

benefit



Leistungen

Einfach erklärt:
Das steht Suva-
Versicherten zu.

Coach

Wie Firmen
und Teams
ihre Sicherheit
verbessern.

Suva-Botschafter Roman Ribl
**Auf Augenhöhe
mit den Bauprofis**



Kein Leben riskieren

Ende letzten Jahres ist es zu einem tragischen Unfall auf einer Baustelle gekommen. Bei einem Arbeitsunfall mit einem Bauelement starb ein Lernender. 50 000 Unfälle ereignen sich pro Jahr alleine im Bauhaupt- und Ausbaugewerbe. Viel zu viele.

Unser Botschafter, Roman Ribí, unterstützt uns beim Bekanntmachen der lebenswichtigen Regeln. Denn mit dem Einhalten dieser Regeln könnte ein Grossteil der schweren Unfälle verhindert werden. Keine Arbeit ist so wichtig, dass man dafür sein Leben oder dasjenige seiner Mitarbeitenden riskiert.

Roman Ribí ist gelernter Schreiner und hat inzwischen jahrelange Berufserfahrung als Bauleiter. Er spricht mit Berufsleuten, die ihr Handwerk verstehen. Ehrlich, offen, von Mensch zu Mensch. Das Ganze ist in Videos festgehalten, Sie können diese auf unserer Website anschauen.

In diesem «benefit» erzählt Ribí offen, dass auch auf seinen Baustellen täglich Fehler passieren, dass die Suva manchmal nervt und dass er kein Pardon kennt, wenn es lebensgefährlich wird.

Regula Müller, Chefredaktorin

Inhalt

04 Einstieg

- 06 Bauleiter Roman Ribí ist auch Suva-Botschafter.**
Er weiss, wie sich Unfälle auf Baustellen vermeiden lassen und wie man Arbeitnehmende auf Sicherheitslücken hinweist.



11 Fussball: Fairplay verhindert Unfälle

- 12 Welche Sach- und Geldleistungen können die Versicherten der Suva beanspruchen?**
Alle Leistungen auf einen Blick.



14 Das Ding: Gesehen werden

- 16 Fitnesscoach Jean-Pierre Egger berät Firmen** in Sachen Sicherheitskultur und entwickelt mit ihnen gemeinsam eine Sicherheitsstrategie.



18 Service

19 Wettbewerb

20 Die Kampagne

Impressum

Herausgeberin: Suva, Postfach, 6002 Luzern
suva.ch; benefit@suva.ch
Chefredaktion: Regula Müller
Redaktion: Alois Felber, Nadia Gendre,
Regina Pinna-Marfurt, Felix Raymann

Übersetzungen: Sprachenmanagement der Suva
Konzeption und Layout: tnt-graphics AG
Fotografie: Manuel Zingg, Thomas Egli,
Herbert Zimmermann, Erwin Auf der Maur
Illustration: tnt-graphics AG

Bestellungen: suva.ch/benefit
Adressänderungen: Suva, Kundendienst, Postfach,
6002 Luzern, 041 419 58 51, kundendienst@suva.ch
Dieses Magazin wird klimaneutral in der Schweiz gedruckt:
myclimate.org.

**«Dank meiner kleinen
Tochter und meiner
Familie bin ich zurück
im Alltag.»**

Roberto Lascale (47)



Vor Ort

Ansporn der Tochter

Curio, 4. April 2017

«Ein fataler Sturz von einer Plattform in die Tiefe hat meinen rechten Arm zerrümmert. Mein Arbeitgeber sicherte mir sofort Unterstützung zu, was mich zuversichtlich stimmte. Der grosse Rückschlag kam mit der dritten Operation. Ich wusste nicht, ob ich den Arm je wieder würde bewegen können. Die Rückkehr auf den Bau schien aussichtslos. Auch meine Familie war ratlos. Meine kleine Tochter sagte: «Jetzt bist du invalid und kannst nichts mehr machen.» Mir wurde schlagartig klar, dass ich es schaffen musste. Mit konsequentem Training neben der Physiotherapie baute ich die Beweglichkeit meines Oberarms auf, bis ich ihn fast in gewohnter Weise benutzen konnte.

Mein Arbeitgeber bot mir nach 18-monatiger Abwesenheit eine neue Tätigkeit an. Ich durfte als Teamleiter statt als Kranführer frisch starten. Dass meine Wiedereingliederung mit einer Beförderung verbunden war, konnte ich kaum glauben. Ich bin sehr dankbar, dass ich diese Chance erhalten habe. Heute übernehme ich Verantwortung und setze mich für Arbeitssicherheit auf den Baustellen ein. Meiner Tochter schicke ich Fotos von den Baustellen, damit sie sieht, was ich täglich mit meinen Kollegen erschaffe.»

Roberto Lascaia

Die andere Seite

«Roberto Lascaia hatte einen starken Willen, so rasch wie möglich zur Arbeit zurückzukehren. Aufgrund seiner Fähigkeiten konnten wir ihm eine Führungsfunktion anbieten, wo organisatorisches Geschick statt Muskelkraft notwendig ist.»

**Cristina Pagani-Boiani,
CSC Bauunternehmung AG**



[suva.ch/wiedereingliederung](https://www.suva.ch/wiedereingliederung)

Das Verhalten des Arbeitgebers bestimmt massgeblich, ob die Wiedereingliederung positiv verläuft. Hier finden Sie Tipps.







Schlafmythen: Was stimmt wirklich?

1

Der Mittagsschlaf hilft, ein Schlafmanko nachzuholen.

RICHTIG. Alle Schlafperioden innerhalb von 24 Stunden können zusammengerechnet werden, um das nötige Soll an Schlafstunden zu erreichen.

