suva

Lernaufgaben für:

Name: ..... Vorname: .....

DangerZone I

«Sichere Lehrzeit» Lernaufgaben

(für 1. und 2. Lehrjahr)

Lernziele

- Die Lernenden werden für die Sicherheitsrisiken an ihrem Arbeitsplatz sensibilisiert und erwerben Grundkenntnisse der Arbeitssicherheit.
- Die Lernenden kennen die Sicherheitsregeln ihres Betriebes und die spezifischen «Lebenswichtigen Regeln» für ihren Beruf.
- Die Lernenden wissen, dass sie das Recht haben, Stopp zu sagen, wenn eine lebenswichtige Regel verletzt wird, wenn sie unsicher sind oder wenn sie Angst haben. Sie beheben die Gefahr immer gemeinsam mit einem kompetenten Mitarbeiter und arbeiten erst dann wieder weiter.

Anwendung

Diese Aufgaben werden während der Lehrzeit selbstständig durch die Lernenden gelöst. Der Berufsbildner sorgt dafür, dass die Aufgaben über die ersten zwei Lehrjahre verteilt und abgeschlossen werden. Folgend auf die DangerZone I gibt es die DangerZone II, welche ab dem 3. Lehrjahr empfohlen wird.
Die Aufgaben sind unabhängig voneinander lösbar. Es wird empfohlen, die vorgegebene Reihenfolge der Aufgaben einzuhalten.

Die fertigen Aufgaben müssen gemeinsam mit dem Berufsbildner/Vorgesetzten besprochen werden. Wo sinnvoll, sollen die Lösungen im Betrieb kommuniziert werden, damit auch die anderen Mitarbeitenden davon profitieren. Dadurch investiert der Betrieb nicht nur eine halbe Stunde pro Lernenden, sondern erhält auch einen Gegenwert zurück.

Zuständig
Vorgesetzte, Berufsbildner
Zu kombinieren mit
Arbeitsheft Suva-Bestell Nr. 88273.d
Zeitbedarf für Lernende
15–30 Minuten pro Aufgabe
Ausbildungsort
am Arbeitsplatz

Lösungen für den Vorgesetzten

Aufgabe 7

Ursachen

- Hände nicht am Handlauf
- Treppe rutschig
- Treppe mit Gegenständen belegt.

Massnahmen

- Handlauf festhalten
- Treppe trocknen, wenn etwas verschüttet wurde
- Treppe von Gegenständen befreien.

Aufgabe 8

1 ätzend
2 explosiv
3 gesundheitsschädigend
4 hochentzündlich
5 Vorsicht gefährlich
6 brandfördernd
7 Gas unter Druck
8 gewässergefährdend
9 hochgiftig

Aufgabe 10

Welche Folgen des Unfalls sind richtig?
«Ja»: Nr. 1, Nr. 2, Nr. 4, Nr. 5, Nr. 6, Nr. 7 «Nein»: Nr. 3

Unfallkosten einer Knieverletzung (starke Verrenkung mit operativem Eingriff):
Heilungskosten: CHF 7800.–, Taggeld: CHF 2200.–, Betrieb: CHF 15 000.–, Total: CHF 25 000.–

Erklärung zu Kosten «Betrieb» (indirekte Kosten):
Nach Erfahrungswert, mindestens Faktor 1.5 der direkten Kosten (Heilungskosten plus Taggeld):
1.5 mal 10 000.– = CHF 15 000.–

Aufgabe 11

					S	C	H	U	H	W	E	R	K	
							S	M	A	R	T	P	H	O	N	E
							W	I	N	T	E	R				
K	L	E	B	E	B	A	N	D								
		V	I	E	R	T	E	L								
									A	R	B	E	I	T		
							N	E	U	N						
						H	Ä	U	F	I	G	S	T	E		

Aufgabe 12

59 % Ballspiele
28 % Turnen
6 % Wintersport
4 % Andere Sport- und Spielarten
2 % Kampfsport
1 % Wassersport

DangerZone I
«Sichere Lehrzeit» Lernaufgabenmappe

Nr. 1 Stopp sagen will gelernt sein
Gelöst am: .....

Nr. 2 Notfallorganisation
Gelöst am: .....

Nr. 3 Sicherheits-Fotosafari
Gelöst am: .....

