Sie in Ihrem neuen Amt auch überrascht worden?

Eigentlich nicht. Ich bin seit 7 Jahren in der Geschäftsleitung der Suva und wusste in etwa, was auf mich zukommt. Aber die Arbeitstage wurden etwas länger (lacht). Da gilt es effizient zu arbeiten und auf die vielen guten Mitarbeitenden zu vertrauen. Wichtig sind auch «Inseln», die ich einplane, damit genügend Zeit für die Familie bleibt.

Sie repräsentieren die Suva gegen aussen. Werden Sie nun speziell beobachtet, ob Sie einen Skihelm tragen oder sich an einem Treppengeländer festhalten?

Das kann sein, aber mein Verhalten hat das nicht beeinflusst. Beim Skifahren trage ich sicher schon seit 20 Jahren einen Helm, und auf dem Velo auch. Klar, ich habe eine Vorbildfunktion. Aber ich habe Präventionsmassnahmen bereits vor meiner Zeit bei der Suva für absolut sinnvoll gehalten. // mpf

Stabile Prämien im Jahr 2017

Das Prämienniveau bei der Suva bleibt im kommenden Jahr stabil. Diese erfreuliche Nachricht ist im Zentrum der diesjährigen Bilanzmedienkonferenz des grössten Schweizer Unfallversicherers gestanden. Im vergangenen Jahr realisierte die Suva einen Überschuss von 27 Millionen Franken. Mit den 48 Millionen Franken an Ausgleichsreserven, welche sie an ihre Kunden zurückzahlt, ergibt dies ein negatives Betriebsergebnis von 21 Millionen Franken. Dies sei Ausdruck des Gleichgewichts von Prämien und Risiko, wie die Suva-Spitze an der Bilanzmedienkonferenz feststellte.

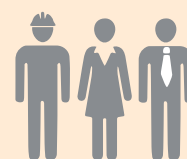
Zudem setzt die Suva ab diesem Jahr den Prämienzuschlag zur Finanzierung des Teuerungsausgleichs aus. Das entlastet die Versicherten – und damit den Werkplatz Schweiz – jährlich um rund 200 Millionen Franken. // mpf

→ www.suva.ch/bmk



127 000

versicherte Unternehmen



1 975 000

versicherte Personen



27,0 Mio. CHF

Betriebsergebnis 2015 vor
Abbau Ausgleichsreserve



4,2 Mrd. CHF

Versicherungsleistungen

Chefs sorgen für fitte Mitarbeitende

Wie viel wir leisten können, steht oft in engem Zusammenhang mit unserer körperlichen Verfassung. Auch Bewegung, Ernährung und Erholung spielen eine wichtige Rolle. Dies gilt nicht nur für Angestellte, sondern auch für Manager. In der Westschweiz tauschten einige einen Tag lang ihren Anzug gegen ein Sporttüt ein.

Herbert Beuchat ist Finanzdirektor bei Manpower Schweiz. Vergangenen Frühling stand er für einmal nicht auf, um ins Büro zu gehen. Er traf sich stattdessen mit 20 anderen Führungspersonen von Unternehmen wie Nestlé, Richemont, Swatch und Rolex in Sion. Sie alle waren in die Clinique romande de réadaptation (CRR) eingeladen, um einen Tag lang Anzug und Krawatte gegen Jogginghose und Turnschuhe einzutauschen. In der CRR konnten sie ihre körperliche Verfassung

testen und sich in Sachen Gesundheit beraten lassen. Denn der Erhalt der Gesundheit ist ein zentrales Anliegen der Suva. Durch diese Initiative sollen die Teilnehmer dazu ermutigt werden, die guten Praktiken mit in ihre Firmen zurückzunehmen. Zuvor war beispielsweise die Migros Valais mit ihrem Programm «Gesundheit in der Firma» den Ratschlägen gefolgt und hat eine Reduktion der Absenzen im Betrieb um stolze 20 Prozent erreicht.

Auswirkungen des Sports aufs Leben

Sport spielt eine wichtige Rolle für unsere Gesundheit. Zahlreiche Studien belegen, dass bereits zehn Minuten Bewegung pro Tag das Sterberisiko um 10 Prozent reduzieren. Körperliche Betätigung hat aber noch weitere positive Auswirkungen: «höhere Konzentration, besseres Stressmanagement, einen guten Stoffwechsel, der schneller Fett verbrennt, und – im Falle eines Unfalls – bessere Heilung», unterstreicht Dr. Pierre-Etienne Fournier, Leiter der Abteilung Sportmedizin in der CRR.



Workshops zum Schwitzen

Herbert Beuchat hat in Sion an verschiedenen sportlichen Aktivitäten teilgenommen: immer fester in die Pedale treten, um seine Ausdauer zu testen, Übungen zur Rumpfstabilisation, Kräftigung oder Koordination. «Dieser Tag war grossartig und einleuchtend. Ich kenne jetzt meine Schwachstelle: die Bewegungskoordination», lächelt der Finanzdirektor. «Ich nehme einige gute Übungen mit, um sie zu Hause zu machen.»

Bewegung ist wichtig, gerade in modernen Unternehmen mit stundenlangen Sitzungen. Sie ist ebenso wichtig für das gute Funktionieren unseres Gehirns wie Erholung und Pausen. Eine kleine Pause fürs «Zvieri», etwas Obst, fünf oder sechs Mandeln und ein Stück schwarze Schokolade, um bis zum Abendessen durchzuhalten, wirken oft schon Wunder.

«Damit ein solches Vorbeugungsprogramm wirksam ist, muss es von der Direktion angeregt und gefördert werden», fasst Edouard Currat, Leiter des Departments Gesundheitsschutz bei der Suva, zusammen. «Es ist toll, dass immer mehr Unternehmen Massnahmen zur Verbesserung der Gesundheit ihrer Mitarbeiter vorschlagen.» // gnc

Sein Strampeln soll auch seinen Mitarbeitenden nützen: Herbert Beuchat. // Arnaud Delhez

So sparen Sie Zeit bei Ihrer Buchhaltung



Wer kennt das nicht? Im eigenen Betrieb möchte man am liebsten immer Vollgas geben, doch administrative Arbeiten bremsen einen immer wieder aus. Tatsächlich hält die Buchhaltung viele Klein- und Mittelbetriebe oft stark vom Wesentlichen ab. Mit einer elektronischen Lohnbuchhaltung mit Swissdec-Zertifikat reduzieren sich diese Aufwände aber auf ein Minimum. Das Ausfüllen verschiedener Formulare fällt weg. Und mit nur einem Knopfdruck werden Lohn-daten einfach, schnell und sicher an Versicherer und Behörden – z.B. die Suva oder die AHV – übermittelt.