2

Man kann vorschlafen.

FALSCH. Kein Mensch kann auf Vorrat schlafen. Allerdings kann man einen kurzfristigen Schlafmangel schnell wieder ausgleichen.

3

Der Schlummerbecher hilft, besser zu schlafen.

FALSCH. Alkohol hilft zwar beim Einschlafen. Doch mit zu viel Alkohol haben unsere Organe Stress. Dadurch ist der Schlaf in der zweiten Nachthälfte gestört.

4

Nackt schlafen ist gesünder.

FALSCH. Ideal ist ein bequemer, gut sitzender Pyjama. Dieser sorgt in der Nacht für die richtige Körpertemperatur.

5

Fernsehen hilft, abzuschalten und besser zu schlafen.

RICHTIG & FALSCH. Die Ablenkung kann helfen, abzuschalten. Schläft man allerdings vor dem Fernseher ein, nimmt die Schlafqualität durch die Schlafposition sowie Licht und Ton eher ab.

Das Schlafquiz für Aufgeweckte:
suva.ch/88289.d

Smart planen

Über 300000 Wintersportlerinnen und Wintersportler sind jeden Winter abseits der gesicherten Pisten und Wege unterwegs. Um Lawinenunfälle zu vermeiden, gibt es die App «White Risk». Sie enthält das interaktive Lawinenbulletin sowie aktuelle Schnee- und Wetterdaten für die Schweiz. Zudem bietet die App Hintergrundwissen zur Beurteilung der Lawinengefahr und nützliche Tools für die Planung zu Hause und für unterwegs – egal, ob für Skitouren, Schneeschuhwanderungen oder beim Freeriden.

whiterisk.ch

Im Jahr 2019 kam der Name Daniel in den Unfallmeldungen der Suva mit 4824 Nennungen am häufigsten vor. Nicht etwa, weil Personen mit diesem Namen gefährlicher leben, sondern weil der Name auch in der Schweizer Bevölkerung am häufigsten vorkommt. unfallstatistik.ch

4824



Stress erhöht Unfallgefahr

Häufige Unterbrechungen bei der Arbeit, hohes Tempo, wenig Handlungsspielraum oder Termindruck verursachen Stress – und das kann zu Krankheiten führen. Stress kann auch die Fähigkeit beeinträchtigen, Gefahren zu erkennen oder zu meistern. Die Folge: Es besteht ein erhöhtes Unfallrisiko. Mit gezielten Präventionsmassnahmen können Sie das Risiko senken: [suva.ch/stress](https://www.suva.ch/stress)



GUTE FRAGE

Warum soll ich der Sicherheits-Charta beitreten?



Erwin von Moos,
Projektleiter Suva

Eine bessere Sicherheitskultur und generell mehr Sicherheit am Arbeitsplatz ist das Ziel der Sicherheits-Charta. Sie wurde von der Suva in Zusammenarbeit mit Arbeitgeberverbänden, Planern und Gewerkschaften ins Leben gerufen. «Denn», sagt Erwin von Moos, «keine Arbeit ist so wichtig, dass man dafür sein Leben riskiert.» Die Unterzeichner der Charta setzen sich dafür ein, dass am Arbeitsplatz die lebenswichtigen Regeln eingehalten werden. «Das Prinzip, das wir gemeinsam durchsetzen wollen, heisst: Stopp bei Gefahr – Gefahr beheben – weiterarbeiten.»

Mit dem Bekenntnis zu den lebenswichtigen Regeln macht ein Unternehmen einen wichtigen Schritt in die richtige Richtung. «Durch das konsequente Instruieren und Einhalten der lebenswichtigen Regeln kann ein Grossteil aller schweren Unfälle verhindert werden», ist Erwin von Moos überzeugt. «Das erspart viel Leid und reduziert die Kosten.»

Hier können Sie beitreten:
[sicherheits-charta.ch](https://www.sicherheits-charta.ch)

So tickt Ribi

Der Suva-Botschafter und Bauleiter Roman Ribi steht für die Vorgaben der Suva ein. Trotzdem ist er sich bewusst, dass auch auf seinen Baustellen tagtäglich Fehler passieren. Wird aber eine lebenswichtige Regel verletzt, ist das für ihn ein absolutes No-Go.

Text: Regula Müller; Fotos: Thomas Egli





Roman Ribi bespricht mit einem Arbeiter die möglichen Gefahren. Asbestabklärungen wurden gemacht und waren negativ. Daher reicht die gezeigte Schutzausrüstung für die Spitzarbeiten.

Eine grosse Baustelle in Oerlikon. Coop baut das Center Eleven (Baujahr 2001) um. Bei laufendem Betrieb, seit über einem Jahr. Roman Ribí (47) ist als Bauleiter praktisch täglich vor Ort. Und genauso häufig sieht er Arbeitssituationen, die nicht den Vorgaben der Suva entsprechen. «Das ist nun mal die Realität auf einer Baustelle», ist sich Ribí bewusst. So traf ein Stück einer PVC-Leitung den Kopf eines Arbeiters beim Rückbau einer Wand. Dieser trug keinen Helm und fiel für zwei Wochen mit einer Gehirnerschütterung aus. In einer anderen brenzlichen Situation kletterte ein Handwerker in vier Metern Höhe aus der Hebebühne auf ein Elektrotrasse. «Der hatte seinen Kopf für einen Moment ausgeschaltet und wollte einfach seine Arbeit gut machen», erklärt Ribí das Vorgehen. Natürlich habe er ihn sofort runterzitiert. «Der Hauptgrund für fehlerhaftes Arbeiten ist nebst dem wirtschaftlichen Druck, der auf jeder Baustelle herrscht, auch das mangelnde Bewusstsein über die lauernenden Gefahren.» Ab und an sei aber auch eine ungenügende oder gar fehlende Ausbildung hinsichtlich der Arbeitssicherheit Auslöser für solche Situationen.