Nr. 4 Interview
Gelöst am: .....

Nr. 5 Persönliche Schutzausrüstung
Gelöst am: .....

Nr. 6 Was, wo, wie?
Gelöst am: .....

Nr. 7 Aus Unfällen lernen
Gelöst am: .....

Nr. 8 Gefahrensymbole
Gelöst am: .....

Nr. 9 No risk, no fun?
Gelöst am: .....

Nr. 10 Unfallfolgen
Gelöst am: .....

Nr. 11 Stolpern kann jeder
Gelöst am: .....

Nr. 12: Sportunterricht
Gelöst am: .....

Ich lerne sicher Arbeiten.
Bei Gefahr sage ich STOPP.

Suva
Gesundheitsschutz
Bereich Support und Grundlagen
Postfach, 6002 Luzern

Auskünfte
Tel. 041 419 58 51

Download
www.suva.ch/88276.d

Titel
DangerZone I «Sichere Lehrzeit»
Lernaufgabenmappe

Abdruck – ausser für kommerzielle Nutzung – mit Quellenangabe gestattet.

Erstausgabe: Juni 2013
Überarbeitete Ausgabe: November 2018

Publikationsnummer
88276.d (nur als PDF erhältlich)

suva

Nr. 1: Stopp sagen will gelernt sein

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

Arbeiten und gesund bleiben. Das will doch eigentlich jeder. Damit Lernende im täglichen Job nicht verunfallen, müssen sie Bescheid wissen. Dazu gehört es auch, im richtigen Moment Stopp zu sagen – bevor es zu spät ist.

Es ist für Lernende wichtig, die «Lebenswichtigen Regeln» der Branche zu kennen und zu befolgen. Droht Gefahr für Leben und Gesundheit, sage ich **Stopp**! In solchen Fällen haben alle das Recht und die Pflicht, die Arbeit zu unterbrechen. Damit sie am Abend alle gesund nach Hause zurückkehren.

Nr. 1: Stopp sagen will gelernt sein

Aufgabe:
Es gibt in jedem Unternehmen interne Sicherheitsregeln. Zusätzlich hat die Suva für einige Branchen «Lebenswichtige Regeln» erstellt. Unter www.suva.ch/regeln informieren Sie sich über Ihre lebenswichtigen Regeln. Klären Sie ab, wer im Betrieb für die Schulung der lebenswichtigen Regeln zuständig ist. Bei Unklarheit fragen Sie den Berufsbildner.

Meine lebenswichtigen Regeln (siehe www.suva.ch/regeln)
Gibt es für meinen Beruf lebenswichtige Regeln?
☐ Ja ☐ Nein

Wenn ja, wie lauten die lebenswichtigen Regeln für meinen Beruf?
Titel der lebenswichtigen Regel: .....

Falls Sie die lebenswichtigen Regeln noch nicht erhalten haben, kontaktieren Sie Ihren Berufsbildner.
Die Unterlagen können unter www.suva.ch/regeln bestellt werden.

Ich wurde instruiert
Der SiBe oder mein Berufsbildner haben mich in den Sicherheitsregeln und in den lebenswichtigen Regeln instruiert. Wenn nein, ist es höchste Zeit, den SiBe oder den Berufsbildner aufzufordern und das nachzuholen.
☐ Ja ☐ Nein

Fragen Sie einen erfahrenen Kollegen, ob er die lebenswichtigen Regeln oder die im Betrieb geltenden Sicherheitsregeln kennt.
☐ Ja ☐ Nein

Wenn nein, posten Sie die lebenswichtigen Regeln gemeinsam mit dem SiBe an das offizielle Anschlagbrett.

Merke:
Zum Sicheren Arbeiten gehört auch das Stopp sagen. Lernende haben nicht nur das Recht und die Pflicht, Stopp zu sagen, wenn eine lebenswichtige Regel verletzt wird. Bei Lernenden gilt: Ich sage Stopp, wenn eine lebenswichtige Regel verletzt wird. der Arbeitsauftrag unklar ist. ich mich unsicher oder überfordert fühle.