Das bernische Traditionsunternehmen Kambly setzt seit Längerem Swissdec-zertifizierte Software ein. Bereits seit 2009 übermittelt der Feingebäck-Hersteller aus Trubschachen mit einem

solchen Lohnprogramm. «Die Lohnmeldungen des Jahres 2015 für die AHV und die Suva erledigten wir am 31. Dezember mit einem Mausklick», erklärt Michael Aebi, Verantwortlicher für die Lohnbuchhaltung bei Kambly. Während dieser Schritt früher mehrere Tage dauerte, sei dies heute in wenigen Minuten erledigt. «Und keine zwei Wochen später haben wir jeweils schon alle definitiven Prämienabschlussrechnungen im Haus», stellt Aebi zufrieden fest. «Einfacher geht es wirklich nicht mehr.»

Informieren Sie sich noch heute über die Vorteile von Swissdec, um bereits beim nächsten Jahresabschluss Zeit und damit wichtige Ressourcen zu sparen. // mpf

→ www.swissdec.ch

Das müssen Sie über Leitern wissen

Tragbare Leitern sind praktische Arbeitsmittel: meist schnell zur Hand und einfach aufgestellt. Aber sie sind oft nicht das sicherste Arbeitsmittel. Dauern die Arbeiten länger, beträgt die Absturzhöhe mehr als drei Meter ab Standfläche, ist die Leiter mangelhaft oder wird sie falsch eingesetzt, kann es gefährlich werden.

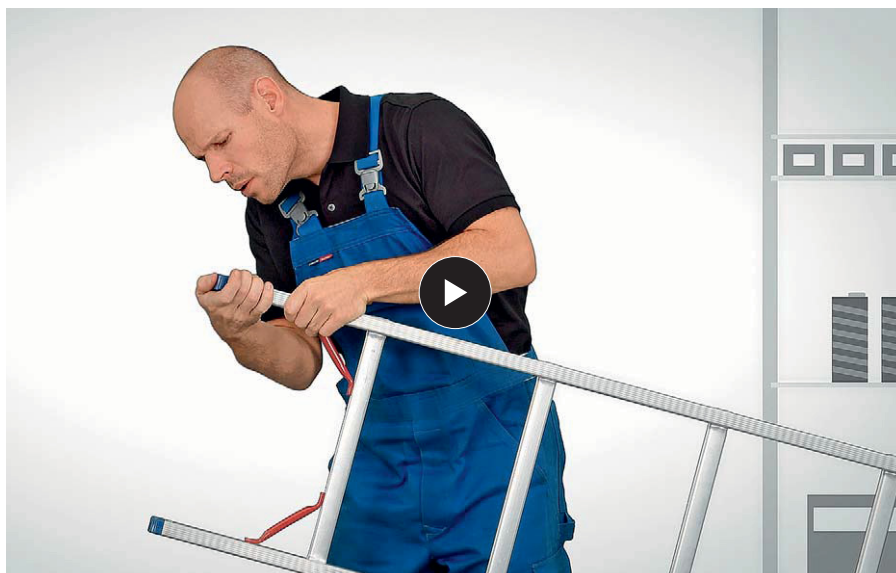
Welches Arbeitsmittel ist geeignet?

Um Unfälle mit Bock- und Anstellleitern zu verhindern, hilft ein neuer Film und zeigt anschaulich, worauf es ankommt. Schon einfache Überlegungen helfen, gefährliche Situationen zu vermeiden.

Überlegung 1: Ist die tragbare Leiter tatsächlich das richtige Arbeitsmittel? Wären nicht Podestleiter, Rollgerüst oder Hubarbeitsbühne geeigneter?

Überlegung 2: Welche tragbare Leiter wird eingesetzt?

Damit werden bereits die Weichen gestellt, ob die Arbeit mit der Leiter sicher ausgeführt werden kann oder ob die Benutzer zu hohe Risiken eingehen. Der Film «Willst du auf die Leiter? So geht's weiter!» thematisiert diese Überlegun-



gen. Er zeigt mit Beispielen aus dem Alltag, wie Bock- und Anstellleitern richtig eingesetzt werden – und er sensibilisiert für sicherere Alternativen.

Die Mitarbeitenden schulen

Interessierte können den Film bei einer Schulung einsetzen. Ein Faltprospekt mit

den wichtigsten Punkten eignet sich zum Abgeben an die Mitarbeitenden. Weiter steht ein Quiz zur Verfügung, das sich ideal als Lernkontrolle einsetzen lässt. // dkr

→ www.suva.ch/leitern

Weniger Gewaltdelikte in der Schweiz



Die jüngsten Auswertungen der Sammelstelle für die Statistik der Unfallversicherung UVG zeichnen ein erfreuliches Bild: Die Gewalt in der Schweiz nimmt ab. Zwar registrierten die Unfallversicherer nach wie vor doppelt so viele Gewaltfälle wie vor 20 Jahren. Seit 2008 ist die Zahl der Verletzten nach Gewaltdelikten nun aber um 20 Prozent gesunken. Der Rückgang ist fast ausschliesslich auf die jungen Männer im Alter von 15 bis 24 Jahren zurückzuführen. Bei ihnen gingen die Gewaltdelikte seit 2008 sogar um 40 Prozent zurück. Die vollständige Auswertung zum Thema gewaltbedingte Verletzungen der letzten 20 Jahre gibt es als Spezialkapitel in der aktuellen Unfallstatistik. // hga

→ www.unfallstatistik.ch

Schneller handeln bei kritischen Heilverläufen

Patienten mit schweren Knieverletzungen erhalten in der Regel ähnliche Therapien und Medikamente, zudem haben sie ähnliche Heilverläufe. Dies macht sich die Suva zunutze und verknüpft – nicht nur bei Knieblessuren – bekannte Verletzungsmuster mit den zu erwarteten Heilverläufen. So sieht sie bereits früh, ob sich die Kosten eines Unfalls schneller oder langsamer entwickeln als bei vergleichbaren Fällen.