Der Vorgesetzte muss die Regeln kennen

Für manches habe er ja Verständnis, denn Zeit sei Geld. Auch er wolle wirtschaftlich arbeiten und keine Zeit mit Sicherheitsvorschriften verlöffeln. «Wo es lebensgefährlich wird, kenne ich aber kein Pardon.» Die lebenswichtigen Regeln, welche die Suva für unterschiedliche Branchen entwickelt hat, müssten zwingend eingehalten werden. «Damit die Leute auf dem Bau die Regeln auch umsetzen, muss man ihnen erklären, wovor die Regel schützt.» Das vorzeitige Untersuchen von verdächtigen Bausubstanzen beispielsweise schützt vor Asbesterkrankungen. Diese Abklärungen haben bei dieser Baustelle ergeben, dass das Gebäude asbestfrei ist. «Das grösste Problem ist mitunter, dass die lebenswichtigen Regeln noch nicht allen bekannt sind.»

Die Hauptverantwortung sieht Ribí ganz klar bei den Vorgesetzten. Diese hätten die Pflicht, sich für die lebenswichtigen Regeln zu interessieren, diese bekannt zu machen und durchzusetzen. «Es sind pro >

«Ehrlich gesagt, keiner will die Suva unangemeldet auf der Baustelle haben.»

Roman Ribí



Ribí on Tour

Auf Schweizer Baustellen gibt es immer noch viel zu viele schwere Unfälle mit Toten und Verletzten. Warum eigentlich? Roman Ribí will es in der Videoserie «Ribí on Tour» wissen und spürt zusammen mit seinem Kameramann den Gefahren und dem Umgang mit den lebenswichtigen Regeln auf Baustellen nach. Der selbstständige Bauleiter und ehemalige Schreiner spricht mit Berufsleuten, die ihr Handwerk verstehen. Ehrlich, offen, von Mensch zu Mensch. Klicken Sie rein und schauen Sie, was dabei herausgekommen ist.

suva.ch/ribi





1



2



3

1. Roman Ribi auf der Baustelle in Zürich-Oerlikon.

2. Die Kombination aus Schutzbrille und Schutzmaske ist wegen Beschlag nicht immer optimal, aber wichtig.

3. Schutzhandschuhe, lange Kleider und Sicherheitsschuhe beugen Verletzungen vor.



Helmvorschrift:
Roman Ribi
setzt sich für die
Sicherheit auf
der Baustelle ein.

Branche acht bis zehn Regeln. Diese auswendig zu kennen, ist nicht zu viel verlangt.» Von oben nach unten müssten diese vermittelt werden, und der Vorgesetzte müsse mit voller Überzeugung dahinterstehen und diese auch durchsetzen. Nur so sei es innerhalb der Hierarchien auf einer Baustelle auch möglich, auf Fehler hinzuweisen.

Die Mitarbeitenden unterstützen

Letztthin hätte ihn ein Schweißer um Hilfe gebeten. Der Schweißer selber hätte mit der korrekten Schutzausrüstung gearbeitet. Aber nur wenige Meter daneben habe ein Maler eine Wand anstreichen müssen und sei ebenfalls dem Lichtbogen und der Gefahr der Schweißblende ausgesetzt gewesen. «Ich habe dem Maler eine andere Arbeit zugeteilt.» Es liege in einem solchen Moment an ihm als Bauleiter, eine Lösung für das Problem aufzuzeigen. «So habe ich das Anliegen des Schweißers ernst genommen und ihm gezeigt, dass ich für die Sicherheit auf der Baustelle einstehe.»

Die Suva nervt manchmal

Obwohl Ribi als Botschafter für die Suva auftritt, ist er auch ab und an kritisch mit ihr. Verschmitzt gibt er zu: «Ehrlich gesagt, keiner will die Suva unangemeldet auf der Baustelle haben.» Es sei halt unangenehm, auf Fehler hingewiesen zu werden, was mitunter die Aufgabe der Sicherheitsexperten der Suva sei. So laufe

während des Besuchs sicher einer ohne Helm durch die Gegend oder eine Absturzsicherung sei einige Zentimeter zu tief oder aber die Sicherheitsschuhe würden nicht getragen. «Aber hey», verteidigt sich Ribi, «eine aufgeräumte und saubere Baustelle verhindert möglicherweise mehr Unfälle als beispielsweise eine um zwei Zentimeter zu tiefe Absturzsicherung.»

Stopp rufen ist eine Pflicht

Aber natürlich steht Ribi hinter den Vorschriften der Suva. So findet er es unbedingt notwendig, dass bei Gefahr Stopp gesagt wird. Er erlebt aber auf seinen Baustellen auch, warum das so schwierig ist. Bei einem Umbau arbeiten die unterschiedlichsten Firmen zusammen. Es sind Elektriker vor Ort, Maurer, Sanitäre. «Da will kaum einer den Kollegen oder die Kollegin darauf hinzuweisen, dass diese nicht genügend gesichert sind oder keine Schutzkleider tragen.» Auch innerhalb derselben Firma geschehe dies wegen interner Hierarchiestufen kaum. Das dürfe aber nicht sein. «Wenn dir was auffällt, rufe Stopp, egal, welche Position du hast. Es geht hier um Menschenleben und um nichts anderes.»

[suva.ch/regeln](https://www.suva.ch/regeln)

Finden Sie heraus, ob es die lebenswichtigen Regeln auch für Ihren Beruf gibt.