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt

suva

Nr. 2: Notfallorganisation

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

Unfälle, akute Erkrankungen am Arbeitsplatz, Brände oder andere unerwünschte Ereignisse können jedes Unternehmen treffen. In solchen Fällen tragen eine gute Notfallorganisation, funktionierende Erste-Hilfe-Massnahmen und gut instruiertes Personal viel zur Schadensminderung bei.

Nr. 2: Notfallorganisation

Aufgabe:
Informieren Sie sich über die Notfall-Organisation in Ihrem Betrieb und beantworten Sie diese Fragen.

Im Betrieb geltende Notfallorganisation
Ich lasse mir das Blatt mit der Notfallorganisation oder die persönliche Notfallkarte geben. Falls ich über die Notfall-Organisation noch nicht instruiert worden bin, lasse ich mich durch den Berufsbildner/Vorgesetzten instruieren.

Bitte überprüfen Sie, ob folgende Notfallnummern im Betrieb geregelt sind und schreiben Sie die entsprechenden Nummer auf:

Notfall/Sanität	Tel-Nr.:	☐ Ja	☐ Nein
Polizei	Tel-Nr.:	☐ Ja	☐ Nein
Feuerwehr	Tel-Nr.:	☐ Ja	☐ Nein
REGA	Tel-Nr.:	☐ Ja	☐ Nein
Vergiftung	Tel-Nr.:	☐ Ja	☐ Nein

Finden Sie in Ihrer Arbeitsumgebung eine Notfall-Apotheke?
☐ Ja ☐ Nein Ort: .....

Ist diese Notfall-Apotheke frei zugänglich und aufgefüllt?
☐ Ja ☐ Nein

Finden Sie in Ihrer Arbeitsumgebung markierte Notausgänge?
☐ Ja ☐ Nein

Sind diese Notausgänge frei zugänglich?
☐ Ja ☐ Nein

Finden Sie in Ihrer Arbeitsumgebung Brandlöscheinrichtungen?
☐ Ja ☐ Nein Ort: .....

Sind diese Brandlöscheinrichtungen frei zugänglich?
☐ Ja ☐ Nein

Ist ein Sammelplatz für die Evakuation definiert und markiert?
☐ Ja ☐ Nein

Haben Sie noch Fragen oder Bemerkungen zur Notfall-Organisation? Bitte kontaktieren Sie Ihren Berufsbildner/Vorgesetzten, falls Sie eine Aufgabe mit nein beantworten müssen.

.....

.....

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt

suva

Nr. 3: Sicherheits-Fotosafari

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

Die Arbeit soll Spass machen! Doch trotz allen Bemühungen ist es immer wieder möglich, dass Gefährdungen am Arbeitsplatz auftreten, die zu einem Unfall führen können. Diese Aufgabe hilft Ihnen, die Gefahren frühzeitig zu erkennen und die richtigen Massnahmen zu treffen, bevor es zu einem Unfall kommt. Bei besonders gefährlichen Situationen sagen Sie **Stopp** und melden die Gefahr umgehend dem Vorgesetzten.

Nr. 3: Sicherheits-Fotosafari

Aufgabe:
Unfallprävention heisst zu erkennen, wann und wo sich jemand verletzen könnte und wirksame Massnahmen zu treffen, damit es zu keinem Unfall kommt. Schauen Sie sich an Ihrem Arbeitsplatz um und suchen Sie eine solche konkrete Gefahrensituation. Fotografieren Sie diese mit dem Handy.

Beschreiben Sie in Stichwörtern die fotografierte Situation. Wo liegt die Verletzungsgefahr?

.....

.....

Wurde in dieser oben beschriebenen Gefahrensituation eine im Betrieb geltende Sicherheitsregel verletzt? Oder wird sogar eine «Lebenswichtige Regel» verletzt?
Im Betrieb geltende Sicherheitsregeln: ☐ Ja ☐ Nein
Wenn ja, welche Regel? .....

Lebenswichtige Regeln: ☐ Ja ☐ Nein
Wenn ja, welche lebenswichtige Regel? .....

Wenn eine lebenswichtige Regel verletzt wird, melden Sie die Gefährdung schnellstmöglich Ihrem Berufsbildner/Vorgesetzten!

Welches sind die wirksamen Massnahmen gegen diese Gefährdungssituation?

.....

Besprechen Sie die Massnahmen mit Ihrem Berufsbildner oder Vorgesetzten. Wenn es die richtigen Massnahmen sind, dann setzen Sie diese gemeinsam um.