«Weichen die Kosten stark von ähnlichen Fällen ab, kann es sein, dass der Patient falsch betreut wird», sagt Rolf Schmidiger, Strategiemanager der Suva. «Für uns ist es wichtig, dass unsere Versicherten von Beginn weg die optimale Betreuung erhalten. Wenn dies nicht der Fall ist, können wir dank dieses Systems bereits sehr früh Massnahmen ergreifen, um die Patienten schnell mit den richtigen Mitteln zu unterstützen.» Der Verunfallte werde so schneller gesund und die Suva habe die Kosten im Griff. Ab 2017 wird die Suva diese Fallprognosen automatisiert über alle Unfälle erstellen können. // hga



Lehrzeit: Konsequent bleiben – bis zum Schluss

Lernende haben ein klar höheres Risiko, zu verunfallen, als ausgebildete Berufsleute. Darum startete die Suva einst die Kampagne «Sichere Lehrzeit». Mit Erfolg: Ein Umfrage zeigt, dass die Lehrmittel der Kampagne beliebt sind und immer öfter mit den Lernenden besprochen werden; so ist der Lerneffekt besser. Jedoch: Lernende bewerten im 2. Lehrjahr die Vorbildrolle ihrer Chefs schlechter als zuvor. Auch die persönliche Schutzausrüstung wird weniger konsequent getragen. Dabei ist es zentral, Lernende während der ganzen Ausbildung konsequent auf sicheres Verhalten zu schulen. // mpf

→ www.suva.ch/lehrzeit

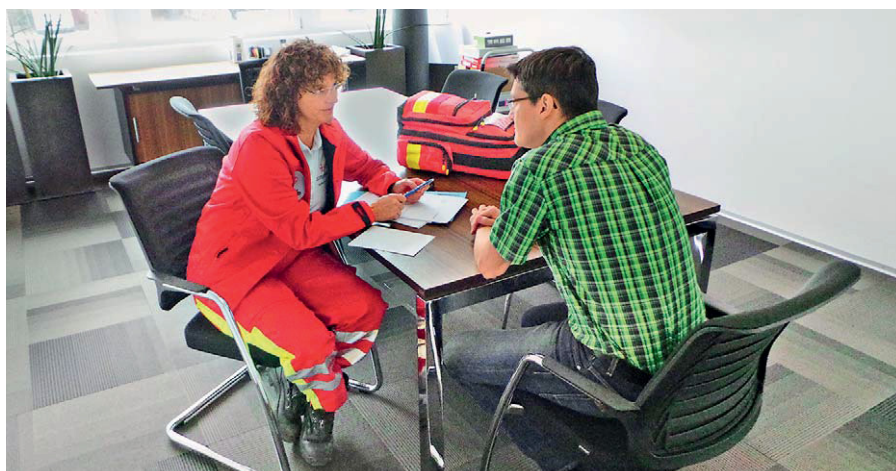
Vergiftete Käseschnitten

Die Militärversicherung (MV) verzeichnete 2015 knapp 30 000 Krankheitsfälle und gut 10 000 Unfälle. Das waren etwa gleich viele wie im Vorjahr, wie aus der aktuellen Statistik der MV hervorgeht. Den grössten Anteil machen die Milizsoldaten aus; auf ihr Konto gehen rund 16 000 Krankheitsfälle und 7 000 Unfälle. Insgesamt zahlte die MV 194 Millionen Franken an Versicherungsleistungen, 5 Millionen mehr als im Vorjahr. «Leicht steigende Fallzahlen, teure Einzelfälle und die generell höheren Heilkosten haben zu dieser Zunahme geführt», sagt Stefan A. Dettwiler, Leiter der MV. Die Rentenkosten hingegen sind weiter auf aktuell 94 Millionen Franken gesunken, da die Zahl der Bezüger stetig abnimmt.

Zum ersten Mal seit 75 Jahren erhielten 2015 die sogenannten Ölsoldaten keine Leistungen mehr. Als solche wurden die Schweizer Wehrmänner bekannt, die während des Zweiten Weltkriegs durch Kühlöl in Käseschnitten vergiftet wurden. 2014 ist der letzte Ölsoldat gestorben. Die MV hat das Kapitel nun umfassend aufgearbeitet. // hga

→ www.suva.ch/waswo/4514.d

Am Anfang war der Finger



Nach einem Unfall sind es nicht nur die Ärztin oder der Therapeut, die dafür sorgen, dass jemand wieder gesund wird. Gefordert sind alle: Familie, Freunde und auch der Arbeitgeber. Denn die Chancen auf Heilung und Wiedereingliederung sind deutlich besser, wenn Verunfallte frühzeitig und kompetent betreut werden – und das vom gesamten Umfeld.

Dem Bauarbeiter, der sich vor sechs Jahren auf einer Baustelle in der Zentralschweiz leicht verletzt hatte, fehlte genau diese Unterstützung. Und das hatte schwere Folgen. Der Spanier hatte sich in den Finger geschnitten. Nichts Gravierendes, dachte er. Und da er nicht unnötige Kosten verursachen wollte, verzichtete er auf den Besuch beim Arzt. Also reinigte er die Wunde selbstständig mit Salzwasser, fing sich dabei aber einen schweren Infekt ein. Nach wenigen Tagen eilte er notfallmässig zum Arzt, drei Monate später musste der Finger amputiert werden.

Ein einzelnes Schicksal rüttelte auf

Das Leid war gross, soziale Probleme beim Betroffenen folgten und die Kosten waren letztlich deutlich höher, als wenn der Bauarbeiter gleich von Beginn weg zum Arzt gegangen wäre.

Klar, die Geschichte ist ein Extremfall. Aber sie rüttelte Markus Eberli, den Arbeitgeber des Verunfallten, auf: «Ich schwor mir, künftig besser für die Gesundheit der Mitarbeitenden meiner Temporärfirma zu sorgen.» Eberli gründete

ein neues Unternehmen, das einen medizinischen Betreuungsdienst für Betriebe und deren Mitarbeitende anbietet. Heute beschäftigt die Firma Bonavale aus Kriens zwei Pflegefachfrauen, die insgesamt über 500 Bauarbeiter beraten und betreuen. Dazu gehört auch, dass sich Verunfallte regelmässig melden müssen. «So können die Pflegefachfrauen die Wiedereingliederung organisieren und Betroffene optimal begleiten», ergänzt Eberli.

Arbeitgeber können selber aktiv sein

Dank der Betreuung ist sichergestellt, dass auch vermeintlich kleine Verletzungen nicht verschleppt und Arzttermine eingehalten werden. Mit Erfolg: Die Ausfälle von Angestellten sinken und die Firmen müssen seltener Ersatz für Fachkräfte organisieren. Das zahlt sich auch finanziell aus, beispielsweise durch tiefere Versicherungsprämien.