Arbeitsunfälle auf dem Bau

Über **50000** Unfälle ereignen sich jährlich im Bauhaupt- und Ausbaugewerbe in der Schweiz.

50000

2000 davon sind Absturzunfälle. Daraus resultieren **100** Invaliditätsfälle und **7** Todesfälle.



Unfälle mit Baumaschinen: **6** tödliche Unfälle pro Jahr, **40** mit Invaliditätsfolge



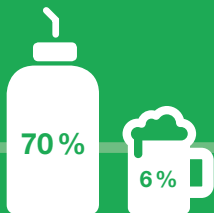
Fairplay und Fitness

Fussball wird stets intensiver, schneller, härter. Besonders das hohe Tempo führt im Spiel – aber auch im Training – zu mehr Verletzungen. Die beste Prävention sind gute Fitness, richtige Ausrüstung und vor allem Fairplay.

suva.ch/fussballtest

500 000

Pro Jahr entstehen durch Fussballunfälle 500 000 Ausfalltage bei der Arbeit. 70 % der Unfälle geschehen im Rahmen des formellen Klubfussballs, 6 % passieren an Grümpelturnieren.



45 000

Fussballunfälle mit ärztlicher Behandlung führen pro Jahr zu Kosten von rund 195 Millionen Franken.

3400 Franken kostet ein Fussballunfall im Durchschnitt.



Zweikämpfe

Zwischen 2004 und 2015 haben Kontaktverletzungen von 4,7 auf 5,6 Verletzungen pro 1000 Spielstunden zugenommen.

Fouls

Ein Drittel aller Fussballunfälle im Klubfussball entstehen durch ein Foulspiel.



Unfälle

Im gleichen Zeitraum haben auch die Unfälle ohne Gegnerkontakt während des Trainings zugenommen, nämlich von 1,8 auf 2,2 Verletzungen pro 1000 Spielstunden.



Verletzte Körperteile

Untere Extremitäten (Fuss, Bein, Knie, Hüfte) **71 %**

16 % **Obere Extremitäten** (Schulter, Arm, Ellbogen, Hand, Finger)

7 % **Kopf und Hals**

6 % **Rücken und Gesäss**



Was Ihnen zusteht

Rund die Hälfte aller Arbeitnehmenden in der Schweiz ist bei der Suva versichert. Und alle haben im Falle eines Unfalls oder einer Berufskrankheit Anspruch auf eine zweckmässige und qualitativ angemessene medizinische Behandlung.

Text: Regula Müller; Illustration: tnt-graphics

Nach einem Unfall sind rasche Genesung und Rehabilitation das Wichtigste. Die Leistungen, die unter anderem das Spital, die Rehakliniken und die Physiotherapeuten zu diesem Zweck erbringen, bezahlt die Suva. Dafür wird vorerst abgeklärt, ob es sich beim gemeldeten Ereignis tatsächlich um einen Unfall handelt. Dabei behandelt die Suva alle versicherten Personen gleich.

Unfalldefinition vom Gesetz

Das Gesetz definiert den Unfallbegriff. Ein Unfall ist die plötzliche, nicht beabsichtigte schädigende Einwirkung eines ungewöhnlichen äusseren Faktors auf den menschlichen Körper, die eine Beeinträchtigung der körperlichen, geistigen oder psychischen Gesundheit oder den Tod zur Folge hat. Das Ereignis muss den Rahmen des Alltäglichen und Üblichen sprengen (siehe Box). Diese gesetzlichen Vorgaben helfen den Mitarbeitenden der Suva zu entscheiden, ob ein Unfall vorliegt. Ebenfalls gesetzlich geregelt sind die so-

Geldleistungen

Die Geldleistungen richtet die Suva den Versicherten oder den Arbeitgebern direkt aus. Die Grundlage ist der versicherte Verdienst. Der Bundesrat legt dabei den Höchstbetrag fest.

- Taggeld
- Invalidenrente
- Hinterlassenenrente
- Hilflosenentschädigung
- Integritätsentschädigung



nannten Listendiagnosen. Dabei handelt es sich um Gesundheitsschäden, die sowohl durch unfallähnliche Ereignisse wie auch durch krankhafte oder degenerative Faktoren entstanden sind. Die eingereichte Schadenmeldung durch den Verunfallten und das Arzteugnis geben meist Aufschluss darüber, ob eine Leistungspflicht für die Suva gemäss Gesetz vorliegt. Häufig sind dazu auch Gespräche mit dem Arbeitgeber oder Rückfragen an den Verunfallten nötig.

Leistungen der Suva

Sobald der gemeldete Unfall als solcher anerkannt ist, bezahlt die Suva die Leistungen aus (siehe Grafik). Die Geldleistungen, beispielsweise für Lohnausfälle, bekommt der Verunfallte in der Regel via Arbeitgeber auf sein Konto. Die Pflegeleistungen überweist die Suva den Ärzten und Spitalern direkt. Dies nach tariflichen und vertraglichen Bestimmungen unter der Durchführung einer systematischen Heilkostenkontrolle. Kostenvergütungen für Transporte und Rettungs-