Wie kann sichergestellt werden, dass diese Gefährdungssituation auch in Zukunft vermieden wird?

.....

.....

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt

suva

Nr. 4: Interview

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

Wahrscheinlich haben Ihre Arbeitskollegen und Arbeitskolleginnen schon Erfahrungen mit gefährlichen Situationen gemacht. Oft haben diese keine ernsten Konsequenzen nach sich gezogen. Dies mögen Situationen gewesen sein, in denen Ihre Arbeitskollegen knapp an einem Unfall vorbei gekommen sind und Glück gehabt haben. Gehen Sie auch diesen Beinahe-Unfällen auf den Grund, denn Beinahe-Unfälle enden nicht immer glimpflich.

Nr. 4: Interview

Aufgabe:
Führen Sie ein kurzes Interview mit einem erfahrenen Arbeitskollegen. Halten Sie dieses Gespräch in kurzer Form schriftlich fest.

Interview-Frage 1: Welches sind die grössten Gefährdungen in unserem Arbeitsbereich und wie schütze ich mich davor?

.....

.....

.....

Interview-Frage 2: Wo hast du das letzte Mal Glück gehabt oder eben nicht, bezogen auf eine Gefahrensituation?

.....

.....

.....

Interview-Frage 3: Welche Lehren / welche Massnahmen wurden daraufhin gezogen / getroffen?

.....

.....

.....

Interview-Frage 4: Welche Tipps gibst du mir, damit ich unfallfrei durch meine Lehre komme?

.....

.....

.....

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt

suva

Nr. 5: Persönliche Schutzausrüstung (PSA)

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

Grundsatz: Das Tragen der PSA verhindert, dass Arbeitnehmende verletzt oder in ihrer Gesundheit beeinträchtigt werden. PSA kommen aber erst zum Einsatz, wenn die Unfall- und Gesundheitsgefahren nicht durch Ersatzmassnahmen, Schutzeinrichtungen oder arbeitsorganisatorische Massnahmen vermieden oder ausreichend begrenzt werden können.

Verantwortung: Der Arbeitgeber muss den Arbeitnehmenden eine zumutbare PSA kostenlos zur Verfügung stellen. Er muss dafür sorgen, dass die PSA jederzeit bestimmungsgemäss verwendet werden. Der Arbeitnehmer ist seinerseits verpflichtet, die ihm zur Verfügung gestellte PSA zu benützen.

Nr. 5: Persönliche Schutzausrüstung PSA

Aufgabe:
Bitte markieren Sie, ob Sie die aufgeführte PSA benötigen oder nicht. Falls Sie diese benötigen, aber nicht persönlich erhalten haben, melden Sie das Ihrem Berufsbildner/Vorgesetzten. Notieren Sie im rechten Feld, bei welchen Tätigkeiten oder Arbeitsplätzen Sie diese PSA benötigen.

Kopfschutz
www.sapros.ch/kopfschutz

☐ Ja, PSA wird benötigt
☐ Nein, PSA wird nicht benötigt
☐ PSA fehlt

Tätigkeiten/Arbeitsplätze:

Augenschutz
www.sapros.ch/augenschutz

☐ Ja, PSA wird benötigt
☐ Nein, PSA wird nicht benötigt
☐ PSA fehlt

Tätigkeiten/Arbeitsplätze:

Gehörschutz
www.sapros.ch/gehoerschutz

☐ Ja, PSA wird benötigt
☐ Nein, PSA wird nicht benötigt
☐ PSA fehlt

Tätigkeiten/Arbeitsplätze:

Handschutz
www.sapros.ch/handschutz

☐ Ja, PSA wird benötigt
☐ Nein, PSA wird nicht benötigt
☐ PSA fehlt

Tätigkeiten/Arbeitsplätze:

Fussschutz
www.sapros.ch/fussschutz

☐ Ja, PSA wird benötigt
☐ Nein, PSA wird nicht benötigt
☐ PSA fehlt

Tätigkeiten/Arbeitsplätze:

Atemschutz
www.sapros.ch/atemschutz

☐ Ja, PSA wird benötigt
☐ Nein, PSA wird nicht benötigt
☐ PSA fehlt

Tätigkeiten/Arbeitsplätze:

Schutzkleidung/
Warnbekleidung
www.sapros.ch/schutzbekleidung

☐ Ja, PSA wird benötigt
☐ Nein, PSA wird nicht benötigt
☐ PSA fehlt

Tätigkeiten/Arbeitsplätze:

Weitere PSA: Welche andere PSA ist für meinen Beruf notwendig und warum?
Schutz vor: Absturz, Ertrinken, Kälte, Wärme, Brand, Strahlen, Hautkrankheiten …

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt

suva

Nr. 6: Was, wie, wo?