Das Beispiel der Firma Bonavale verdeutlicht, wie sinnvoll es ist, sich nach einem Unfall um die Betroffenen zu kümmern. Jeder Arbeitgeber kann selber viel dazu beitragen – etwa indem er stets mit dem Verunfallten in Kontakt bleibt und ihn betreut, bis er wieder komplett fit an den Arbeitsplatz zurückkehren kann (ausführliche Tipps: siehe Link). Damit auch bei kleinen Verletzungen keine grossen Folgen entstehen. // mpf

➔ www.suva.ch/wiedereingliederung

Impressum

Herausgeberin: Suva, Postfach, 6002 Luzern
Telefon 041 419 51 11, Fax 041 419 58 28
www.suva.ch; benefit@suva.ch

Chefredaktion: Pascal Mathis (mpf)

Produktion: Irma Steinmann

An dieser Ausgabe arbeiteten mit:

Karin Diodà (dkf), Alois Felber (afe), Nadia Gendre (gnc), Cécile Hertling (her), Gabriela Hübscher (hga), Stefan Kühnis (stk), Benedikt Weibel

Übersetzungen: Sprachenmanagement der Suva

Fotografie: Keren Bisaz, Beat Brechbühl, Arnaud Delhez, Philipp Schmidli

Illustration: Hahn+Zimmermann

Für Bestellungen oder Adressänderungen:

Suva, Kundendienst,
Postfach, 6002 Luzern
Telefon 041 419 58 51, Fax 041 419 59 17
E-Mail kundendienst@suva.ch

www.suva.ch/waswo

Bei Nachdruck Quellenangabe erwünscht.
«benefit» erscheint viermal jährlich.

Dieses Magazin wird klimaneutral
gedruckt: www.myclimate.org.

Das Modell Suva

Die vier Grundpfeiler der Suva

- Die Suva ist mehr als eine Versicherung; sie vereint Prävention, Versicherung und Rehabilitation.
- Die Suva wird von den Sozialpartnern geführt. Die ausgewogene Zusammensetzung im Verwaltungsrat aus Arbeitgeber-, Arbeitnehmer- und Bundesvertretern ermöglicht breit abgestützte, tragfähige Lösungen.
- Gewinne gibt die Suva in Form von tieferen Prämien an die Versicherten zurück.
- Die Suva ist selbsttragend; sie erhält keine öffentlichen Gelder.

Für eine Fussballsaison ohne Ausfälle

Egal ob an einem Plauschmatch, im Firmenfussball oder in einer der zahlreichen Amateur- und Profiligen: Fussball bewegt die Schweiz. Er gehört hierzulande zu den populärsten Sportarten. Alleine an Grümpeltournieren stehen Jahr für Jahr rund 150 000 Spielerinnen und Spieler im Einsatz. Solch hohe Teilnehmerzahlen bringen aber leider auch viele Verletzte mit sich.

Warum sich eine Fussballerin oder ein Fussballer verletzt, hat natürlich mehrere Gründe. Die häufigsten sind: Der typische Kicker vernachlässigt das Training. Er wärmt sich nicht oder zu wenig gut auf. Und er hält nicht allzu viel von Fairplay und riskiert so zusätzlich Verletzungen.

Wie gut Sie selber bereit sind für das Spiel auf dem Rasen, erfahren Sie übrigens unter www.suva.ch/fussballtest. Und befolgen Sie dann im Spiel noch die Fairplay-Regeln, kann fast nichts mehr schiefgehen.

Beweisen Sie uns Ihr Wissen zum Thema, machen Sie mit beim Wettbewerb und gewinnen Sie einen attraktiven Preis.

Frage:

Wie viele Menschen verletzen sich jährlich auf Schweizer Fussballplätzen?

Mögliche Antworten:

- A 15 000 Frauen und Männer**
- B 35 000 Frauen und Männer**
- C 45 000 Frauen und Männer**

- www.suva.ch/wettbewerb
- www.suva.ch/fussball

❖ **Teilnahmeschluss: 25.09.2016**

1. Preis: Kompaktkamera HX60V von Sony

2. Preis: Coop-Einkaufsbögen im Wert von 200 Franken

3. Preis: Geschenkkorb

4.-10. Preis: eine Freizeittasche von SuvaLiv

Auflösung letzte Ausgabe

Was muss ich tun, um im Ernstfall von Assistance profitieren zu können?

C: Nichts, denn der Schutz gilt automatisch.

→ www.suva.ch/assistance

❖ Die Gewinner wurden schriftlich benachrichtigt. Die Namen sind auf www.suva.ch/wettbewerb veröffentlicht.

Unten schulen, damit es oben klappt

Dank Helikoptern können auch schwere Lasten einfach transportiert werden – beispielsweise Bäume aus abgelegenen Wäldern. Doch die Arbeit aus der Luft birgt spezielle Gefahren. Die Firma Rotex-Helikopter AG aus Balzers legt darum ein besonderes Augenmerk auf die Sicherheit bei Einsätzen.



Damit jeder weiss, was zu tun ist: Toni Kiser (2. v. l.) orientiert sein Team vor Ort. // Philipp Schmidli

«Ist der Helikopter mal oben, ist im Vorfeld schon viel gelaufen.» Urs Riebli, Inhaber der Rotex-Helikopter AG, bringt es auf den Punkt. Sicheres Arbeiten aus der Luft beginnt schon lange, bevor der Pilot die Turbine startet. Für Riebli ist es zentral, dass seine Angestellten jederzeit alles Nötige wissen, und so sicher arbeiten können. Ein tägliches Briefing vor Ort ist darum auch in seiner Firma Pflicht. «Oft reichen schon fünf Minuten und alle wissen Bescheid», sagt Riebli. Auch Unterlagen, auf denen Hochspannungsleitungen, gesperrte Strassen, Landeplätze oder andere wichtige Informationen eingezeichnet sind, gehören dazu.

Lieber mal «absitzen» lassen

Zentral dabei ist: Alle Beteiligten müssen Stopp sagen, wenn lebenswichtige Regeln verletzt würden oder sie ein mulmiges Gefühl haben. «Wir lassen den Helikopter lieber ein paar Minuten «absitzen», dafür können dann alle wieder sicher arbeiten», erklärt Riebli die Devise.

Damit nicht genug: Urs Riebli hat bei seiner Firma eigens einen Ausbildner angestellt. Er hat die Aufgabe, neue Mitarbeitende rasch auf ein hohes Ausbildungslevel zu bringen. «So können diese bald vollwertig und vor allem sicher eingesetzt werden – davon profitiert dann auch das Unternehmen.»