Sachleistungen

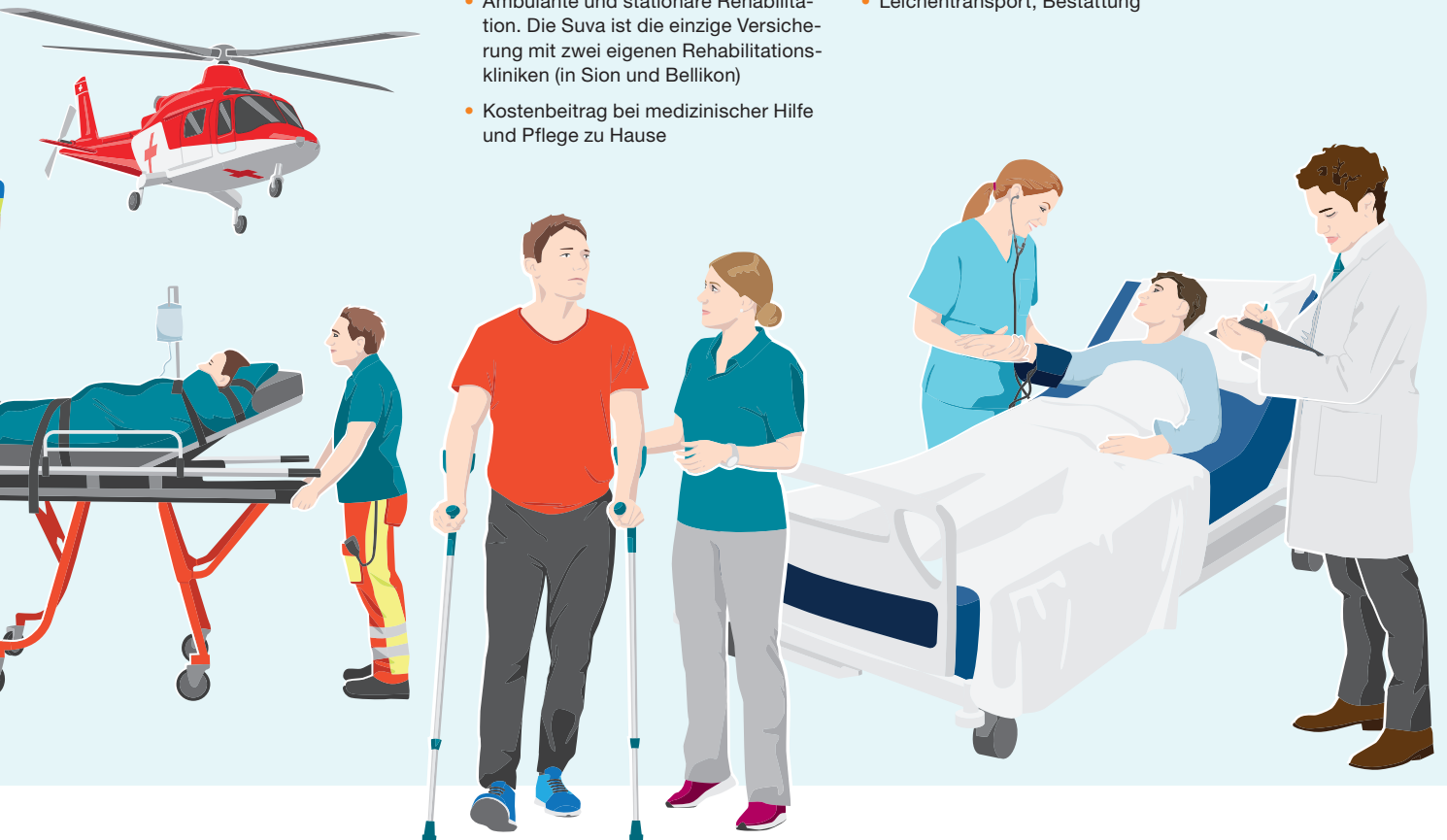
Der gut ausgebaute ärztliche Dienst der Suva beantwortet versicherungsmedizinische Fragen und wirkt auch unterstützend bei der Beurteilung und Gewährleistung zweckmässiger und wirtschaftlicher Behandlungen mit.

Pflegeleistungen

- Ambulante Behandlung durch den Hausarzt, Zahnarzt, Chiropraktiker, die Physiotherapie sowie das Spital
- Stationäre Spitalbehandlung (allgemeine Abteilung)
- Verordnete Arzneimittel und Analysen
- Nach- und Badeskuren
- Ambulante und stationäre Rehabilitation. Die Suva ist die einzige Versicherung mit zwei eigenen Rehabilitationskliniken (in Sion und Bellikon)
- Kostenbeitrag bei medizinischer Hilfe und Pflege zu Hause

Kostenvergütungen (teilweise betraglich limitiert)

- Hilfsmittel (z. B. Hörgeräte, Prothesen)
- Sachschäden bei Behandlungsbedürftigkeit
- medizinisch notwendige Reisen und Transporte
- Rettungs- und Bergungsmassnahmen
- Leichentransport, Bestattung



massnahmen übernimmt die Suva in einem gewissen Umfang ebenfalls.

Das oberste Ziel ist es, dass die verunfallte Person möglichst bald wieder in den Beruf und in den Alltag zurückkehren kann. Denn nur so ist eine vollständige körperliche und soziale Genesung möglich. Dazu betreibt die Suva auch eigene Rehabilitationskliniken und unterstützt bei der Wiedereingliederung in den Arbeitsprozess. ●

[suva.ch/schadenmeldung](https://www.suva.ch/schadenmeldung)

Melden Sie einen Unfall oder eine Berufskrankheit umgehend beim Arbeitgeber. So erhalten Sie schneller die umfassende und gezielte Betreuung durch die Suva sowie die entsprechenden Versicherungsleistungen.

[suva.ch/versicherungsleistungen](https://www.suva.ch/versicherungsleistungen)

Im Film können Sie sich ein weiteres Bild über all unsere Leistungen machen.

Diese Kriterien beschreiben einen Unfall

- 1 Plötzlichkeit:** Das Ereignis muss plötzlich auf den menschlichen Körper einwirken (einmalig, kurzer Zeitraum).
- 2 Unbeabsichtigt:** Die Verletzung wird nicht absichtlich herbeigeführt.
- 3 Schädigung:** Das Ereignis bewirkt einen Gesundheitsschaden.
- 4 Ungewöhnlichkeit:** Der Vorfall sprengt den Rahmen des Alltäglichen und Üblichen.
- 5 Äusserer Faktor:** Das Ereignis muss sich in der Aussenwelt abspielen.