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

Informationen zur Sicherheit am Arbeitsplatz finden Sie auf den Websiten von diversen Organisationen.

Die Website der Eidgenössischen Kommission für Arbeitssicherheit EKAS zeigt unter anderem auf, wie die Arbeitssicherheit in der Schweiz organisiert ist (www.ekas.ch). Auf der Site des Staatssekretariats für Wirtschaft seco finden Sie neben vielen anderen Inhalten auch Informationen zum Arbeitsgesetz, wie z. B. zu Arbeitszeiten oder zum Jugendschutz (www.admin.ch). Und auf der Webseite der Suva sind neben vielen Informationen zur Versicherung besonders auch Publikationen zur Prävention von Berufs- und Nichtberufsunfällen zu finden (www.suva.ch).

Nr. 6: Was, wie, wo?

Aufgabe:
Finden Sie auf den verschiedenen Websites zur Arbeitssicherheit die Antworten zu den untenstehenden Fragen.

Prävention von Berufsunfällen
Suchen Sie auf der Homepage der Suva und der EKAS nach Präventionskampagnen (Präventionsthemen).
Welche Kampagnen könnten für Ihren Betrieb in Frage kommen?

www.suva.ch/praevention

.....

.....

www.ekas.ch

.....

.....

Prävention von Nichtberufsunfällen
Nennen Sie einige Präventionsthemen der Suva Freizeitsicherheit und der bfu. Suchen Sie auf der jeweiligen Homepage nach diesen Informationen.

www.suva.ch/praevention

.....

.....

www.bfu.ch

.....

.....

Was ist das gemeinsame Ziel all dieser Kampagnen?

.....

.....

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt

suva

Nr. 7: Aus Unfällen lernen

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

Schwere Unfälle am Arbeitsplatz und in der Freizeit verursachen grosses Leid und enorme Kosten.

Deshalb ist es wichtig, dass wir aus Unfällen lernen. Jedes Ereignis ist demzufolge auch eine Chance. Wir müssen daraus die richtigen Lehren ziehen und uns fragen: Wie kam es zum Unfall? Mit welchen Massnahmen können gleiche oder ähnliche Ereignisse systematisch vermieden werden? «Aus Unfällen lernen» ist ein stetiger Prozess. Um die dazu notwendigen Zusammenhänge zu verstehen, wollen wir an einem einfach verständlichen Unfallbeispiel, einem klassischen «Treppensturz», die Gefährdung erkennen und sie mit geeigneten Massnahmen beseitigen.

Nr. 7: Aus Unfällen lernen

Fakten zum Unfall:
Gehen Sie auf www.stolpern.ch und schauen Sie sich den Film «Unten. Ein Film zum Thema Stolpern und Stürzen» an.

Warum passierte dieser Unfall?

Ursache 1: .....

Ursache 2: .....

Ursache 3: .....

Weitere Ursachen: .....

Wie könnte dieser Unfall verhindert werden?

Massnahme 1 zur Ursache 1: .....

Massnahme 2 zur Ursache 2: .....

Massnahme 3 zur Ursache 3: .....

Weitere Massnahmen: .....

Überprüfen Sie die Treppen in Ihrem Arbeitsumfeld auf sicherheitsrelevante Mängel und melden Sie allfällige Mängel/Gefährdungen Ihrem Vorgesetzten.

Überprüfte Treppen (Standort):	Festgestellte Mängel/Gefährdungen:
1.	
2.	
3.	

Weitere Hinweise:
Informationen zum Thema Stolpern und Stürzen finden Sie unter www.suva.ch/stolpern und weitere Unfallbeispiele unter www.suva.ch/unfallbeispiele.

