

# benefit

## Dankbar

Torsten Thiel verlor bei einem Unglück einen Arm. Dank viel Willen und tollem Umfeld behielt er aber seinen Lebensmut.

→ Seite 4

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

## Effizient

Ein Unfall passiert in Sekunden, die Genesung dauert aber oft Monate. Dabei braucht Prävention eigentlich keine Zeit.

→ Seite 10

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


## Vorbildlich

Die Firma Sonceboz SA kennt bei der Sicherheit keine Grenzen. Ihr ist das Thema sogar bei ihren Zulieferern wichtig.

→ Seite 18

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





# 202 Millionen

Millionen Franken an unberechtigten Forderungen hat die Suva letztes Jahr zurückgewiesen. Unter anderem dank neuester Big-Data-Technologie deckte sie bei über 290 000 Rechnungen Unstimmigkeiten auf – ein Rekordwert. Von dieser effizienten Kontrolle profitieren alle: Denn die Kontrolle von heute ist die Prämie von morgen. Mehr zum Thema gibt es auf Seite 14.

## Hut ab!

### Liebe Leserin, lieber Leser

Manchmal gibt es Momente im Leben, in denen man nur noch «Berge» vor sich sieht: Probleme im Alltag, Herausforderungen im Beruf oder sonst etwas, was einen belastet. Wir alle kennen das. Welchen «Berg» aber Torsten Thiel vor sich hatte, können sich die meisten wohl kaum vorstellen.

Bei einem Verkehrsunfall verlor der Chauffeur und Familienvater einen Arm. Er brauchte eine Unmenge an Geduld und Ehrgeiz, um wieder zurück in den Alltag zu kommen. Thiels Wille zahlte sich aber aus. Seine Geschichte und sein Lebensmut beeindruckten mich sehr. Ich ziehe meinen Hut auch vor seinem Umfeld, das ihm stets zur Seite stand und ihn tatkräftig auf dem Weg zurück in die Arbeitswelt unterstützte (Story ab Seite 4).

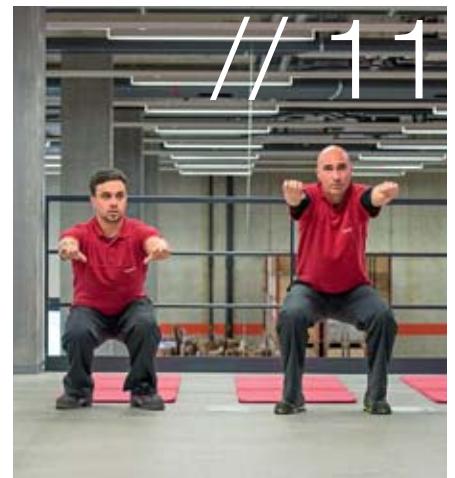
Wie Unfälle künftig vielleicht noch besser vermieden werden, beleuchtet derweil EPFL-Präsident Patrick Aebischer. Er meint, die neuen Medien seien eine Chance bei der Unfallprävention. Dennoch hätten bisherige Infokanäle aber längst noch nicht ausgedient (Interview auf Seite 12).

Herzlich

Pascal Mathis

Chefredaktor «benefit»





**STORY**

- 04 **«Gemeinsam schaffen wir alles»**  
Torsten Thiel verunfallte schwer und fand mit Erfolg wieder zurück in sein normales Leben. Sein starker Wille half ihm dabei, aber auch die grosse Unterstützung seiner Familie, seines Arbeitgebers und des weiteren Umfelds.

**AKTUELL**

- 10 **Arbeitssicherheit kostet keine Zeit**
- 11 **Richtig heben, tragen und stossen**
- 12 **Der Weg der Kompetenz**  
Viele Unfälle passieren wegen mangelnder Instruktion. Experte und EPFL-Präsident Patrick Aebischer äussert sich im Interview dazu, wie die neuen Medien die Ausbildung von Berufsleuten verbessern könnten.
- 13 **Erste-Hilfe-Material: doppelt sinnvoll**
- 13 **So schützen Sie sich gegen Zecken**

- 14 **Zeitung unterstützt sichere Lehrzeit**
- 14 **Mit Datenanalysen Millionen sparen**
- 15 **Kunden werben Kunden**
- 15 **Solothurn: einzigartige Initiative**

**16 WETTBEWERB**

**17 VORBILDLICH INSTRUIEREN**

**18 BRAVO // AM RAND**

**20 PERSÖNLICH**

Etwas behandeln, was man nicht sieht: Das ist die Aufgabe von Ingmar Schenk. Der Psychiater der Rehaklinik Bellikon behandelt Schmerz. Und verfolgt das Ziel, dass es im Kopf seiner Patienten Klick macht.

**22 SERVICE**



Mit Liebe zum Detail: Torsten Thiel bei den Vorbereitungen zum Dankesessen mit seinem Umfeld.

# «Gemeinsam schaffen wir alles»

**Torsten Thiel verlor bei einem Lastwagenunfall seinen linken Arm. Was geblieben ist, ist sein Lebensmut. Trotz Phantomschmerzen und Einschränkungen hat der 42-Jährige die Rückkehr in ein «normales» Leben geschafft. Auch dank seinem Umfeld.** Text: Daniel Schriber // Bilder: Noë Flum

Es gibt dieses Bild von der perfekten Trucker-Idylle: blauer Himmel, 30 Grad, glitzernder Asphalt, Fenster auf, Arm raus, Fahrtwind rein, laute Rock-and-Roll-Musik aus den Boxen, dann und wann über Funk ein Gruss an den Kollegen. Ein Freiheitsgefühl wie auf einem amerikanischen Highway. Torsten Thiel liebte solche Tage. Tage wie den 4. August 2010.

*«Bülach ZH: Bau-Lkw verunfallt – Lastwagenunfall auf Autobahn A51 – Chauffeur schwer verletzt»*

Die Mittagspause ist gerade vorbei, als Torsten Thiel mit seinem Lastwagen unterwegs ist. 40 Tonnen, eine Ladung voller Bauschutt. Der Lkw-Fahrer, der bei einem Kies- und Speditionsunternehmen angestellt ist, hat das Material am Vormittag auf einer Baustelle in Zürich aufgeladen. Nun soll er es in Wil ZH abladen. Torsten Thiel, damals 37 Jahre alt, ist auf dem Autobahnabschnitt Bülach Mitte unterwegs, als sein Leben innerhalb weniger Sekunden eine dramatische Wende nimmt. Die Zeitungen werden am nächsten Tag aus der Medienmitteilung der Kantonspolizei zitieren:

*«Kurz nach 14 Uhr fuhr ein 37-jähriger Chauffeur mit seinem Lastwagen auf der A51 Richtung Schaffhausen. Aus noch ungeklärten Gründen geriet das Fahrzeug in einer lang gezogenen Rechtskurve vorerst ins Schlingern, prallte gegen die Mittelleitplanke und kippte auf der Höhe der Ausfahrt Bülach-West auf die linke Seite. Der Chauffeur wurde schwer verletzt und in der Kabine eingeklemmt. Er musste durch die Feuerwehr bzw. mit einem privaten Bergungsfahrzeug aus dem Wrack geborgen werden, ehe er mit dem Rettungshelikopter der Rega ins Spital geflogen werden konnte. (...) Die Autobahn in Richtung Schaffhausen bleibt bis auf Weiteres gesperrt.»*

Was nicht in dem Communiqué steht: Torsten Thiel bleibt nach dem Unfall während dreieinhalb Stunden unter dem Lkw eingeklemmt – sein linker Arm ist zu diesem Zeitpunkt bereits abgetrennt.

## **Keine Verbitterung spürbar**

Wenn Torsten Thiel heute, knapp sechs Jahre später, vom Unfall berichtet, so tut er dies mit einer erstaunlichen



Seiner Familie, engen Freunden und den Bekannten einfach mal Danke sagen: Torsten Thiel (stehend, Zweiter von links) weiss, wie wichtig die Unterstützung des

Gelassenheit. Vielleicht hat das damit zu tun, dass sich der Deutsche selber gar nicht an den Unfalltag erinnern kann, sondern seine Informationen ausschliesslich aus Schilderungen der Polizei, der Ärzte und seiner Frau bezieht. Vielleicht ist er aber auch einfach ein aussergewöhnlicher Verdrängungskünstler. Fakt ist: Spricht der Deutsche über den 4. August 2010 und dessen Folgen, ist keinerlei Verbitterung zu spüren. Keine Trauer, keine Angst und auch keine Wut – dafür viel Zuversicht und Humor. Thiel sagt Dinge wie «Mich wirft so schnell nichts aus der Bahn» oder «Irgendwie geht's immer weiter».