Regelmässig das Wissen repetieren

Auch regelmässige Schulungen für Piloten und Bodenpersonal gehören bei der Firma aus Balzers dazu, damit alle für mögliche Gefahren sensibilisiert werden. Bei den häufig anfallenden Arbeiten im Wald können dies beispielsweise dürre Äste sein, die durch den Abwind des Helikopters abfallen, oder Steine, die im steilen Gelände ins Rollen kommen.

«Bei heiklen Arbeiten entscheiden wir uns sowieso und ohne Ausnahme für die sichere Variante, da gehen wir kein Risiko ein», sagt Riebli bestimmt. // mpf

➔ www.suva.ch/regeln

Das sagt der Experte



Markus Schnyder, Sicherheitspezialist der Suva, zum Umgang der Firma Rotex mit den lebenswichtigen Regeln.

Wie beurteilen Sie, was die Firma Rotex bezüglich Sicherheit alles macht?

Der Betrieb geht Einsätze sehr professionell an. So bespricht er sich zum Beispiel im Vorfeld gut mit den Kunden und klärt wichtige Punkte detailliert; etwa, wie der Einsatzort gut abgesperrt werden kann.

Sind Helikopter-Arbeiten speziell gefährlich?

Mengenmässig passiert relativ wenig, aber wenn etwas geschieht, dann hat dies oft schwerwiegende Folgen. Eine Last kann schlimmstenfalls hinunterfallen oder die Luftwirbel des Rotors schleudern lose Sachen durch die Gegend. Da gibt es nicht nur blaue Daumen... Und da Einsätze teuer sind, sind die Beteiligten häufig speziell unter Druck.

Was können Betriebe abschauen – selbst solche aus anderen Branchen?

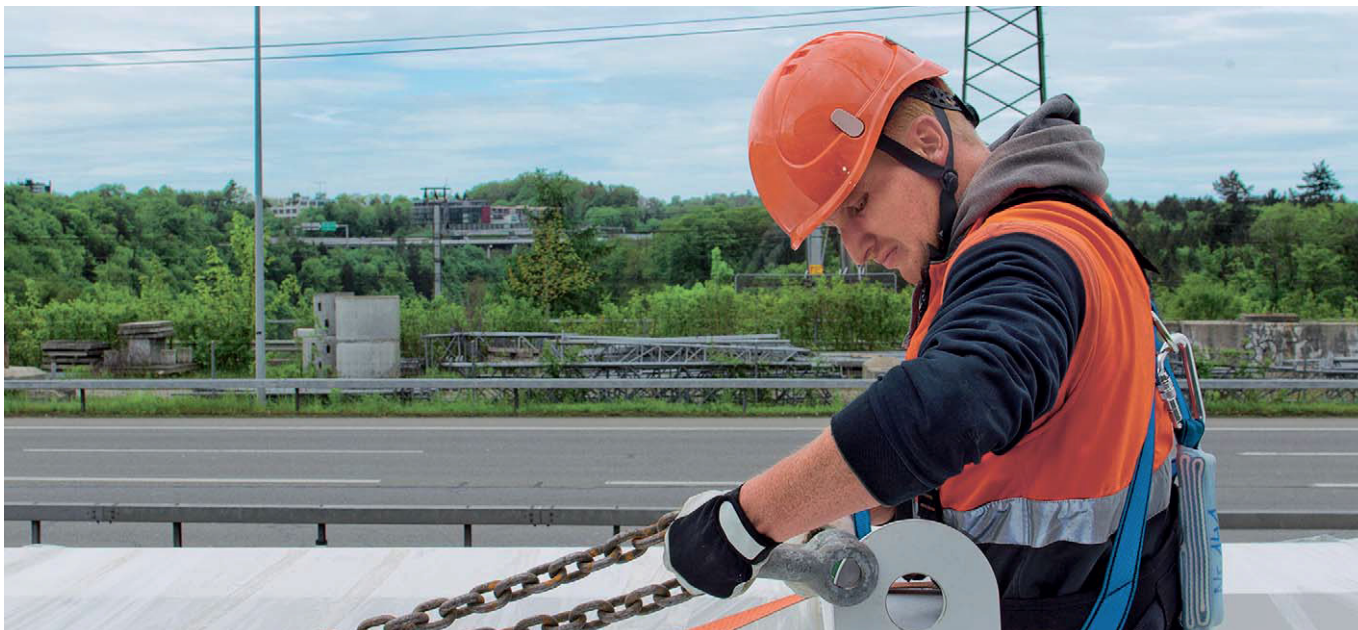
Helikopterfirmen haben oft wechselnde Einsatzorte, ähnlich wie der Forst oder auf dem Bau. Tägliche Briefings vor Ort sind vorbildlich wie auch die Plakate mit den Sicherheitsregeln, die überall aufgehängt werden können. Grundsätzlich gilt sowieso: Bei Gefahr Stopp sagen, Gefahr beheben und erst dann weiterarbeiten.



«Lebenswichtige Regeln» gibt es für rund 20 Branchen. Ist Ihre Branche mit dabei? Mehr unter: www.suva.ch/regeln

Zwei Minuten, die Leben retten können

Der Verband swiss safety lanciert die Kampagne «Zwei Minuten für die PSA». Damit will er erreichen, dass Mitarbeitende ihre persönliche Schutzausrüstung richtig und konsequent tragen. Denn diese zwei Minuten sparen nicht nur viel Geld, sondern retten auch Leben.



Korrekt angewendet rettet die persönliche Schutzausrüstung Leben – beispielsweise auf Baustellen.

«Zwei Minuten reichen, wenn es täglich ist», versichert Dominique Graber. «Und es ist besser, sich jeden Tag zwei Minuten lang damit zu beschäftigen, als jedes Jahr zwei Tage lang.»

Graber ist Präsident des Verbands Schweizer PSA-Anbieter swiss safety. Ihm ist es wichtig, dass Unternehmen ihren Mitarbeitenden nicht nur die richtige persönliche Schutzausrüstung (PSA) zur Verfügung stellen, sondern dass sie diese auch korrekt anwenden und regelmässig überprüfen. Dafür soll sie eine neue Kampagne sensibilisieren. Passend dazu hat swiss safety zehn Regeln für die PSA ausgearbeitet. «Wer sie zur Hand nimmt und während zwei Minuten gewissenhaft durchgeht, kann die meisten Gefährdungen bereits ausschliessen», ist Graber überzeugt.