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt

suva

Nr. 8: Gefahrensymbole

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

Symbole kennen heisst: Gefahren vermeiden!

Sie sind meist auf der Rückseite eines chemischen Produktes angebracht: Die Gefahrensymbole, die Ihnen Auskunft über die möglichen Risiken im Umgang mit dem Produkt geben. Deshalb gilt: Stets vor dem Verwenden das Symbol beachten.

Nr. 8: Gefahrensymbole

Aufgabe:
Installieren Sie die App «Cheminfo» auf Ihrem Smartphone oder gehen Sie auf www.cheminfo.ch. Notieren Sie in der Spalte «Bedeutung» die Information zu den jeweiligen GHS Gefahrensymbolen.

Nr.	Symbol	Bedeutung	Nr.	Symbol	Bedeutung
1			6		
2			7		
3			8		
4			9		
5					

Bei welchen Tätigkeiten/Arbeitsplätzen in Ihrem Betrieb kommen solche Gefahrensymbole vor?
Nennen Sie drei Beispiele:

Beispiel 1: .....

.....

Beispiel 2: .....

.....

Beispiel 3: .....

.....

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt

suva

Nr. 9: No risk, no fun?

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

Wir wollen die Freizeit sicherer machen, denn sie spielt in unserer Gesellschaft eine zunehmend wichtigere Rolle. Immer mehr Menschen, junge und ältere, gestalten ihre arbeitsfreie Zeit aktiv und betätigen sich sportlich. Dies hat aber auch eine Kehrseite: die hohe Zahl der Unfälle. Fast ein Drittel aller Unfälle sind Sportunfälle.

Die Suva engagiert sich für eine sichere Freizeit mit zahlreichen Kampagnen und Beratungsangeboten. Dabei konzentriert sie sich – in Absprache mit der Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu – auf Sportarten und Tätigkeiten mit hohen Unfallkosten und hohem Verletzungspotenzial. Regeln die im Beruf gelten, können auch in der Freizeit schützen.

Nr. 9: No risk, no fun?

Aufgabe:
In dieser Aufgabe sollen Sie sich mit den Risiken in Ihrer Freizeit auseinander setzen. Wie können Sie sich am besten vor Freizeitunfällen schützen?

Bei welchen Ihrer Freizeit-Aktivitäten sind Sie einem erhöhten Unfallrisiko ausgesetzt?

Freizeit-Aktivität 1: .....

Freizeit-Aktivität 2: .....

Freizeit-Aktivität 3: .....

Was sind die Haupt-Gefährdungen bei diesen Freizeit-Aktivitäten?

Haupt-Gefährdungen Freizeit-Aktivität 1: .....

Haupt-Gefährdungen Freizeit-Aktivität 2: .....

Haupt-Gefährdungen Freizeit-Aktivität 3: .....

Wie können Sie sich am wirksamsten gegen diese Gefährdungen schützen?

Massnahmen zur Freizeit-Aktivität 1: .....

.....

Massnahmen zur Freizeit-Aktivität 2: .....

.....

Massnahmen zur Freizeit-Aktivität 3: .....

.....

Wagnisse – die Versicherung zahlt nicht immer alles
Bei welchen Sportarten und Tätigkeiten werden die Versicherungsleistungen bei einem Unfall um 50% gekürzt? Nennen Sie drei Beispiele. Suchen Sie mögliche Antworten auf www.suva.ch/wagnisse.

.....

.....

.....

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt

suva

Nr. 10: Unfallfolgen

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

Aufgabe über die Folgen eines Unfalls:
Jeder Unfall, ob Berufsunfall (BU) oder Nicht-Berufsunfall (NBU), kann für den Verunfallten, für sein privates Umfeld sowie für den Betrieb dramatische Folgen haben. Anhand des nachfolgend beschriebenen realen Ereignisses sind die verschiedenen Folgen des Unfalls zu überlegen.

Nr. 10: Unfallfolgen

Das Unfallereignis
Ein Lernender ist bei der Ausführung seiner Arbeit von der Leiter gefallen und hat sich dabei das Knie verletzt.
Der Verunfallte (VU):

- musste operiert werden und war 2 Tage stationär im Spital
- war 9 Wochen arbeitsunfähig (mit 10 Physiotherapien in dieser Zeit)
- konnte die Berufsschule während 3 Wochen nicht besuchen
- benötigte 6 Wochen lang eine Gehhilfe (Krücken)
- konnte nicht in die Sommerferien fahren
- verpasste das 1-wöchige Trainingslager von seinem Sportverein

Was wären die Folgen gewesen, wenn Ihnen dieser Unfall vor den letzten Sommerferien passiert wäre?