Diese Philosophie teile auch seine Frau. «Steinbock.» Wie er. Stur im Kopf. Entschlossen. Und deshalb winkte diese auch wütend ab, als ihr Ehemann Torsten

kurz nach dem Erwachen im Spital erläuterte: «Ich gebe dich frei. Du darfst dir einen anderen suchen.» Sie habe ihn nicht geheiratet, weil er zwei Arme habe, antwortete Carmen Thiel darauf. «Ich habe dich geheiratet, weil du Torsten bist.» Schon am ersten Tag im Spital versprach Carmen ihrem Liebsten: «Das packen wir!» – «Das packen wir», wusste auch er. «Gemeinsam schaffen wir alles.» Mehr Mühe hatten seine Kinder, die Tochter und vor allem der kleine Sohn. «Er wollte mich zuerst nicht besuchen kommen.» Der Bub konnte sich nicht vorstellen, seinen Papi nur mit einem Arm zu sehen. «Er hatte Angst, dass ich nie wieder mit ihm Fussball spielen oder Fahrrad fahren könnte.» Es kam anders.



Umfelds auf seinem beschwerlichen Weg zurück in den Alltag war.

### Ein Jahr in der Rehaklinik

Zwei Wochen nach dem Unfall wird Torsten Thiel in die Suva-Rehaklinik Bellikon überwiesen. Spätestens ab diesem Tag gibt es nur noch ein Ziel: Er will so schnell wie möglich wieder zurück. Zurück an die Arbeit, zurück ins Leben. «Eine andere Option gab es nicht», so Thiel. Ein Leben als IV-Rentner? «Ich nicht!» Es ist wohl auch dieser positiven Einstellung zu verdanken, dass der Verunfallte in Bellikon rasche und grosse Fortschritte macht. Ein Jahr bleibt er insgesamt in der Klinik.

In Bellikon erhält Thiel auch seine Armprothese. Diese erleichtert vieles. Sein grosses Hobby – das Heimwerken – musste er trotzdem aufgeben. «Das vermisse ich am meisten.» Der Familienvater erzählt stolz, wie er kurz vor dem Unfall mit seiner Familie in ein eigenes



Wie gut wissen Sie Bescheid über die Wiedereingliederung von Verunfallten? Machen Sie mit bei unserem Quiz auf Facebook und gewinnen Sie tolle Preise: [www.facebook.com/suvaschweiz](http://www.facebook.com/suvaschweiz)

---

## Das nützt Verunfallten am meisten

Nach einem Unfall ist die Unterstützung des Umfelds elementar. Denn je umfassender jemand betreut wird, desto besser sind die Chancen auf eine erfolgreiche Wiedereingliederung. Die wichtigsten Tipps in Kürze:

### Für Arbeitgeber

- Nehmen Sie rasch persönlichen Kontakt auf.
- Besuchen Sie den Verunfallten und besprechen Sie mit ihm seine Rückkehr.
- Prüfen Sie Teilzeitarbeit oder Schonarbeitsplätze, bis der Verunfallte wieder vollständig reintegriert ist.

### Für Familie, Freunde und Arbeitskollegen

- Besuchen Sie den Patienten regelmässig.
- Sichern Sie dem Verunfallten Ihre Unterstützung zu – auch nach einem Spitalaufenthalt oder einer Therapie.
- Seien Sie geduldig und zeigen Sie dem Patienten, dass er noch gebraucht wird.

### Für Ärzte

- Informieren Sie sich über die Arbeitsplatzsituation des Verunfallten und prüfen Sie z. B. Schonarbeitsplätze.
  - Wählen Sie den Tag der Rückkehr des Patienten bewusst aus. Donnerstag oder Freitag ist oft sinnvoller, da danach zwei Ruhetage anstehen, bevor der Patient eine volle Arbeitswoche in Angriff nimmt.
- 

Häuschen gezogen sei. Dieses habe er zum grossen Teil selber mitaufgebaut. «Gerade noch rechtzeitig», sagt Thiel und lacht. Heute könne er nicht einmal mehr einen Nagel in die Wand schlagen. «Alles, was zwei ruhige Hände braucht, ist nicht mehr möglich.» Was er dafür kann, ist Auto fahren. Möglich machts eine Spezialkonstruktion am Lenkrad. Ein Glück für Thiel, der sagt: «Ohne Führerschein wäre das Leben nur halb so schön.»

### Die Phantomschmerzen bleiben

Was ihm nach wie vor schwer zu schaffen macht, sind die Phantomschmerzen. Was sich unsereiner kaum vorstellen kann, ist fester Bestandteil von Torsten Thiels Leben. 24 Stunden am Tag, sieben Tage pro Woche. «Der Arm ist nicht mehr da, trotzdem spüre und sehe ich ihn.» Am heftigsten seien die Schmerzen in ruhigen Momenten, zum Beispiel nach Feierabend auf dem Sofa. «Stellen Sie sich vor, Sie fassen in einen Brennesselstrauch. Etwa so fühlen sich die Schmerzen an – nur noch schlimmer.» An heftigen Tagen nimmt er die Medikamente, die er so hasst. Alles habe er schon ausprobiert. Akupunktur, Hypnose – doch die Phantomschmerzen blieben. Ob sie irgendwann weniger werden oder sogar verschwinden, weiss niemand. «Die Chancen stehen nicht so gut.»

Nebst den Ärzten und den Physiotherapeuten sowie seinem familiären Umfeld übernimmt auch Annette Biber eine Schlüsselrolle bei der Wiedereingliederung von Torsten Thiel. Biber arbeitet als Case Managerin bei der Suva-Agentur Winterthur. Als solche dient sie als Drehscheibe zwischen Arbeitgeber, Ärzten, der IV und dem Versicherten. Sie spricht im Zusammenhang mit Thiel von einem «Herzblutfall». Der Verunfallte habe von Beginn an grossen Willen gezeigt, den Weg zurück in ein «normales» Leben zu schaffen. «Torsten Thiel hat nie gejammert, sondern immer gekämpft», betont sie. «Er wollte einfach unbedingt sein Leben zurück.»

Biber ist schon seit 17 Jahren bei der Suva und weiss, dass das alles andere als selbstverständlich ist. «Ich habe auch Leute erlebt, die sich ihrem Schicksal ergeben. Bei Thiel war es anders.» Der Fall sei ein Musterbeispiel für eine gelungene Wiedereingliederung ins Berufsleben. «Trotz seiner schweren Verletzung hat er es geschafft. Genau das ist das Ziel des Case Managements.» Das bestätigt Wolfgang Czerwenka, Geschäftsleitungs-



mitglied der Hausärzteorganisation Argomed. «Wir wissen heute, dass eine Wiedereingliederung in den Alltag schwieriger wird, je länger der Verunfallte arbeitsunfähig bleibt. Wir sind deshalb überzeugt, dass eine möglichst rasche Wiedereingliederung für den Patienten und seine Genesung sinnvoll ist.» Ausserdem sei es wichtig, dass der Verunfallte sein soziales Umfeld nicht verliere, dass er gebraucht werde, eine Struktur habe. «Je ungewisser und langwieriger eine Situation, desto schlechter.» Im Umkehrschluss heisst das: Je früher die berufliche Wiedereingliederung erfolgt, desto besser. «Das würde ich so unterschreiben», sagt Thiel.

#### Keine geschützte Werkstatt

Case Managerin Annette Biber war es auch, die schliesslich den ersten Kontakt zwischen Torsten Thiel und seinem heutigen Arbeitgeber – der Sozialfirma AG – herstellte. Das Unternehmen mit Sitz in Riedikon ZH beschäftigt rund 30 Mitarbeitende, die in den Bereichen Reinigung und Garten tätig sind. Das Besondere: Bei der

Sozialfirma AG arbeiten Menschen mit und ohne Leistungsbeeinträchtigung in Zweiertteams in verschiedenen Bereichen des ersten Arbeitsmarktes zusammen. Alle Mitarbeitenden erhalten eine Festanstellung zu einem orts- und branchenüblichen Lohn – gleichzeitig wird aber individuell auf deren Fähigkeiten und Einschränkungen eingegangen. Die Firma vereint somit soziales Engagement mit dem wirtschaftlichen Funktionieren im allgemeinen Arbeitsmarkt. Geschäftsführer Marcel Morf betont: «Wir sind keine geschützte Werkstatt, sondern eine ganz normale Firma – zumindest fast.» Auch Torsten Thiel ist glücklich mit seiner neuen Arbeitsstelle. Am liebsten aber wäre er auch heute noch als Chauffeur unterwegs. «Ich vermisse die Strasse.» Deswegen zu jammern? Nicht Thiels Ding. Die Dankbarkeit überwiegt.

Nachtrag: Im vergangenen Sommer spielt Torsten Thiel bei einem Fussball-Grümpelturnier mit. Nach einem unglücklichen Zusammenstoss mit einem gegnerischen Spieler stürzt er zu Boden – und bricht sich sein einzig verbleibendes Handgelenk. Als er am nächsten Tag in der Firma anruft, um seinem Chef die schlechte Nachricht mitzuteilen, fragt dieser instinktiv: «Welche Hand ist es denn?» Beide lachen herzlich.