Das
Ding

Gesehen werden

Mehr Sichtbarkeit im Strassenverkehr bedeutet mehr Sicherheit. Für Velofahrer und Fussgänger ist bei Dunkelheit das Unfallrisiko dreimal höher, als wenn es hell ist. Licht, helle Kleidung und reflektierendes Material sind daher unverzichtbar.

Text: Regula Müller, Foto: Erwin Auf der Maur



Sichtbar zu Fuss und beim Joggen

Dunkel gekleidete Personen erkennt man bei schlechten Lichtverhältnissen nur bis zu einer Distanz von 25 Metern. Helle Kleider und Signal- oder Neonfarben verbessern die Sichtbarkeit bereits auf 40 Meter, reflektierende Elemente sogar auf 140 Meter.

Besonders wirkungsvoll sind:

- reflektierende Arm- und Fussbänder
- Sohlenblitze
- Regenschirme, Taschen und Rucksäcke mit reflektierendem Material
- Leuchtwesten
- weisse, ruhende LED-Lichter

Sichtbar auf dem Skateboard & Co.

Wer nachts oder bei schlechter Sicht mit einem Trottinett, Skateboard oder mit Inline-Skates auf Radwegen oder auf der Fahrbahn unterwegs ist, muss sich oder sein Gerät mit einem nach vorne weiss und nach hinten rot leuchtenden Licht ausrüsten. Auch hier machen helle Kleider und reflektierende Materialien noch besser sichtbar.

Leuchtwesten
und Mützen mit
integriertem LED-
Licht finden Sie auf
sapro.ch





Sichtbar auf dem Velo oder E-Bike

Gesetzlich vorgeschrieben sind Beleuchtungen und Reflektoren vorne, hinten und an den Pedalen (ausgenommen bei Klickpedalen, Sicherheitspedalen und dergleichen).

- ein weisses, ruhendes Licht vorne und ein rotes, ruhendes Rücklicht. Die Lichter müssen in der Nacht bei guter Witterung auf 100 Meter Distanz sichtbar sein.
- weisse Reflektoren vorne, rote Reflektoren hinten (mindestens 10 cm² gross)
- Rückstrahler an den Pedalen vorne und hinten



Für noch mehr Sichtbarkeit sorgen:

- Speichenreflektoren
- reflektierende Pneus
- Leuchtwesten
- reflektierende Handschuhe
- reflektierende Arm- und Fussbänder

Weitere Tipps für eine sichere Veloausrüstung zeigt der Film auf [suva.ch/velo](https://www.suva.ch/velo)

«Sicherheit ist Teamwork»

Jean-Pierre Egger trainierte die Alinghi-Crew, heute berät er Firmen. Was Spitzensport und Arbeitssicherheit gemeinsam haben, verrät er im Interview.

Interview: Nadia Gendre; Foto: Herbert Zimmermann

Sie begleiten Firmen bei der Erarbeitung einer Sicherheitskultur. Wo fangen Sie an?

In einer ersten Etappe gilt es, den Zweck und das Ziel zu definieren. Doch bevor wir loslegen, analysieren wir den aktuellen Stand des Unternehmens. Die Anzahl der Unfälle, Abwesenheitstage und Statistiken über häufig verletzte Körperteile liefern Indikatoren dafür, wo wir ansetzen können. Denn um einen Fortschritt in Sachen Sicherheit zu beobachten, benötigen wir Mess- und Vergleichswerte.

Meine Favoriten auf suva.ch

Präventionsmodule:
[suva.ch/praeventionsmodule](https://www.suva.ch/praeventionsmodule)

Ein informiertes Management:
[suva.ch/integrierte-sicherheit](https://www.suva.ch/integrierte-sicherheit)

Fitte Mitarbeitende:
[suva.ch/fitnesstest](https://www.suva.ch/fitnesstest)

Wie stellen Sie ein Siegerteam zusammen?

Im Sport funktioniert es so: Sobald das Ziel bekannt ist, stellt man ein Team zusammen, das über die erforderlichen technischen Fähigkeiten und Arbeitsweisen verfügt. Dieses Team ist der Treibstoff, um ein Projekt zum Ziel zu bringen. Die Mischung aus körperlichen, emotionalen und mentalen Stärken muss stimmen. Je positiver der Teamspirit, desto besser die Leistung. Ähnlich ist es in einem Unternehmen. Es lohnt sich, seine Mitarbeitenden auf Gesundheits- und Sicherheitsthemen zu sensibilisieren und sie so fit zu halten.

Wie kann man die Teamleistung steigern?