Privates Umfeld: .....

.....

Eingeschränkte Mobilität: .....

.....

Hobby, Sport, Freizeit: .....

.....

Welche Folgen des Unfalls sind richtig?

Ja	Nein	
☐	☐	1. Der VU ist auf fremde Hilfe angewiesen.
☐	☐	2. Der VU trägt das Risiko für die Ferien-/Reiseannullierungskosten.
☐	☐	3. Der VU verliert sämtliche Ferientage, da die Arbeitsunfähigkeit in die Ferienzeit fiel.
☐	☐	4. Der Betrieb hat wegen dem Arbeitsausfall zusätzliche Personalkosten (Überstunden, Ersatzpersonal).
☐	☐	5. Der Betrieb bezahlt dem VU während der Arbeitsunfähigkeit in der Regel mindestens 80 % des Lohnes.
☐	☐	6. Der Betrieb leistet Erste Hilfe und hat zusätzlichen Aufwand für die Reorganisation (Umorganisation) der Arbeit.
☐	☐	7. Der Betrieb riskiert eine eventuelle Erhöhung des Unfallversicherungsbeitrags bei hohen Unfallkosten des Betriebs.

Welches sind die ungefähren Unfallkosten?

Heilungskosten:	Taggeld:	Betrieb:	**Total:** .....
☐ 2100.–	☐ 400.–	☐ 500.–	
☐ 4600.–	☐ 1300.–	☐ 4000.–	
☐ 7800.–	☐ 2200.–	☐ 15 000.–	

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt

suva

Nr. 11: Stolpern kann jeder

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

Hätten Sie gedacht, dass sich jeder vierte Stolperunfall auf einer Treppe ereignet? Oft haben solche Stürze schwerwiegende Verletzungen zur Folge. Das muss nicht sein. Beherzigen Sie die folgenden Tipps und gehen Sie unfallfrei und beschwingt Treppen hinauf und hinunter.

Treppen bringen Bewegung in den Alltag. Auch die Suva empfiehlt, Treppen statt den Lift oder die Rolltreppe zu benutzen. Denn wer die Treppe benutzt, verbraucht Kalorien und bleibt fit, fördert die Beinkraft und Koordination. Treppen haben jedoch einige Tücken, die es zu beachten gilt. Dies zeigen die Unfallzahlen: Jährlich werden über 50 000 Stolper- oder Sturzunfälle auf Treppen gezählt. Die Folgen sind oft gravierend. Beachten Sie die folgenden Tipps und reduzieren Sie damit Ihr Unfallrisiko.

Nr. 11: Stolpern kann jeder

Aufgabe:
Füllen Sie die Antworten in die vorgesehenen Felder, um das Lösungswort zu bekommen. Die Informationen hierzu finden Sie auf www.stolpern.ch