Torsten Thiel überstand auch diesen Rückschlag auf seine ganz eigene Art und Weise.

➔ [www.suva.ch/wiedereingliederung](http://www.suva.ch/wiedereingliederung)

---

## Das macht die Suva

Die Suva unterstützt Verunfallte aktiv beim Wiedereinstieg ins Berufsleben. Direkt nach einem schweren Unfall schaltet sie sich rasch ein, um möglichst frühzeitig Massnahmen für eine berufliche Rehabilitation einzuleiten. Case Manager nehmen sich in diesem Fall des Patienten an und suchen die bestmögliche Lösung.

Zusammen mit der Invalidenversicherung stellte die Suva zudem vor einigen Jahren die Initiative «Berufliche Reintegration» auf die Beine. Dabei werden Betriebe gesucht, die bereit sind, einer verunfallten Person einen geeigneten Arbeitsplatz bereitzustellen. Ein Engagement, das sich lohnt: Betroffene sind dank neuen Berufserfahrungen und Weiterbildungen oft gefragtere Leute auf dem Arbeitsmarkt. Und Arbeitgeber, erhalten eine Prämie von bis zu 10 000 Franken. Mehr Informationen: [www.suva.ch/reintegration](http://www.suva.ch/reintegration). // mpf

---

# Wenig investieren und viel Zeit sparen

**Wer schwer verunfallt, braucht oft Monate, bis er wieder gesund an den Arbeitsplatz zurückkehren kann. Dabei wäre der Zeitaufwand für das Einhalten der «Lebenswichtigen Regeln» gering im Vergleich zur Zeit, bis jemand wieder fit ist. Darauf macht die neue Präventionskampagne der Suva eindrücklich aufmerksam.**



Der mühsame Weg zurück: Ausschnitt aus der aktuellen Präventionskampagne der Suva.

Der Blick des Mannes ist angestrengt, als er mit einer Physiotherapeutin den Rehabilitationsparcours absolviert. Die Szene stammt aus dem Spot zur neuen Suva-Präventionskampagne und am Ende wird klar, dass sich der Mann von den schweren Folgen eines Unfalls erholt.

Der TV-Spot der Suva-Kampagne «Der lange Weg» zeigt, dass sicheres Arbeiten keine Zeit kostet. Der Zeitaufwand, um einen Arbeitsplatz sicher zu gestalten und lebenswichtige Regeln einzuhalten, steht in keinem Verhältnis zu den Wochen und Monaten, die nach einem Unfall fürs Gesundwerden nötig sind.

## Wenig Zeit sehr gut investiert

Oft werden Sicherheitsmassnahmen als Kostentreiber und Effizienzbremsen wahrgenommen. Viele Arbeitnehmer und Arbeitgeber empfinden Sicherheit am Arbeitsplatz zwar als gut, aber auch als zeitaufwendig und mühsam. Ein grosser Irrtum. Denn das Einhalten von lebenswichtigen Regeln, die schwere Unfälle vermeiden helfen, spart unter dem Strich einiges an menschlichem Leid, Ausfällen und letzt-

lich auch Kosten. Darum ist es das Ziel der Kampagne, die Denkweise aller Beteiligten zu verinnerlichen, damit Unfälle und Arbeitsunterbrüche verhindert werden. Angesprochen sind Arbeitgeber, die verpflichtet sind, sichere Arbeitsplätze zur Verfügung zu stellen und die lebenswichtigen Regeln zu instruieren. Aber auch die Arbeitnehmer sind gefordert, Regeln einzuhalten und falls nötig Stopp zu sagen und die Arbeit zu unterbrechen, bis sie wieder sicher ausgeführt werden kann.

## Regeln für fast jede Branche

Die Suva stellt insgesamt für rund 20 Branchen oder Tätigkeitsfelder «Lebenswichtige Regeln» zur Verfügung. Zusammen mit einem Online-Lernprogramm kann sich so jede und jeder Einzelne selbst schulen und sicheres Arbeiten lernen. Die Regeln, die Lernprogramme sowie den TV-Spot der aktuellen Kampagne finden Interessierte unter dem aufgeführten Link. // mpf

➔ [www.suva.ch/regeln](http://www.suva.ch/regeln)

## Das sagt der Experte



Im Interview mit «benefit» äussert sich André Meier, Abteilungsleiter Arbeitssicherheit bei der Suva, zur neuen Kampagne von SuvaPro.

**Zeit ist zentraler Faktor der neuen Kampagne. Was möchten Sie erreichen?**

Den Arbeitnehmenden wollen wir aufzeigen, dass im Verhältnis zur Zeit, die es braucht, um Unfallfolgen zu kurieren, das Einhalten lebenswichtiger Regeln keine Zeit kostet. Den Arbeitgebern wiederum soll bewusst werden, dass Zeitverlust verhindert werden kann, wenn Arbeitssicherheit effizient geplant wird.

**Wie meinen Sie das konkret?**

Damit der Arbeitgeber weiss, welche «Lebenswichtigen Regeln» er instruieren muss, soll die Planung von Arbeitsabläufen und der Arbeitssicherheit zeitgleich erfolgen. So werden Abläufe im Voraus durchdacht. Und es wird klar, welche Regeln eingehalten werden müssen, um Unfälle und Arbeitsunterbrüche verhindern zu können. Sicheres Arbeiten bedeutet weniger Leid, weniger Kosten und auf keinen Fall Zeitverlust.

**Können Sie ein Praxisbeispiel nennen?**

Schon «kleine» Unfälle können zu enormem Zeitverlust führen. Stolpert etwa der Kranführer auf dem provisorischen Baustellenzugang und verletzt sich, fällt er schnell mal zwei Wochen aus. Bis ein Ersatz da ist, kann nicht betoniert werden. Wäre auf der Baustelle aber die davor vorgesehene Regel umgesetzt worden, hätte der Unfall vermieden werden können – ohne Arbeitsunterbruch.

# Heben, tragen und stossen

Um die körperlichen Beschwerden ihrer Mitarbeitenden zu reduzieren, veränderte die Pistor AG zuerst die Arbeitsstrukturen und -prozesse und damit die Bewegungsabläufe. Um auch auf das richtige Heben, Tragen und Stossen der Mitarbeitenden Einfluss zu nehmen, setzte sie auf die Suva.



Richtig heben will gelernt sein: Auch ein gerader Rücken gehört dazu. // Dominik Wunderli

«Wer bei uns arbeitet, braucht seinen Körper», sagt Roland Schwegler, Leiter des Warenumschlagzentrums West der Pistor AG. Die knapp 500 Mitarbeitenden beliefern Bäckereien und Gastronomiebetriebe in der ganzen Schweiz mit über 13 500 verschiedenen Produkten.

## Die Verhältnisse

«Während der letzten drei bis vier Jahre nahmen die Ausfallstunden zu, vor allem die Langzeitausfälle. Rückenbeschwerden, Knieprobleme und schmerzende Schultern sind häufig», sagt Schwegler. Dem wollte die Pistor AG entgegenwirken. «Wir passten die Arbeitsprozesse an und legen viel Wert auf eine ergonomische Arbeitsplatzgestaltung. Durch den Neubau des Lagers vereinfachten wir die Bewegungsabläufe, wodurch die körperlichen Belastungen kleiner wurden», sagt Schwegler. Das alles ging mit einer Leistungssteigerung einher, die Ausfallstunden und Beschwerden hingegen verbesserten sich jedoch noch nicht wünschensgemäss.

## Das Verhalten

«Wir machten interne Schulungen, aber es stellte sich kein nachhaltiger Erfolg ein», erzählt Schwegler. Also suchte die Firma das Gespräch mit der Suva. Diese analysierte Ende 2015 die Arbeitsplätze und -prozesse und erstellte ein massgeschneidertes Schulungskonzept rund um das richtige Heben, Tragen und Stossen.

## Die Suva hilft

Die Abteilung Präventionsangebote der Suva realisiert in Betrieben Projekte zu diversen Themen rund um den Beruf und die Freizeit, um Mitarbeitende zu sensibilisieren und eine langfristige und nachhaltige Prävention aufzubauen. Mit dem Modul «Richtig heben und tragen» werden die Mitarbeitenden – nach vorangehender Tätigkeitsanalyse durch Suva-Fachpersonen – in ergonomischen Arbeitstechniken am Arbeitsplatz geschult.

Zuerst wurden die 14 Teamleiter und später alle 120 Mitarbeitenden des Warenumschlagzentrums geschult. «Der Workshop war obligatorisch und die Feedbacks waren sehr positiv», so Schwegler. Im Februar 2016 kam ein weiteres Element hinzu: Kräftigungsübungen für die Rumpfmuskulatur. Die Mitarbeitenden können nun jede Woche während der Arbeitszeit 15 Minuten in ein kräftigendes Aufwärmprogramm investieren. Ausserdem wurde ein Pilotprojekt mit kostenlosen Massagen während der Arbeitszeit gestartet.