Ein rentables Geschäft

Aus seinen Erfahrungen weiss er, wie viel zwei Minuten bewirken können. Er weiss aber auch, dass die Themen Arbeitssicherheit und PSA in vielen Betrieben noch nicht konsequent gelebt werden. «Dabei müssten die Unternehmen nur richtig rechnen», sagt Graber. Der Verband swiss safety hat genau das gemacht: Er analysierte meh-

re Studien zum Einsatz von persönlichen Schutzausrüstungen und kam auf ein beeindruckendes Resultat: Jeder in PSA investierte Schweizer Franken rechnet sich mit dem Faktor 2,2. «Ein Geschäft mit einer solch hohen Rendite findet man selten», bemerkt Graber. «Das Unfallrisiko für Augenverletzungen lässt sich auf nahezu Null reduzieren, wenn Schutzbrillen konsequent getragen werden.» Diese Bemühungen lohnen sich nicht nur monetär, sondern auch menschlich. «Niemand will es erleben müssen, Angehörigen die Nachricht zu überbringen, dass jemand nicht mehr nach Hause kommt.»

Ein Beitrag an die «Vision 250 Leben»

Schwere Arbeitsunfälle sind häufig Verkettungen von unglücklichen Umständen. «Ich kenne die Statistiken nicht im Detail», sagt Graber. «Aber ich behaupte, dass bei einem Grossteil der Unfälle die Schwere der Verletzungen stark mit falsch oder nicht verwendeter PSA zu tun hat.» Mit der Kampagne leistet swiss safety also auch einen Beitrag an die «Vision 250 Leben» der Suva. Ausserdem unterschrieb der Verband die Sicherheits-Charta und hält seine Mitglieder an, sie ebenfalls zu unterzeichnen. «Wir müssen Vorbilder sein und versuchen, die



Täglich überprüfen: Ist die Schutzausrüstung noch intakt?

Sicherheitskultur in den Unternehmen zu fördern», sagt Graber. «Man muss Mitarbeitende ernst nehmen, wenn sie Stopp sagen, und sollte über Unfälle und Beinahe-Unfälle sprechen.» Und es gelte, nicht nur die richtige PSA bereitzustellen, sondern sie regelmässig zu überprüfen und aufzuzeigen, wie sie richtig verwendet wird. «Das macht man am besten nicht von oben nach unten, sondern auf Augenhöhe mit den Mitarbeitenden. Möglichst jeden Tag. Zwei Minuten reichen.»

Text: Stefan Kühnis

→ www.suva.ch/vision250leben

Das ist die «Vision 250 Leben»

Mit dem Präventionsprogramm «Vision 250 Leben» hat sich die Suva zum Ziel gesetzt, innerhalb von zehn Jahren 250 Berufsunfälle mit Todesfolge und ebenso viele schwere Invaliditätsfälle zu verhindern. // **stk**

Der Regelkreis

Das Ziel repetitiver Vorgänge ist die Perfektion. Bei einem Bahnunternehmen ist die Perfektion dann erreicht, wenn man «auf dem Strich» fährt, so wie es im Produktionsplan vorgesehen ist. Dann entstehen minimale Kosten und ein maximaler Kundennutzen. Nur ist dieser Zustand in einem komplexen System kaum je zu erreichen, weil der Betrieb Tag für Tag durch einige Hundert sogenannte Ereignisse aus dem Gleichgewicht gebracht wird. Die Methode, mit welcher man diesen instabilen Prozess steuert, heisst Regelkreis. Ein Regelkreis besteht aus den Phasen Ziel – Messung – Abweichungsanalyse – Korrektur. Es ist ein Prozess, der nie aufhört.

Auch professionelles Sicherheitsmanagement basiert auf einem Regelkreis. Perfektion ist dann erreicht, wenn die Unfallquote auf null steht. Das Ziel bezieht nicht nur die Unfälle mit ein, sondern auch die Beinahe-Unfälle. Der Chef eines der grössten Totalunternehmens der Schweiz hat mir seine Geschichte erzählt. Die Analyse im Regelkreis hat zwei Schwachstellen auf den Baustellen ergeben. Die Unfälle und Beinahe-Unfälle passieren meist nach dem Arbeitsbeginn und ihre häufigste Ursache sind Stürze von der Leiter. Aufgrund dieser Analyse hat die Firma zwei Massnahmen durchgesetzt (und auch ihren Subunternehmungen vorgeschrieben): Erstens wird vor der Aufnahme der Arbeit ein Warm-up von fünfzehn Minuten durchgeführt. Und zweitens wurden die Leitern auf der Baustelle abgeschafft und durch Hebebühnen ersetzt. Dank dieser Massnahmen ist die Firma der Perfektion nahe gekommen. Während drei von fünf Jahren ereignete sich kein einziger Unfall. Damit wurde viel Leid erspart, die Produktivität massiv erhöht, und die Suva-Prämien konnten erheblich reduziert werden. Die Investition in die Hebebühnen, anfänglich nicht unbestritten, war höchst rentabel.

Das ist die wichtigste Botschaft: Investitionen in die Sicherheit lohnen sich. Und: Selbstverständlich hört die Arbeit am Regelkreis nie auf.



Benedikt Weibel ist passionierter Sportler, diplomierter Bergführer und ehemaliger Konzernleiter der Schweizerischen Bundesbahnen SBB

Bewegung treibt sein Leben an

Auf seinem Mountainbike verliert Sebastian Tobler wegen eines kleinen Buckels das Gleichgewicht und stürzt heftig. Trotz Helm ist der 43-Jährige seither Tetraplegiker. Ein Schicksal, das er schwer akzeptieren kann. Umso mehr, weil die Bewegung Motor und Mittelpunkt seines Lebens war. Text: Nadia Gendre // Bild: Keren Bisaz

«Tetraplegiker zu sein, ist echt besch... und unglaublich hart. Das muss einfach gesagt sein!» Sebastian Tobler nimmt kein Blatt vor den Mund. Er redet offen und gerade heraus, auch über seine Behinderung als Folge des Sturzes vor drei Jahren. Er trainierte die Jungen des Clubs «La Pédale Bulloise» im Bike-Park von Plaffeien FR, als es passierte. Mit dem Helikopter wurde er ins Paraplegiker-Zentrum nach Nottwil transportiert, wo er die nächsten neun Monate verbrachte. In dieser körperlich wie psychisch sehr belastenden Zeit haben er und seine Familie manche Träne vergossen.

«Ich kann anderen etwas geben – das tut enorm gut.»