1 Die Stolpergefahr kann mit einem geeigneten rutschfesten ..... rapide verringert werden.

2 Auf der Treppe sollte auf das ..... verzichtet werden.

3 Die meisten Unfälle passieren in den ..... -Monaten.

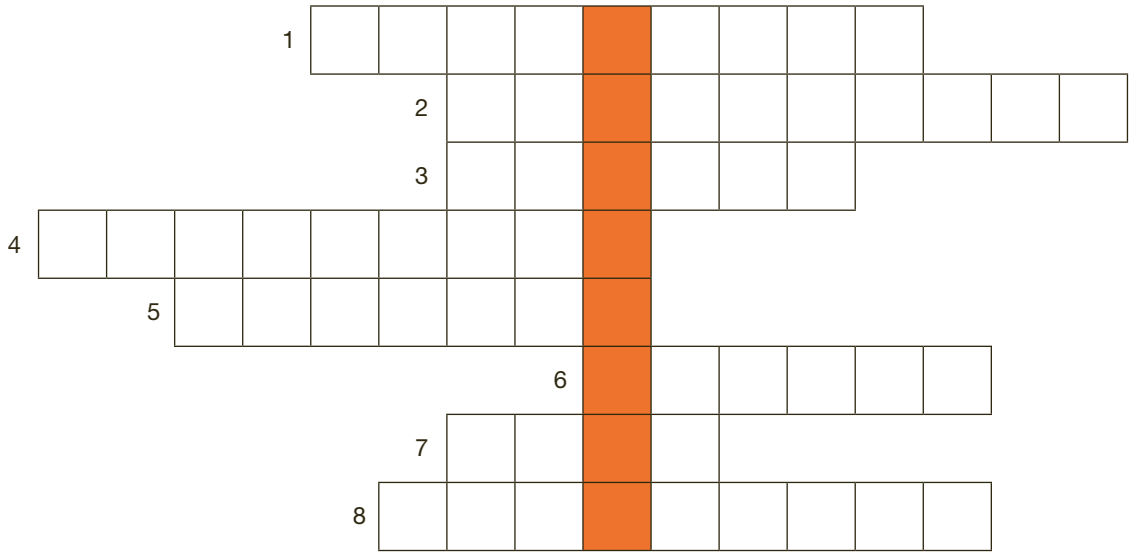
4 Stolpergefahren, die nicht zu vermeiden sind, müssen gut gesichert sein. Freiliegende Kabel können beispielsweise mit ..... gesichert werden.

5 Ein ..... aller Stolperunfälle passieren auf der Treppe.

6 Pro Jahr stolpern und verunfallen über 60 000 Menschen während der ..... . Im Alltag (in der Freizeit ohne Sportunfälle) sind es sogar mehr als 120 000 Personen.

7 Die gefährlichsten Stunden im Winter für einen Stolper- oder Sturzunfall sind zwischen sechs und ..... Uhr am Morgen.

8 Stolpern und Stürzen ist die ..... Unfallursache in der Schweiz.



Tipp Lösungswort:
Gilt es stets auf der Treppe zu benützen.

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt

suva

Nr. 12: Sportunterricht

DangerZone I «Sichere Lehrzeit»

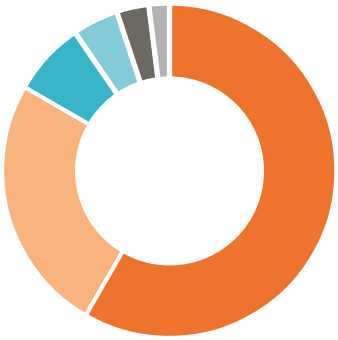
Der Sportunterricht an der Berufsschule fördert die Gesundheit. Man ist körperlich aktiv und regt den Kreislauf an. Dadurch wird auch die Leistungsfähigkeit im Beruf erhöht. Deshalb ist es wichtig, dass man mindesten 2.5h während einer Woche körperlich aktiv ist. Der Sportunterricht bietet dazu eine gute Gelegenheit.

Allerdings passieren während dem Sportunterricht auch viele Unfälle. Jeder siebte Unfall eines Lernenden ereignet sich im Sportunterricht an der Berufsschule.

Nr. 12: Sportunterricht

Aufgabe:
Wissen Sie bei welchen Sportarten die meisten Schulsportunfälle passieren? Verbinden Sie die Sportart mit dem jeweiligen Prozentsatz.

Berufsunfälle Lernende beim Sport
Quelle: BU Suva 2005–2014



Prozentsatz	⟷	Sportart
59%		Kampfsport
28%		Ballspiele
6%		Andere Sport- und Spielarten
4%		Turnen
2%		Wintersport
1%		Wassersport

Hatten Sie oder andere Schulkollegen in den letzten Wochen eine heikle Situation, die auch zu einem Unfall hätte führen können (Beinahe Unfall)?

.....

Wann hatten Sie oder ein Kollege einen Unfall beim Sportunterricht?

.....

Wieso ist der Unfall passiert?

.....

.....

Wie hätte der Unfall verhindert werden können?

.....

.....

Was können Sie in Zukunft verändern, damit weniger Unfälle beim Sportunterricht passieren?

.....

.....

Lernende/r: ..... Berufsbildner/in: ..... Abgabetermin: .....

Kontrolle: ☐ erfüllt ☐ nicht erfüllt