## Nachhaltigkeit

Die Teamleiter sind gefordert, auf das richtige Heben, Tragen und Stossen zu achten und hinzuweisen. Das Thema wird bei jeder Mitarbeiterinformation behandelt und soll nun auf den ganzen Betrieb ausgeweitet werden. «Wir dürfen jetzt nicht aufhören, sonst haben wir gar nichts erreicht», sagt Schwegler. «Wir müssen immer wieder Akzente setzen. Nur so können wir die Beschwerden und Ausfalltage nachhaltig reduzieren.» // stk

➔ [www.suva.ch/praeventionsmodule](http://www.suva.ch/praeventionsmodule)

# Ausbildung: der Weg der Kompetenz

**Über 70 Prozent aller Berufsunfälle passieren wegen eines unangemessenen Verhaltens nach mangelhafter Instruktion. Wie lässt sich dies mit wirksamen Strategien bekämpfen? Welche Rolle spielen dabei die neuen Medien in der Ausbildung von Berufsleuten? Ein Experte nimmt Stellung.**



Patrick Aebischer, EPFL-Präsident // zVg

Patrick Aebischer leitet die Eidg. Technische Hochschule Lausanne (EPFL). Die Hochschule ist eine führende Institution für neue Technologien und Ausbildung. Am MOOC-Projekt (Massive Open Online Courses) haben weltweit bereits über eine Million Studenten teilgenommen.

Herr Aebischer, stellen Sie sich vor, Sie wären verantwortlich für die Prävention von Berufsunfällen bei der Suva. Welche Rolle würden die neuen Medien in der beruflichen Ausbildung spielen?

Es ist offensichtlich, dass sich die neuen Medien auf allen Gebieten zu bevorzugten Kommunikationskanälen entwickelt haben. In Lehre und Forschung benutzen wir sie häufig, etwa für Online-Vorlesungen, für die MOOCs oder um wissenschaftliche Informationen zu verbreiten, die User in den sozialen Netzwerken sehr gerne teilen. Diese Kanäle können auch zur Unfallprävention benutzt werden, unter der Voraussetzung, dass die Informationen richtig formuliert und den Formaten dieser Medien entsprechend prä-

sentiert werden. Bei der Prävention, die alle sozialen Schichten und Altersklassen betrifft, sollten die traditionellen Kanäle jedoch nicht aufgegeben werden, denn noch werden mit diesen modernen Medien nicht alle erreicht. Am interessantesten ist es, traditionelle Kanäle und die neuen Medien interaktiv einzusetzen.

Besteht mit der Digitalisierung der Arbeitswelt die Gefahr, eine Elite zu bilden, während die manuellen Fähigkeiten vernachlässigt werden?

Die Entwicklung auf dem Arbeitsmarkt führt zweifellos zu zusätzlicher Spezialisierung und zu einer gewissen Tertiärisierung. Dennoch bleiben manuelle Fähigkeiten und technische Kompetenzen unerlässlich. Denn auch in einer noch so digitalisierten Welt bleiben die Bedürfnisse nach Nahrung, Kleidung, Wohnraum und Fortbewegung bestehen. Zudem sind Online-Kurse für alle zugänglich, sodass auch Personen ohne akademische Ausbildung die Möglichkeit erhalten, sich weiterzubilden.

Kann eine Ausbildung über die neuen Medien erfahrene Ausbilder ersetzen?

Unsere Erfahrungen mit den MOOCs haben gezeigt, dass man über diesen Kanal zwar ein neues Publikum erreicht, der persönliche Kontakt in der Wissensvermittlung aber nicht ganz ersetzt werden kann. Vieles lässt sich über die neuen Medien verbreiten. Ausbildungsgänge mit Instruktoren und auch mit attraktiven Vorführungen werden aber noch lange Zeit eine stärkere Wirkung ausüben.

Könnte eine «Sicherheitskultur» mit Ausbildungsgängen über die neuen Technologien positiv beeinflusst werden?

Einer der Vorteile neuer Medien besteht darin, dass sie viele Formen der Kommunikation anbieten. Man kann also die

Botschaften über Bilder, Videos, Infografiken oder interaktive Elemente wie Spiele oder Simulationen verbreiten. Die Information kann auf diese Weise öfter wiederholt werden, als dies beispielsweise mit einem jährlich durchgeführten Sensibilisierungskurs möglich wäre.

Können mit den aktuellen Technologien auch gefährdende Verhaltensweisen beeinflusst werden?

Wenn man die Macht der Bilder ausnützt, kann dies zum Nachdenken anregen. Auf dem Gebiet der Sicherheit könnte eine eindrücklich realisierte Simulation der Folgen unvorsichtigen Verhaltens sicher wirkungsvoll sein.

Anlässlich des 5. Westschweizer Kongresses über die Sicherheit vom 31. Mai 2016 im SwissTech Convention Center der EPFL sind Sie Referent. Wie wird Ihre Botschaft lauten?

Einer der Schlüssel zu einem unfallfreien Unternehmen liegt in der Fähigkeit, Risiken zu antizipieren. Diese können sich jedoch in vielen Etappen des industriellen Prozesses verstecken und sie verändern sich mit der Einführung neuer Technologien. Unsere Ingenieure werden im Risk-Management speziell ausgebildet, diese Risiken zu erkennen. Ihnen fällt es leichter, bei neuen Prozessen die Risiken zu identifizieren und abzuschätzen.

Man muss sich meiner Meinung nach permanent über die Gefahren, denen die Mitarbeitenden ausgesetzt sind, auf dem Laufenden halten. Dies insbesondere, wenn man die Produktivität erhöhen will. Die Herausforderung ist dabei, keine Konzessionen bei der Sicherheit einzugehen. Um innovativ tätig zu sein, muss ein Unternehmen andererseits unbedingt Risiken eingehen können, was wiederum nur innerhalb einer sicheren Umgebung möglich ist. // gnc

## Erste-Hilfe-Material: doppelt sinnvoll



Wer bei der Suva versichert ist, kann Erste-Hilfe-Material bestellen. Er tut damit Gutes für den eigenen Betrieb, aber auch für Menschen mit einer Behinderung. Denn die Suva arbeitet für das Bereitstellen der Produkte mit sozialen Institutionen zusammen, beispielsweise die Stiftung Behindertenbetriebe Uri.

Ein Infofilm zeigt, was alles dahintersteckt, bis die Notfallsets, Heftpflaster und weitere Produkte perfekt zusammengestellt und innert weniger Tage beim Kunden ankommen. Dank der Bestellungen gehen die Mitarbeitenden der Stiftung einer sinnvollen Tätigkeit nach. Die bestellten Mengen beeindruckten: Die Partnerinstitutionen der Suva stellen jedes Jahr über 1,7 Millionen Produkte versandbereit zusammen. // mpf

→ [www.suva.ch/erstehilfe](http://www.suva.ch/erstehilfe)

## So schützen Sie sich gegen Zecken

Heimtückisch sind sie, die kleinen Tiere, die jetzt im Frühsommer Hochsaison haben: die Zecken. Sie stechen uns Menschen zwar meist, ohne dass wir es spüren. Aber ein Stich kann durchaus böse Folgen haben, denn Zecken übertragen mitunter auch Erreger. Eine mögliche Folge ist die Lyme-Borreliose, die Entzündungen der Haut, der Gelenke, des Herzens oder des Nervensystems verursachen kann. All dies kann aber dank Antibiotika gut behandelt werden.

### Impfen oder Antibiotika

Keine Möglichkeit zur Behandlung gibt es bei einer FSME-Erkrankung, der zweiten häufigen Folge von Zeckenstichen. Allerdings schützt eine Impfung wirksam vor der FSME, der Frühsommer-Meningoenzephalitis. Das ist auch gut so, denn diese Erkrankung beginnt zunächst relativ harmlos mit grippeähnlichen Symptomen, kann aber Hirnhautentzündungen zur Folge haben. Ein Zeckenstich gilt übrigens als Unfall; insgesamt registriert die Suva jedes Jahr rund 10 000, die meisten davon zum Glück harmlos.



Eine Zecke in einer Mikroskop-Aufnahme: Ihr Stich kann böse Folgen haben. // Institut UNR, ZHAW

### Passende Kleidung hilft oft schon

Ein Zeckenstich kann oft aber vermieden werden. Felix Ineichen, Arbeitsmediziner bei der Suva, rät zu gut abschliessbaren Kleidern. «Zudem sind helle Kleider von Vorteil. So sind Zecken besser zu erkennen.» Zecken kommen häufig an Waldrändern, im Unterholz oder auf Wiesen

vor. Darum empfiehlt es sich, nach Spaziergängen oder Picknicks den Körper nach Zecken abzusuchen. Besonders «beliebt» sind Kniekehlen, Leisten oder Achselhöhlen. Und falls eine Zecke gefunden wird, kann man sie mit einer Pinzette meist gut selber entfernen. // mpf

→ [www.suva.ch/zeckendossier](http://www.suva.ch/zeckendossier)

## Zeitung unterstützt eine sichere Lehrzeit



Die Suva beschreitet im Rahmen der Kampagne «Sichere Lehrzeit» neue Wege und verteilt eine Zeitung im Stil von «20 Minuten» an den Berufsschulen. Sie richtet sich an Lehrpersonen und Lernende und vermittelt zusammen mit ausführlichen Lerndokumentationen das Thema «Risiken und Risikokompetenz». Die Berufsfachschulen erhalten somit ein komplettes Angebot für rund 15 auf den Lehrplan abgestimmte Lektionen.