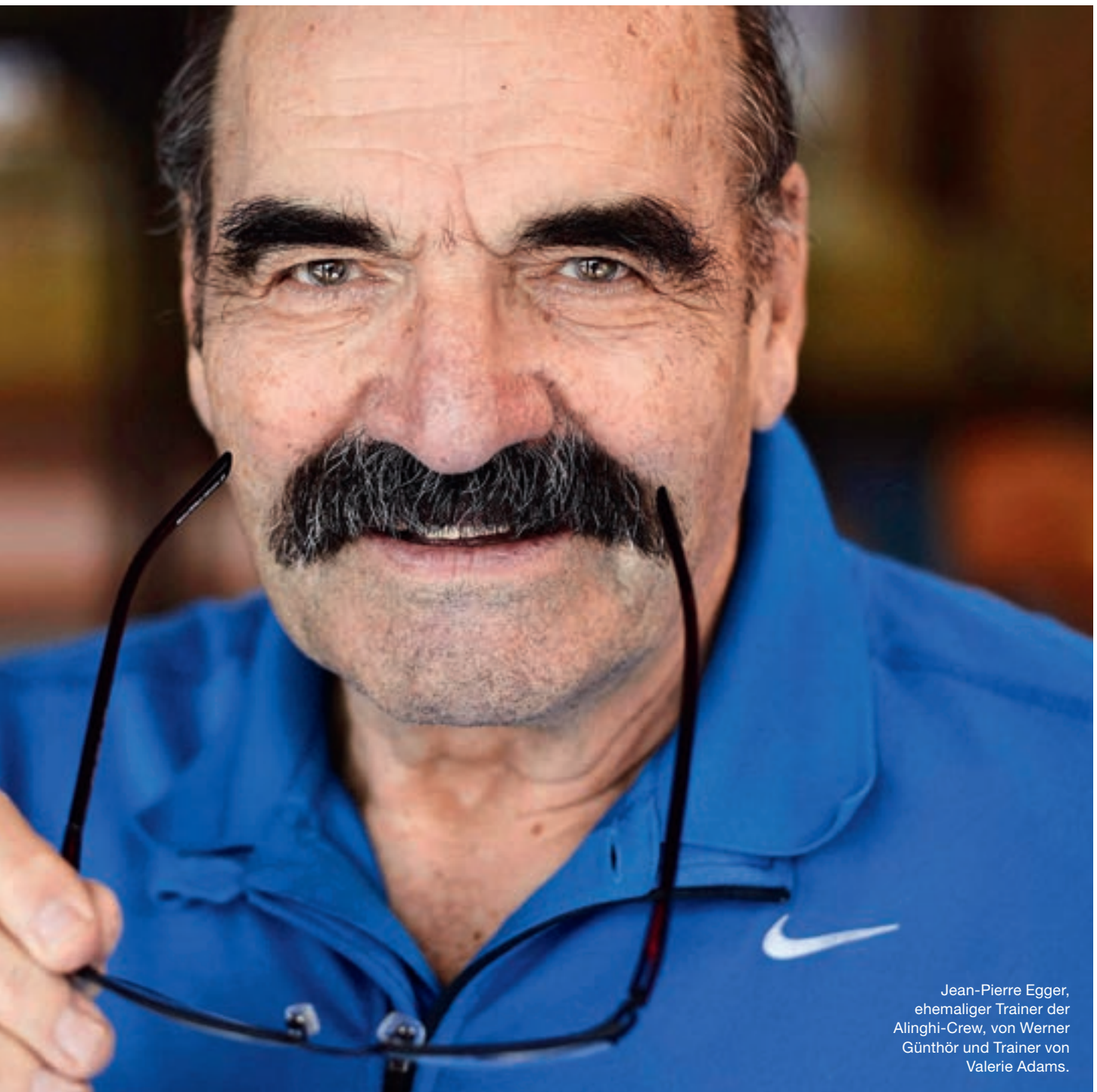
Bei Alinghi beispielsweise wusste jeder, was er zu tun hat, und kannte die Rolle seiner Kollegen. Vertrauen ist das A und O. Um zu gewinnen, muss man auf die Stärken fokussieren, nicht auf die Schwächen. Genau so sehe ich es auch im Bereich der Sicherheit. Es

«Es hilft nichts, nach einem Unfall einfach nach dem Schuldigen zu suchen.»

Jean-Pierre Egger

hilft nach einem Unfall nicht, wenn man nach dem Schuldigen sucht. Besser ist es, zu eruieren, was man hätte besser machen können. Ab und zu sind Fehler nötig, damit man sich selber infrage stellen kann.





Jean-Pierre Egger,
ehemaliger Trainer der
Alinghi-Crew, von Werner
Günthör und Trainer von
Valerie Adams.

Das Etablieren der Sicherheitskultur braucht Durchhaltewillen. Wie bleibt das Team motiviert?

Für mich sind die Werte ausschlaggebend, die wir zu Beginn des Projekts festlegen. Sie beeinflussen massgeblich die Vorgehensweise und die Einstellung, mit denen wir das Ziel erreichen wollen. Werte schweissen das Team zusammen und führen es zum Erfolg.

Um eine Sicherheitskultur zu entwickeln, müssen Unternehmen Gewohnheiten ändern und die Komfortzone verlassen. Welchen Rat geben Sie?

Nur wer Unsicherheiten aushält, kommt voran. Neue Maschinen, neue Regeln – damit muss man sich erst einmal vertraut machen. Doch nicht jeder lernt auf die gleiche Weise. Der Coach muss alle Vermittlungskanäle (auditiv, visuell oder taktil) nutzen, um den Mitarbeitenden die Botschaften verständlich zu machen. Nur dann besteht die Chance, dass vertraute Gewohnheiten aufgegeben werden. Wenn eine Botschaft nicht ankommt, muss man den Grund dafür finden. Ein Trainer muss sein Team gut kennen, wenn er es zum Sieg führen will. Daher ist die Rolle des Sicherheitsbeauftragten oder des Chefs so wichtig. ●

Gesundheit der Mitarbeitenden

Fitte Mitarbeitende sind an ihrem Arbeitsplatz zufriedener und leistungsfähiger. Wenn Unternehmen erfolgreich sein wollen, sollten sie ihre Mitarbeitenden dabei unterstützen. Denn sie vertreten nicht nur ihre Werte, sie stellen auch die wertvollste Ressource dar.
suva.ch/bewegung



Schweiz bewegt

Das Gemeindeduell

Das grösste nationale Programm zur Förderung von mehr Bewegung geht in die nächste Runde. Im kommenden Mai können Sie zusammen mit Ihrer Gemeinde wieder Bewegungsminuten sammeln und ihr somit zum Titel «bewegteste Gemeinde der Schweiz» verhelfen. Via App können Sie Ihre Bewegungsminuten erfassen, welche dann automatisch auf das Gemeindegkonto fliessen.