Einmal Sportler, immer Sportler

Vor dem Unfall trainierte Sebastian Tobler mehrere Stunden pro Woche: Wandern, Laufen, Radfahren, Schwimmen, Skifahren oder Klettern. Ob alleine oder mit seiner Frau Violette und den vier Kindern: Hauptsache, er war in Bewegung. Oft waren sie zusammen unterwegs, etwa auf Entdeckungstour geheimnisvoller Grotten. Das Glück war praktisch perfekt. Bis zu seinem Unfall, der nicht nur seinen Körper, sondern auch seine Familie lähmte. Und die sich neu organisieren musste. «Ich habe schnell realisiert, dass meine Nächsten ebenso betroffen waren und ihre Stimmung von mir abhing.» Von da an unternahm er alles, um ein Höchstmass an Selbstständigkeit und guter Laune wiederzuerlangen. Dank des Sports und viel Beharrlichkeit verbesserte er nach und nach seinen körperlichen und mentalen Zustand.

Heute kann Sebastian Tobler seine Arme und Hände wieder einsetzen. Er verbringt pro Woche bis zu 25 Stunden im Fitnessraum im Untergeschoss seines Hauses. Tobler liebt Herausforderungen, er will an seine Grenzen gehen, darüber hinausgelangen und Fortschritte erzielen. Das ist auch seine Motivation. Noch diesen Sommer will er zur weiteren Rehabilitation nach San Diego reisen. «Ich möchte auch wieder schwimmen...», fügt er mit Schalk hinzu.

Noch nie war ihm so bewusst, wie wichtig Bewegung für sein Wohlbefinden ist und dass richtige Ernährung wie ein Medikament wirkt. Nun nutzt er seine Kenntnisse als Sportler, um seine Angehörigen oder

Bekannte, die wieder Sport betreiben möchten, zu coachen. «Meist bin ich von anderen abhängig, hier kann ich ihnen etwas geben. Das tut enorm gut», lächelt er. Bereits bietet er auf Youtube Bewegungsübungen für Menschen mit Behinderungen an.

Einfallsreiche Projekte

Sebastian Tobler kam in Schweden zur Welt, ist eigentlich Appenzeller, wuchs aber im Kanton Waadt auf. Er wurde Planungsingenieur, denn Mechanik und Autos begeisterten ihn schon früh. Als perfekt Zweisprachiger (Französisch/Deutsch) erteilt er an der Fachhochschule Biel als Dozent für Fahrzeugbau Kurse und betreut Diplomprojekte. Zweimal die Woche fährt er mit dem Auto dorthin. «Er ist sehr anspruchsvoll», berichtet Andrea Giacchetto, einer seiner Studenten. «Aber wir lernen sehr viel. Er fördert unsere Kompetenz und erzieht uns zur Perfektion.»

Ingenieur Tobler geht davon aus, dass die Fähigkeiten der Leute unterschiedlich sind. Er verlangt jedoch von allen auf ihrem Niveau das Maximum und drängt sie so aus ihrer Komfortzone, um neue Lösungen zu finden. Unter seinen Projekten befinden sich auch solche im Zusammenhang mit Behinderung. Zum Beispiel die Entwicklung eines Rollstuhls mit orthopädischem Sitz oder mit einem System zum Training der Beine, während der Stuhl von Hand angetrieben wird. Der Professor möchte verschiedene Bewegungen kombinieren und den parallelen Einsatz verschiedener Muskeln fördern. Dank seiner Talente als Sportler und Ingenieur hat er bereits ein Trike entwickelt, ein Velo mit drei Rädern, das mit den Armen angetrieben wird, wobei die Beine über eine Mechanik mitbewegt werden. «Mehrere Kollegen und Studenten haben mir geholfen, das Trike zu verbessern», erklärt er stolz. Zurzeit ist er dran, ein kommerzialisierbares Modell zu entwickeln.

«Ich habe heute akzeptiert, dass ich gewisse Tätigkeiten nicht mehr ausführen kann.» Trotz der Umstände ist Sebastian sehr gläubig geblieben. Er glaubt an Gott, an seine Familie, an seine Freunde und an das Leben. «Das Leben ist ungerecht», schliesst er. «Aber ich will dennoch etwas Gutes daraus machen.»



Der Sport als weiterhin wichtiger Teil seines Lebens: Sebastian Tobler

Direkt im Internet bestellen

Bestellen Sie die Publikationen mit der elektronischen Bestellkarte (www.suva.ch/benefit-bestellkarte) und profitieren Sie von einer schnelleren Lieferung.

E-Paper | Newsletter



Abonnieren Sie unseren Newsletter, der Sie monatlich über aktuelle Themen, Kampagnen und Angebote informiert. Und mit dem E-Paper erhalten Sie die neueste «benefit»-Ausgabe direkt in Ihre Mailbox geliefert.

- ➔ www.suva.ch/newsletter
- ➔ www.suva.ch/benefit

Herbst-Spezialangebot: Augen- und Gehörschutz-Set



Profitieren Sie jetzt von unserem Spezialangebot: Zu jeder Schutzbrille Profi 10.101 mit farblosen Scheiben erhalten Sie gratis ein Paar Gehörschutzpfropfen ARTIFIT Standard in einer praktischen kleinen Box. Die vielseitig einsetzbare Schutzbrille ist ultraleicht und sportlich. Etui inbegriffen. Preis pro Set: CHF 22.–, ab 10 Stück Mengenrabatt (inkl. MWST, portofreie Lieferung).

- ➔ Weitere Informationen und Bestellung: www.sapros.ch/suva/spezialangebot, Herbst-Spezialangebot, Artikel 36246. Tel. 041 419 52 22. Das Angebot ist gültig bis 31.12.2016 (solange Vorrat).

Napo in: Zurück in eine gesunde Zukunft



Napo, der computeranimierte Vorkämpfer für sichere und gesunde Arbeitsplätze, forscht in seinem neuesten Film nach den Voraussetzungen für ein nachhaltig gesundes Arbeitsleben auch im fortgeschrittenen Alter.

Als Zeitreisender kann Napo im Film kleine Geschichten über alltägliche Probleme und ihre langfristigen Konsequenzen verfolgen. Damit verdeutlicht er zum Beispiel, wie wichtig es ist, Risiken vom ersten bis zum letzten Arbeitstag zu minimieren. Er hebt aber auch die Bedeutung von Reintegrationsprogrammen für verunfallte Mitarbeitende hervor und legt den Finger auf das heikle Thema Altersdiskriminierung am Arbeitsplatz.