Weiterhin stehen für die Berufsbildner in den Betrieben die bewährten Arbeitshefte bereit. Mit den bekannten und den neuen Unterlagen sollen die Lernenden, die im Sommer ihre Ausbildung beginnen, eine möglichst sichere Lehrzeit absolvieren können. Weitere Informationen und Bestellmöglichkeiten gibt es unter [www.suva.ch/lehrzeit](http://www.suva.ch/lehrzeit). // mpf

## Mit Datenanalysen Millionen sparen

Wie kontrolliert man 2,5 Millionen Rechnungen pro Jahr? Manuell ist dies unmöglich. Deshalb nutzt die Suva Big-Data-Technologien, um ungerechtfertigten Forderungen auf die Spur zu kommen. 2015 sparte sie damit 202 Millionen Franken, 40 Millionen mehr als im Vorjahr. «Unser oberstes Ziel als selbsttragendes Unternehmen ist es, die Prämiegelder unserer Kunden korrekt und fair einzusetzen», sagt Daniel Roscher, Geschäftsleitungsmitglied der Suva.

### Medikamentenmissbrauch fliegt auf

Seit Anfang Jahr kann die Suva Kennzahlen von Leistungserbringern wie Spitälern oder Ärzten errechnen. Dafür analysiert eine Software das Abrechnungsverhalten vergleichbarer Leistungserbringer. Verschreibt ein Arzt beispielsweise jedem seiner Patienten Vitamintabletten, egal ob zweckmässig oder nicht, erkennt dies das System. Ab Sommer 2016 kann die Suva zudem systematisch den Missbrauch von Medikamenten identifizieren. Heute kontrolliert die Unfallversicherung, ob der Preis eines Schmerzmittels



stimmt und ob es zur Diagnose passt. Neu wird sie auch automatisch erkennen, ob sich die Dosis in einem vernünftigen Rahmen bewegt. So fliegen etwa Patienten auf, die mit Tricks an mehr Medikamenten gelangen, als verschrieben wurden.

### Weniger neue Renten

Die Heilkosten sind dennoch leicht angestiegen: Die ärztlichen und therapeutischen Leistungen für Versicherte koste-

ten vergangenes Jahr 1,18 Milliarden Franken. Dies entspricht einer Zunahme von 1,4 Prozent gegenüber dem Vorjahr. Zudem zahlte die Suva Taggelder in der Höhe von 1,303 Milliarden Franken, 0,7 Prozent mehr als ein Jahr zuvor. Gleichzeitig sprach sie 1605 neue Invalidenrenten aus – 2014 waren es noch 1714. // hga

# Kunden werben Kunden



Wer bei der Suva versichert ist und die Unternehmensversicherung für Selbstständigerwerbende weiterempfiehlt, profitiert. Die Suva zahlt für jede erfolgreiche Vermittlung eine Belohnung von 250 Franken aus. Die Unternehmensversicherung ist für Inhaber von Einzelunternehmen zentral. Denn Selbstständigerwerbende sind nicht automatisch gegen Unfälle und Berufskrankheiten versichert. Im Gegensatz zu ihren Angestellten müssen sie sich selber darum kümmern.

Die Unternehmensversicherung der Suva springt in diese Lücke: Sie bietet im Ernstfall einzigartigen finanziellen Schutz und umfassendere Leistungen als private Anbieter oder Krankenkassen. Auch mitarbeitende Familienmitglieder, die keinen AHV-pflichtigen Lohn beziehen, können sich versichern lassen. Weitere Vorzüge der Unternehmensversicherung finden Sie auf unserer Homepage sowie im dort angeschalteten Infovideo. // mpf

➔ [www.suva.ch/unternehmensversicherung](http://www.suva.ch/unternehmensversicherung)

## Solothurn: schweizweit einzigartiges Abkommen

Wer nach einem schweren Unfall oder einer Erkrankung möglichst bald wieder in den Beruf zurückkehren kann, hat es besser. Denn je früher jemand wieder arbeitsfähig wird, desto grösser sind die Chancen auf eine erfolgreiche Wiedereingliederung. Allerdings ist dies nicht immer ganz einfach. So braucht etwa ein Arbeitgeber umfassende Informationen über die Rückkehr seines oder seiner Mitarbeitenden. Den Ärzten wiederum fehlen oft Informationen über den Ar-

beitsplatz der Patienten oder über mögliche Schonarbeitsplätze. Gute Kommunikation ist also nötig.

Darum haben Wirtschaftsverbände, Ärztevereinigungen, die IV-Stelle Solothurn sowie die Suva-Agentur Solothurn eine bisher schweizweit einmalige Vereinbarung getroffen: Künftig können Arbeitgeber und Ärzte nötige Informationen gezielt untereinander austauschen – natürlich unter der Wahrung der Schweigepflicht. Dank des gezielten Informationsaustauschs soll die Abwesenheit eines Arbeitnehmenden verkürzt werden können: zum Vorteil für die Patienten und alle weiteren Beteiligten. // mpf

### Impressum

Herausgeberin: Suva, Postfach, 6002 Luzern  
Telefon 041 419 51 11, Fax 041 419 58 28  
[www.suva.ch](http://www.suva.ch); [benefit@suva.ch](mailto:benefit@suva.ch)

**Chefredaktion:** Pascal Mathis (mpf)

**Produktion:** Irma Steinmann

### An dieser Ausgabe arbeiteten mit:

Alois Felber (afe), Nadia Gendre (gnc), Cécile Hertling (her), Gabriela Hübscher (hga), Stefan Kühnis (stk), Daniel Schriber (scd), Benedikt Weibel

**Übersetzungen:** Sprachenmanagement der Suva

**Fotografie:** Keren Bisaz, Beat Brechbühl, Noë Flum, Alma Johanns, Dominik Wunderli

**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](mailto:kundendienst@suva.ch)  
[www.suva.ch/waswo](http://www.suva.ch/waswo)

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

Dieses Magazin wird klimaneutral  
gedruckt: [www.myclimate.org](http://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.

# Die Assistance hilft Ihnen im Ausland

Ein Unfall ist immer ärgerlich. Umso mehr, wenn ein solcher während der schönsten Zeit des Jahres – den Ferien – passiert. Gut zu wissen: Wer in der Schweiz gegen Nichtberufsunfälle versichert ist, geniesst auch während vorübergehenden Auslandsaufenthalten Versicherungsschutz. Die Assistance der Suva unterstützt ihre Versicherten dabei via Hotline unter +41 848 724 144 rund um die Uhr.

Das Angebot der Assistance ist vielfältig: Sie bezahlt Arzt- und Spitalrechnungen, organisiert falls nötig eine Verlegung in eine andere Klinik oder bei schweren Unfällen gar die Rückreise nach Hause. Mit der Assistance-App für Smartphone oder Tablet haben Sie die wichtigsten Infos immer griffbereit verfügbar. Die App sowie alle weiteren Infos zur Assistance der Suva sind auf [www.suva.ch/assistance](http://www.suva.ch/assistance) aufgeführt.

Testen Sie Ihr Wissen zum Thema und machen Sie mit beim Wettbewerb. Beantworten Sie die nebenstehende Frage und gewinnen Sie einen der attraktiven Preise.

## Frage:

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

## Mögliche Antworten:

- A Mich melden, bevor ich in die Ferien gehe.**
- B Mich zuerst online registrieren.**
- C Nichts, denn der Schutz gilt automatisch.**

- [www.suva.ch/wettbewerb](http://www.suva.ch/wettbewerb)
- [www.suva.ch/assistance](http://www.suva.ch/assistance)

❖ Teilnahmeschluss: 26.06.2016

**1.** Preis: Tablet Acer Aspire One

**2.** Preis: Digitalradio DAB+ von Daymond D

**3.** Preis: Reka-Checks im Wert von 100 Franken

**4.-10.** Preis: je zwei Kinogutscheine

## Auflösung letzte Ausgabe

Wann sollte ein Velohelm idealerweise ersetzt werden?

B: nach einem Schlag oder ca. fünf Jahren

↳ [www.suva.ch/velokampagne](http://www.suva.ch/velokampagne)

❖ Die Gewinner wurden schriftlich benachrichtigt. Die Namen sind auf [www.suva.ch/wettbewerb](http://www.suva.ch/wettbewerb) veröffentlicht.