Im Schnitt nehmen jährlich über 200 000 Personen am Duell teil und sammeln bis zu 400 000 Bewegungsstunden. Rund 180 Gemeinden organisieren ausserdem in Zusammenarbeit mit Vereinen kostenlose Aktivitäten für die ganze Bevölkerung mit dem Ziel, diese langfristig zu mehr Bewegung zu motivieren.

App und weitere Infos: schweizbewegt.ch

Berufskrankheiten vorbeugen

Gesund bleiben beim Arbeiten in Wäschereien

In Wäschereibetrieben gibt es Gefahren, welche die Gesundheit der Mitarbeitenden gefährden können: physikalische, chemische und nicht zuletzt biologische. Gerade, wenn es um Wäsche aus Betrieben des Gesundheitswesens geht, ist der sichere Umgang entscheidend, um Infektionen zu vermeiden. Die Infoschrift erklärt Gefahren und Massnahmen, um Berufskrankheiten vorzubeugen.

Gesundheitsschutz in Wäschereien.

Informationsschrift, 19 Seiten A4, nur als PDF: suva.ch/66140.d

Reizend

Mit Glas- und Steinwolle sicher umgehen

Glas- und Steinwolle reizen Augen, Haut und Schleimhäute. Ohne Schutzmassnahmen mit dem Material zu arbeiten, kann zu Entzündungen der Augen, der oberen Atemwege, des Rachens und der Nasenschleimhäute führen. Ein neues Factsheet zeigt deshalb auf, was beachtet werden muss, damit es nicht dazu kommt. Der Schlüssel liegt darin, möglichst staubarm zu arbeiten.

Glas- und Steinwolle. Sicherer Umgang beim Ein- und Ausbau, Factsheet, 2 Seiten A4, nur als PDF: suva.ch/33097.d

Kostenlos

Rechnungs-Software für Leistungserbringer

Die Suva stellt eine neue kostenlose Rechnungs-Software für medizinische Leistungserbringer mit geringem Rechnungsvolumen zur Verfügung. «Medical Invoice» (MIC) erlaubt es, per Webbrowser standardisierte Rechnungen zu erstellen und elektronisch zu übermitteln. Dadurch werden Aufwand, Papier, Versandkosten und Zeit gespart.

Medical Invoice

Registrieren und ausführen: medicalinvoice.ch
Factsheet: suva.ch/3867.d

Neu oder überarbeitet auf suva.ch

Eine Auflistung neuer oder überarbeiteter Publikationen für die Prävention von Unfällen und Berufskrankheiten finden Sie auf suva.ch/publikationen



Tragbare Leitern
Richtig umgehen mit Anstell- und Bockleitern.
Merkblatt, 20 Seiten A4:
suva.ch/44026.d

Ortsfeste Leitern
Checkliste, 6 Seiten A4:
suva.ch/67055.d

Stopp dem Manipulieren von Schutzeinrichtungen
Checkliste, 4 Seiten A4:
suva.ch/67146.d

Holzelementbau
Sicherheit durch Planung
Merkblatt, 40 Seiten A4:
suva.ch/66135.d

Transport und Lagerung von Flachglas im Betrieb
Checkliste, 6 Seiten A4:
suva.ch/67194.d

Beladen und Entladen von Containern und Mulden
Checkliste, 6 Seiten A4:
suva.ch/67174.d

Lärm am Arbeitsplatz
Checkliste, 4 Seiten A4:
suva.ch/67009.d

Helikoptereinsatz bei Forstarbeiten
Checkliste, 6 Seiten A4:
suva.ch/67200.d



Achtung, Notausgang!
Kleinplakat A4:
suva.ch/55196.d

Regeln schaffen Klarheit
Merkblatt, 8 Seiten A4:
suva.ch/66110.d



Publikationen

Unsere Publikationen können Sie online bestellen: suva.ch/benefit-bestellkarte

Oder geben Sie die jeweilige Publikationsnummer im Suchfeld unserer Website ein: suva.ch

E-Paper und Newsletter

Bleiben Sie laufend informiert mit dem Newsletter der Suva. Im Zusammenspiel mit den Möglichkeiten unserer Website ist der Newsletter jetzt noch aktueller. suva.ch/newsletter suva.ch/benefit

Wettbewerb

Bis 13. Mai 2020 mitmachen und tolle Preise gewinnen: suva.ch/wettbewerb

Jedes Jahr führen Zeckenstiche zu rund 10 000 Arztbesuchen. Zecken können Borreliose oder Hirnhautentzündung (FSME) auf den Menschen übertragen. Zeckenstiche gelten als Unfälle und verursachen Kosten in Millionenhöhe.

Tipps zum Schutz vor Zecken:
suva.ch/zecken

Frage:
Wie können Sie sich vor Zeckenstichen schützen?

- Antworten:**
- A** Helm aufsetzen
 - B** Sicherheitsschuhe tragen
 - C** Zeckenschutzmittel verwenden



1. Preis:
GoPro Hero 7
White Travel Kit



2. Preis: Tunnelzelt
Revolution Cudi 4



3. Preis: Stirnlampe

Das Leben ist schön,
solange nichts passiert.



[suva.ch/regeln](https://www.suva.ch/regeln)

Deshalb gibt's die lebenswichtigen Regeln.

Halte dich an deine lebenswichtigen Regeln
und sag bei Gefahr «Stopp»!

suva