Der von der Suva mitproduzierte Film ist Teil der Kampagne «Gesunde Arbeitsplätze für jedes Alter» der europäischen Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz. Er funktioniert wie immer mit Humor und ohne Worte.

- ➔ www.suva.ch/filme (Film anschauen und herunterladen)
- ➔ www.youtube.com/suvaschweiz (Film anschauen und in eigene Website integrieren)

Einsatzmittel für eine sichere Lehrzeit

Tausende junger Leute starten in diesen Tagen in der ganzen Schweiz wieder ins Abenteuer Lehrzeit. Damit dieses möglichst unfallfrei verläuft, hat die Suva die Kampagne «Sichere Lehrzeit» lanciert. Kennen Sie die bewährten Einsatzmittel, welche die Suva gratis zur Verfügung stellt? Im Zentrum stehen das Arbeitsheft für die Lernenden «10 Schritte für eine sichere Lehrzeit» und ein Leitfaden für die Berufsbildner, der zeigt, wie sich Sicherheitsthemen mit den Lernenden in den Betrieben Schritt für Schritt behandeln und vertiefen lassen.

Neu hinzugekommen ist dieses Jahr ein Instrument für die Berufsschulen. Die Zeitung «top TODAY» und eine dazugehörige fünfteilige Lerndokumentation mit Powerpoint-Präsentationen, Statistiken und Grafiken. Diese ermöglichen es, den Lernenden im Unterricht das Thema Risiko und Risikokompetenz spannend und lebensnah zu vermitteln.



- ➔ Alle Unterlagen und Einsatzmittel können Sie direkt über die Kampagnenseite bestellen: www.suva.ch/lehrzeit
- ➔ 10 Schritte für eine sichere Lehrzeit // Arbeitsheft für Lernende // 26 Seiten A5 // Bestell-Nr. 88273.d
- ➔ 10 Schritte für eine sichere Lehrzeit // Leitfaden für Berufsbildner und Vorgesetzte // 30 Seiten A5 // Bestell-Nr. 88286.d

Sicher arbeiten auf Baustellen am, im oder über Wasser



Wer auf Baustellen im Bereich von Gewässern arbeitet, ist mit ganz besonderen, oft unterschätzten Gefahren konfrontiert. Unfälle haben in einem solchen Umfeld zudem häufig gravierende Folgen. Eine neue Checkliste für die systematische Gefahrenermittlung in allen Phasen eines Bauvorhabens an Gewässern hilft, Unfälle zu vermeiden.

- Bauarbeiten am, im oder über Wasser // Checkliste // 6 Seiten A4 // Bestell-Nr. 67153.d

Kurz notiert

Neu (nur als PDF)

- Asbesthaltige Steinholz-Bodenbeläge 1: Übersicht // Factsheet // www.suva.ch/waswo/33088.d
- Asbesthaltige Steinholz-Bodenbeläge 2: Beläge entfernen mit einer Fräse mit Absaugung und Wasserbedüsung // Factsheet // www.suva.ch/waswo/33089.d
- Gasbetriebene Stapler. Sicher umgehen mit Gasflaschen // Factsheet // www.suva.ch/waswo/33085.d
- Schalteinrichtungen in Maschinensteuerungen: Verriegelungseinrichtungen: SN EN ISO 14119. // Factsheet // www.suva.ch/waswo/33066/16.d

Überarbeitet

- So arbeiten Sie sicher an der Kehlmaschine (Tischfräsmaschine) // Merkblatt // 28 Seiten A4 Bestell-Nr. 44028.d
- Hubarbeitsbühnen Teil 1: Planung des Einsatzes // Checkliste // 4 Seiten A4 // Bestell-Nr. 67064/1.d
- Hubarbeitsbühnen Teil 2: Kontrolle am Einsatzort // Checkliste // 4 Seiten A4 // Bestell-Nr. 67064/2.d
- Rücken von Holz // Checkliste // 6 Seiten A4 // Bestell-Nr. 67118.d

Internet

- Informationen zu weiteren neuen und überarbeiteten Veröffentlichungen zur Arbeitssicherheit: immer unter www.suva.ch/neue-seiten-suvapro

«Willst du auf die Leiter? So geht's weiter!»



Verwenden Sie tragbare Leitern in Situationen, in denen dies eigentlich zu gefährlich ist? Sind Sie unsicher, wie Sie Leitern benutzen müssen, ohne sich in Gefahr zu bringen? Suchen Sie ein Hilfsmittel, mit dem Sie Ihre Mitarbeitenden instruieren können, Leitern sicher zu benutzen? Dann schauen Sie sich den neuen Film und die begleitenden Informationsmittel an. «Willst du auf die Leiter? So geht's weiter» zeigt mit Beispielen aus dem Arbeitsalltag, wie Bock- und Anstellleitern richtig eingesetzt werden. Der Film sensibilisiert aber auch dafür, Alternativen zu verwenden, die mehr Sicherheit bieten als Leitern. Ein Faltprospekt und ein Quiz dienen als Reminder, zur Vertiefung und Lernkontrolle für die Mitarbeitenden.

- www.suva.ch/leitern (Film anschauen und herunterladen)
- www.youtube.com/suvaschweiz (Film anschauen und in eigene Website integrieren)
- Wer sagt 12-mal Ja? Sicher auf die Anstell- und Bockleiter // Faltprospekt // Bestell-Nr. 84070.d
- Quiz Tragbare Leitern // nur als PDF // www.suva.ch/waswo/88291.d
- Frageblatt mit Antworten zum Quiz Tragbare Leitern // nur als PDF // www.suva.ch/waswo/88291/1.d

Im Betrieb aufhängen!



- Regelmässige Instruktion rettet Leben // Kleinplakat A4 // Bestell-Nr. 55360.d
- Unterschätzen Sie nicht die Power Ihres E-Bikes // Kleinplakat A4 // Bestell-Nr. 55361.d
- Bevor es soweit kommt: Sei ein Vorbild und nimm dir Zeit für die Sicherheit der Lernenden // Kleinplakat A4 // Bestell-Nr. 55362.d
- Schützen Sie sich in der Sonne vor Verbrennungen // Kleinplakat A4 // Bestell-Nr. 55363.d

Ich wollte bei der Arbeit einige Minuten sparen und habe Monate meines Lebens verloren.



So viel Zeit muss sein:
www.suva.ch/regeln

Sicher arbeiten kostet keine Zeit. Schütze dich und deine Kollegen mit den lebenswichtigen Regeln und stoppe bei Gefahr die Arbeit.

suvapro
Sicher arbeiten