# Der gut investierte Nachmittag

In der Schreinerei von Hanspeter Ambühl in Davos passierten in den letzten Jahren zwar relativ wenige Unfälle. Aber immer noch zu viele, fand der Firmenchef. Er stellte darum eigenhändig eine Sicherheitsschulung auf die Beine. Seither stacheln sich die 18 Mitarbeitenden gegenseitig an, möglichst sicher zu arbeiten.



Nie ohne Schutzausrüstung: Mitarbeiterin in der Schreinerei Ambühl // Dominik Wunderli

«Es muss nicht zuerst etwas Schlimmes passieren», sagte sich Hanspeter Ambühl. In seiner Schreinerei in Davos hat er die Zahl der Unfälle absolut im Griff. Und doch wollte er möglichst viele Zwischenfälle vermeiden. Ambühl scheute keinen Aufwand, trat der Sicherheits-Charta bei und schloss seinen 18-Personen-Betrieb für einen Nachmittag. Für alle Mitarbeitenden gab es eine intensive Sicherheitsschulung, die er unter anderem mit Hilfsmitteln der Suva zusammengestellt hatte. «Das brachte noch mehr, als die Regeln «nur» während des Betriebs zu vermitteln», ist Ambühl auch heute überzeugt.

## Die Eigendynamik nach der Schulung

Mit Erfolg: Seine Leute seien heute viel sensibler unterwegs, «und sie ermahnen sich falls nötig gegenseitig», sagt Hanspeter Ambühl. Das sei schon deshalb wichtig, weil die vier Lernenden im Betrieb gar kein schlechtes Verhalten abschauen könnten. «Seit der Schulung hat sich eine Eigendynamik entwickelt. Im-

mer wieder kommen weitere Vorschläge, was man noch sicherer machen könnte.»

## «Es würde mich fertigmachen ...»

Seit jenem Nachmittag vor rund einem Jahr hängen nun an jeder einzelnen Maschine im Betrieb Sicherheits- und Verhaltensregeln, etwa ob eine Schutzbrille getragen werden muss. Ein Farbensystem kennzeichnet, wer für welches Gerät genügend ausgebildet ist. Für jede Anlage sind seither Verantwortliche bestimmt, welche die Maschinen jede Woche auf Sicherheit kontrollieren. Und beim wöchentlichen Zusammenzug aller Mitarbeitenden werden wenn nötig Sicherheitshinweise wiederholt.

Ein grosser Aufwand, den Hanspeter Ambühl seinem Betrieb verordnet hat. Lohnt es sich? Wer an die Kosten denke, denke zu kurzfristig, winkt er ab. «Wissen Sie, mich würde es schlicht fertigmachen, wenn ich nicht alles probiert hätte, um einen Unfall zu vermeiden.» // mpf

➔ [www.suva.ch/regeln](http://www.suva.ch/regeln)

## Das sagt der Experte



Thomas Müller, Sicherheitsspezialist der Suva, zum Umgang der Schreinerei Ambühl mit den lebenswichtigen Regeln.

Ein Betrieb verordnet sich eine Sicherheitsschulung. Ein aussergewöhnliches Beispiel? Solche Schulungen werden zum Glück vielerorts gemacht. Ausserordentlich ist aber, wie bei der Schreinerei Ambühl die Sicherheitskultur gelebt wird und sich sogar eine Eigendynamik entwickelt hat. Daran zeigt sich, dass die Mitarbeitenden gut für Sicherheitsthemen sensibilisiert wurden.

Nicht alle wollen derart grossen Aufwand betreiben. Wie werden lebenswichtige Regeln möglichst effizient vermittelt?

Mit den «Lebenswichtigen Regeln» stellt die Suva den Betrieben praktisch «pfannenfertig» ein gutes Hilfsmittel zur Verfügung. Vorgesetzte können so ihre Mitarbeitenden vor Ort praxisnah und anschaulich für grosse Risiken sensibilisieren. Wichtig ist, die Inhalte regelmässig zu wiederholen, damit die Informationen haften bleiben.

Sicherheit ist nicht nur Chefsache. Welche Rolle haben die Mitarbeitenden?

Sicherheit ist immer eine gemeinsame Aufgabe, darum spielen auch die Mitarbeitenden eine wichtige Rolle. Jede und jeder Einzelne muss sich der Eigenverantwortung bewusst sein – egal ob Lernende oder langjähriger Mitarbeiter. Das heisst: Bei Gefahr konsequent Stopp sagen und erst dann weiterarbeiten, wenn die Gefahr behoben ist.

# Die Kraft einer Vision

2014 unterzeichnete die Westschweizer Sonceboz SA die Sicherheits-Charta. Nach der Umsetzung im eigenen Betrieb überzeugte die Firma auch mehr als 20 Zulieferer, der Charta beizutreten. Eine Erfolgsgeschichte, hinter nicht nur ein engagierter Sicherheitsingenieur, sondern auch die Direktion und alle Mitarbeitenden stecken.



Sicherheitsingenieur Nicolas Hemmer (re.): «Der Dialog ist das Fundament unserer Sicherheitskultur.»

Die Sonceboz SA stellt Elektromotoren her und beliefert weltweit ihre Kunden – vor allem aus den Bereichen Automobil, Traktoren und Medizinaltechnik. An den Standorten Sonceboz (BE) und Boncourt (JU) beschäftigt die Firma um die 1000 Angestellte aus über sechzig Berufszweigen mit sehr unterschiedlichen Risiken. Für die Direktion, die ihre soziale Verantwortung engagiert wahrnimmt, sind Sicherheit und Gesundheit des Personals zentrale Anliegen.

Darum wurde die Firma auch auf die Sicherheits-Charta aufmerksam. Diese ist Teil der «Vision 250 Leben» und will in der Schweiz innert zehn Jahren 250 Unfälle mit Todesfolge und ebenso viele schwere Invaliditätsfälle verhindern. Die unterzeichnenden Betriebe verpflichten sich, am Arbeitsplatz Sicherheitsregeln einzuhalten und die Anweisung «STOPP bei Gefahr, Gefahr beheben, weiterarbeiten» zu befolgen. Der Charta-Beitritt der Sonceboz SA Ende 2014 wirkt sich heute längst nicht nur auf den eigenen Betrieb aus.

Am Anfang dieses Erfolgs steht Nicolas Hemmer. Er übernahm bei der Sonceboz SA einige Monate vor der Charta-Unterzeichnung die Stelle des unter anderem für Gesundheit und Sicherheit Verantwortlichen. Er wartete den Beitritt zur Charta gar nicht erst ab, um das Ziel

«Null Unfälle» in eine starke Vision mit möglichst grosser Breitenwirkung umzuwandeln. Kaum begonnen, machte er auf sich aufmerksam und ermunterte die Mitarbeitenden, offen mit ihm über Sicherheitsprobleme zu reden. «Wir sprachen selbst Tabuthemen an wie das Überbrücken von Sicherheitssperren», verrät der Ingenieur. Diese Transparenz hat letztlich zu neuen Lösungen zur Verminderung von Risiken geführt.

## Viel Engagement und Begeisterung

An monatlichen «Sicherheits-Viertelstunden» erklärt Nicolas Hemmer den Produktionsleitern der Firma seine Anliegen. Diese leiten sie als Multiplikatoren in weiteren «Viertelstunden» an ihre Teams weiter. Schliesslich werden die Themen in E-Mails oder in der internen Betriebszeitung nochmals aufgegriffen. Der umtriebige Manager führte an den Anschlagbrettern zudem ein neues Formular ein. Mitarbeitende können damit «Beinahe-Unfälle» oder beobachtete gefährliche Situationen mitsamt Verbesserungsvorschlägen melden. «Wir füllen diese Blätter gern aus, denn gute Vorschläge können umgesetzt und finanziell belohnt werden», berichtet beispielsweise Logistikmitarbeiter Bryan Dillmann. Der Betrieb unternimmt alles, um die Sicherheit zu verbes-

sern. Das können einfache Massnahmen wie etwa der Ersatz traditioneller Messer durch solche mit einziehbarer Klinge, die Anschaffung von Sicherheitshandschuhen oder auch umfassendere Veränderungen an Maschinen oder Gebäuden sein.

Nicolas Hemmer motiviert die Mitarbeitenden, ihre Kollegen von eigenen Erfahrungen profitieren zu lassen. So führte beispielsweise der Samariter-Verantwortliche erfolgreich einen Defibrillator-Kurs durch. «Die Leute befassen sich jetzt auch mit der Sicherheit der anderen, man ist solidarischer und denkt weniger egoistisch.»

#### Von der Erkenntnis zur Effizienz

Mit dem Aufruf an ihre Zulieferer, die Charta ebenfalls zu unterschreiben, wollte die Sonceboz SA ursprünglich lediglich die Sicherheitsstandards zur Reduktion von Unfallrisiken auf ihrem Gelände durchsetzen. Die Auswirkungen gingen aber weit darüber hinaus.

Das Unternehmen für Hauswart- und Reinigungsdienste Moszczanski GmbH gehört beispielsweise zu den Mitunterzeichnern. Deren Leiter Christophe Moszczanski begann in der Folge, Sicherheitsmassnahmen umzusetzen und sich weiterzubilden. So reduzierte er nicht nur organisatorische Probleme, sondern auch die Absenzen seines Personals und steigerte gleichzeitig die Effizienz seiner Hauswartdienste.

Ein Verdienst, das seinen Anfang bei Nicolas Hemmer nahm. In dessen Büro hängt der Spruch «Einfachheit ist die perfekte Harmonie zwischen dem Schönen, dem Nützlichen und dem Richtigen». Der Satz bringt es auf den Punkt: Denn dank der Unterzeichnung der Charta wurden wichtige Informationen vermittelt, Mitarbeitende sensibilisiert und dank konkreter Massnahmen Unfallrisiken reduziert. Kombiniert mit der bedingungslosen Unterstützung durch die Direktion und der Begeisterung eines leidenschaftlichen Sicherheitsingenieurs hat dieses Vorgehen letztlich Mitarbeitende in einem sinnvollen Projekt vereint. Gemeinsam schaffen diese Menschen heute zusätzliche Werte für die Kunden und für sich selbst. Text: Nadia Gendre // Bild: Keren Bisaz

→ [www.sicherheits-charta.ch](http://www.sicherheits-charta.ch)

## Wie man Suva-Prämien spart

Die Unfallserie von 1994, die ich in meiner letzten Kolumne beschrieben habe, hat die SBB in eine tiefe Krise geführt. Das Sicherheitsprogramm war in Realisierung. Vor allem aber galt es, die Sicherheitskultur fundamental zu verändern. Wir kamen zum Schluss, dass die Unfallhäufigkeit der beste Indikator für diese Kultur ist. Diese Zahl war mit über 11 Unfällen pro 100 Mitarbeitenden erschreckend hoch. In zwei Jahren wollten wir die Marke unter 8 drücken. Sicherheit wurde auf allen Stufen zur obersten Priorität. Mit 8,2 Unfällen pro 100 Mitarbeitenden verfehlten wir die Vorgabe. Wir liessen uns nicht beirren und wollten im nächsten Jahr unter 7 kommen. Mit 7,1 schafften wir es wieder knapp nicht.

Dann begann der Prozess zu stocken. Wir fragten uns, ob die Zeit der grossen Sprünge vorbei war. 1999 reiste ich mit einer Delegation der SBB in die USA, um von den Strategien der amerikanischen Güterverkehrsbahnen zu lernen. Wir besuchten kleine und grosse Unternehmen. Wo wir auch hinkamen, beeindruckte uns die Präsenz des Themas Sicherheit. Sogar in die Stoffservietten beim CEO-Lunch war «Safety first» eingestickt. Der CEO von Union Pacific erklärte uns, dass der hohe Sicherheitsstandard eine Folge der Macht der amerikanischen Anwälte sei. Wir fragten ihn nach der Anzahl Unfälle pro hundert Mitarbeitenden. Knapp drei, meinte er. Union Pacific führte damals etwa 600 Züge pro Tag (SBB: 6000) auf einem Netz von 30 000 km (SBB: 3000 km). Trotz der viel anspruchsvolleren Ausgangslage nahmen wir uns vor, den Level von Union Pacific zu erreichen.

Als ich die SBB Ende 2006 verliess, waren wir bei 3,9 Unfällen pro 100 Mitarbeitenden angelangt. Im Vergleich mit dem Ausgangsjahr sparten wir 7 Millionen Franken Suva-Prämien pro Jahr. Wenig später war auch die 3 geknackt. Schon Michelangelo sagte: «Es ist nicht ein Problem, ein hochgestecktes Ziel nicht zu erreichen. Es ist ein Problem, ein tiefgestecktes Ziel zu erreichen.»



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



Abschalten im Wald: Ingmar Schenk schwört auf Selbsthypnose.

# Er behandelt die Schmerzen im Kopf

**Ingmar Schenk behandelt etwas, was man nicht sieht: Schmerz. In der Rehaklinik Bellikon kommt der Psychiater zum Zug, wenn psychische Folgen von Unfällen und Erkrankungen hartnäckig präsent bleiben. Er setzt auf Gespräche und Hypnose, damit es im Kopf seiner Patienten Klick macht.** Text: Pascal Mathis // Bild: Beat Brechbühl

Manche haben starke Verbrennungen erlitten. Andere Gliedmassen verloren. Wieder andere werden ein Leben lang an starken Rückenbeschwerden leiden. Und dies, obwohl alle Ärzte, Therapeuten und Betreuer beste Arbeit geleistet haben. In solchen Fällen kommt Ingmar Schenk ins Spiel. Er betreut in der Rehaklinik Bellikon Patienten, deren Unfälle und Erkrankungen Folgen haben, die in vielen Fällen nie ganz verheilen.

Schenk ist promovierter Arzt und Psychiater und hilft Betroffenen bei der Krankheits- und Unfallbewältigung. Also Patienten, die nicht nur körperliche, sondern auch psychische Schäden erlitten haben. «Die meisten kommen wegen Schmerz zu mir. Schmerz, der vielen wie eine grosse schwere Stahlkugel am Bein hängt», sagt Schenk. Es gibt Patienten, bei denen praktisch das ganze Leben nur noch daraus oder gar aus Depressionen besteht, «und das erdrückt dann die ganze Lebensfreude».

**«Das Hirn kann beeinflussen, wie es mit Schmerz umgeht. Dort setzen wir an.»**

## Den Hebel im Kopf ansetzen

«Leider kann auch ich nicht mit dem Finger schnippen und alles ist gut», sagt Ingmar Schenk lakonisch. Darum ist das Ziel, dass seine Patienten den Schmerz akzeptieren können. «Es geht darum, ihn im Optimalfall zu vergessen, obwohl er immer noch da ist.» Dazu führt er viele Gespräche oder erprobt Entspannungstechniken. Eine Fleiss- und Geduldsarbeit, vor allem für die Patienten. Denn Schmerzbewältigung ist nicht etwas, was sich innert weniger Tage oder Wochen erreichen lässt.

Zwar können Beschwerden mit Medikamenten gelindert werden, «doch langfristig ist das keine optimale Lösung». Es kann Nebenwirkungen geben oder die Wirkung lässt nach. Den nötigen Hebel zur Schmerzbewältigung setzt Schenk im Kopf an: «Unser Hirn kann mitbeeinflussen, was es mit Informationen macht und wie es damit umgeht. Dazu gehören auch Schmerzen», erklärt er. Aber das einzig richtige Wundermittel gibt es nicht. Jeder Fall sei anders, jeder Patient brauche individuelle Lösungen, erläutert Schenk, der in Bellikon ein Team von drei Psychiatern, sechs Psychologen, zwei Musik- und Malthérapeuten sowie einer Praktikantin fachlich leitet.

## «Hallo, es gibt noch andere Dinge als Schmerz»

Zu Ingmar Schenks Behandlungsmethoden gehören Meditation sowie eine Hypnotherapie. Dies ist eine Art Hypnose, bei der die behandelten Personen in Trance versetzt werden. «Man kann sich dabei in einen Wunschzustand bringen – und dabei eben auch Schmerz ausblenden.» Im optimalen Fall erlebe ein Patient bei ihm dabei eine völlig schmerzfreie Phase. Natürlich sei dieser Hypnose-Zustand nicht dauerhaft, aber das Erlebnis, auch ohne Medikamente vorübergehend beschwerdefrei zu sein, kann ein Umdenken erzeugen, so Schenk. Oder anders gesagt: Das Hirn lernt dazu. «Wie wenn man ihm zurufen würde: «Hallo, es gibt noch andere Dinge als Schmerz!»»

Doch wie offen sind Schenks Patienten solchen Behandlungen gegenüber? Leute, die vielleicht nicht damit gerechnet haben, in einer Rehaklinik auf einen Psychiater zu stossen? Schenk lacht. «Vorurteile erlebe ich viele. Aber die meisten Patienten unternehmen nach einem ersten Gespräch gerne den Versuch, ihre durch einen Unfall verursachten psychischen Probleme behandeln zu lassen.» Allerdings: Das Angebot, das für eine Rehaklinik aussergewöhnlich ist, bleibt letztlich für alle freiwillig.

## Selbsthypnose zum Abschalten

Ingmar Schenk arbeitet seit knapp einem Jahr in Bellikon. Und er behandelt täglich Personen, deren Leben durch einen Schicksalsschlag erschüttert wurde. Wie lässt er solches nicht zu nahe an sich herankommen? Neben üblichen Hobbys wie Sport, Musik und Fotografie schwört Schenk auf dasselbe, was er auch für seine Patienten gut findet: Hypnose. «Ich betreibe Selbsthypnose, ähnlich einer Meditation.» Wie bei seinen Patienten kann er so selber seinen eigenen Wunschzustand erreichen und dabei Belastendes oft völlig ausblenden.

«So wie ich meine Patienten wenn immer möglich mit einem guten Gefühl aus der Behandlung entlasse, mache ich es auch und hole mir positive Gedanken zurück. Und wenn das gelingt, dann ist dies das Tollste!»

# Direkt im Internet bestellen

Bestellen Sie die Publikationen mit der elektronischen Bestellkarte ([www.suva.ch/benefit-bestellkarte](http://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](http://www.suva.ch/newsletter)  
➔ [www.suva.ch/benefit](http://www.suva.ch/benefit)

**Neue Checklisten für sichere Baustellen**



**Sommer-Spezialangebot: Suvasol®-Schutzbrillen-Set**



**Mit System gegen die Absturzgefahr**



Das Arbeiten auf Dächern birgt viele Gefahren. Es drohen Stürze vom oder durch das Dach oder durch Dachöffnungen. Berücksichtigen Sie als Bauherr oder Architekt solche Gefahren und ziehen Sie für die Planung von Sicherheitseinrichtungen Spezialisten bei. Ein Kollektivschutz (z. B. Geländer) hat immer Vorrang. Wenn aber die bauliche Situation keinen Schutz bietet, sind systematisch Anschlagseinrichtungen zum Befestigen der Persönlichen Schutzausrüstung (PSA) gegen Absturz zu planen. Die neue Informationsschrift hilft dabei.

➔ Anschlagseinrichtungen auf Dächern wollen geplant sein // Informationsschrift, 26 Seiten A4 // nur PDF // [www.suva.ch/waswo/44096.d](http://www.suva.ch/waswo/44096.d)

Für die Gefahrenermittlung und Massnahmenplanung im Baugewerbe sind zwei neue Checklisten erschienen:

- Baugüteraufzüge sind ein effizientes Arbeitsmittel. Sie müssen jedoch bestimmungsgemäss genutzt und korrekt bedient werden. Sonst wird's gefährlich. Diese Checkliste richtet sich an Arbeitgeber und Vorgesetzte, aber auch an Bauleiter, Gerüstbauer und Inverkehrbringer von Baugüteraufzügen.
- Auch der Umgang mit Betonpumpen kann gefährlich sein. Sie können etwa umstürzen oder Maschinisten verletzen sich bei der Reinigung der Pumpen. Mit unseren Checklisten bekommen Sie solche Gefahren in den Griff.

➔ Baugüteraufzüge mit Personenbeförderung // Checkliste, 4 Seiten A4 // Bestell-Nr. 67196.d  
➔ Förderpumpen und Verteilmasten für Beton // Checkliste, 4 Seiten A4 // Bestell-Nr. 67191.d

Wer sich im Freien aufhält, braucht unbedingt eine gute Sonnenbrille. Suvasol®-Sonnenschutzbrillen bürgen schon seit über 20 Jahren für optimalen Augenschutz. Der hochwertige Filter schützt gegen alle gefährlichen Strahlen und stellt trotzdem sicher, dass Farben erkannt werden. Dies ist besonders wichtig im Strassenverkehr. Profitieren Sie jetzt: Zu jeder ultraleichten, sportlichen Suvasol®-Schutzbrille Profi 10.101 (mit Etui) erhalten Sie gratis eine Sonnenschutzcreme Daylong ultra 25 (30 ml).

➔ Preis pro Set: CHF 26.00, ab 10 Stück Mengenrabatt (inkl. MWST, portofreie Lieferung). Weitere Informationen und Bestellung: [www.sapros.ch/suva/spezialangebot](http://www.sapros.ch/suva/spezialangebot). Tel. 041 419 52 22. Das Angebot ist gültig bis 31.08.2016 (solange Vorrat).

## Im Betrieb aufhängen!



- Ich wollte bei der Arbeit einige Minuten sparen und habe Monate meines Lebens verloren // Kleinplakat A4 // Bestell-Nr. 55358.d

## Flüssiggas: sicher umgehen mit lösbaren Rohrverbindungen

Um die Gefahr von Gasbränden oder Explosionen bei Flüssiggasanlagen mit lösbaren Rohrverbindungen auszuschliessen, sind periodische Kontrollen und ausreichende Lüftungsmassnahmen unerlässlich. Ein neues Factsheet zeigt auf, was es im Detail braucht, damit auf das Festlegen von Zonen mit Explosionsgefahr (Ex-Zonen) rund um solche Rohrverbindungen herum verzichtet werden kann.

- Lösbare Rohrverbindungen an Flüssiggasleitungen bis 5 bar. Explosionen sicher verhindern // Factsheet, 2 Seiten // nur PDF // [www.suva.ch/waswo/33086.d](http://www.suva.ch/waswo/33086.d)

## Überarbeitet

### Checklisten

- Fahrzeuge beladen von Hand // 4 Seiten A4 // Bestell-Nr. 67093.d

### Internet

- Informationen zu weiteren neuen und überarbeiteten Veröffentlichungen zur Arbeitssicherheit finden Sie unter [www.suva.ch/neue-seiten-suvapro](http://www.suva.ch/neue-seiten-suvapro)

## Schutz für Kopf und Augen beim Freizeitvergnügen

Mit den Temperaturen steigt auch dieses Jahr wieder die Lust, sich aufs Velo zu schwingen, die Inline-Skates zu montieren oder andere Aktivitäten unter freiem Himmel zu unternehmen. Klug ist, wer sich dafür richtig ausrüstet. Velohelme, Sonnenbrillen und weiteres Zubehör für das Abenteuer Freizeit gibt es bei der Suva. Schauen Sie doch einmal in den neuen Katalog hinein.

- Abenteuer Freizeit – sicher unterwegs. Velohelme, Brillen und Zubehör 2016 // 52 Seiten A5 // Bestell-Nr. 88127.d



## Modernes Schadenmanagement



Die Suva setzt alles daran, Verunfallten eine möglichst gute Rehabilitation zu ermöglichen. Sowohl die Arbeitnehmer als auch die Arbeitgeber profitieren davon. Fachkräfte sind rascher wieder gesund, es entstehen weniger Ausfallkosten und Umtriebe. Was im vergangenen Jahr zu diesem und weiteren Themen erreicht wurde, steht in der neuen Ausgabe der Broschüre «Modernes Schadenmanagement und ganzheitliche Rehabilitation».

- Modernes Schadenmanagement und ganzheitliche Rehabilitation // Broschüre, 12 Seiten A4 // Bestell-Nr. 2934.d (Überarbeitung)

## Holzelementbau: Sicherheit durch Planung



Immer mehr Gebäude werden in der Schweiz im Holzelementbau erstellt. Die Elemente werden in der Werkhalle vorgefertigt, zur Baustelle transportiert und dort montiert. Die Sicherheit muss in allen Phasen gewährleistet sein. Dies stellt hohe Anforderungen an alle Beteiligten und kann nur mit guter Planung und Arbeitsvorbereitung erreicht werden. Deshalb hat die Suva in Zusammenarbeit mit der Fachhochschule Bern ein Merkblatt erarbeitet. Es richtet sich an Planer, Holzbauingenieure, Bauleiter und Mitarbeitende von Holzbauunternehmen und zeigt die Zusammenhänge zwischen den Aufgaben der Beteiligten auf.

- Holzelementbau. Sicherheit durch Planung // Informationsschrift, 40 Seiten A4 // Bestell-Nr. 66135.d

## Rückbau und Asbest – wann geht es auch mit dem Bagger?

Gebäude mit Asbest müssen fachgerecht rückgebaut werden. Grundsätzlich sind dazu asbesthaltige Materialien vor Beginn der eigentlichen Abbrucharbeiten aus dem Gebäude zu entfernen. In besonderen Fällen kann es sinnvoll sein, anstatt aufwendige vorgelagerte Sanierungsarbeiten durchzuführen, angepasste Rückbaumethoden mit dem Hydraulikbagger anzuwenden. Die neue Publikation beschreibt die Voraussetzungen und die Arbeitsmethoden, die für dieses genehmigungspflichtige Vorgehen zwingend einzuhalten sind.

- Rückbau von asbesthaltigen Gebäuden mit dem Bagger – Voraussetzungen und Arbeitsmethoden // Informationsschrift, 20 Seiten // nur PDF // [www.suva.ch/waswo/88288.d](http://www.suva.ch/waswo/88288.d)

Viele Verunfallte vermissen ihre Arbeit. Unterstützen Sie betroffene Kollegen bei der Rückkehr ins Berufsleben.



Viele Menschen können es nach einem Unfall kaum erwarten, in ihr gewohntes Leben zurückzukehren. Wir unterstützen sie auf diesem Weg mit Beratung, Versicherungsleistungen, Unfallmedizin und Rehabilitation. Doch auch Sie können zur Genesung der Verunfallten beitragen, indem Sie ihnen zur Seite stehen. Für detaillierte Informationen: [www.suva.ch/wiedereingliederung](http://www.suva.ch/wiedereingliederung)

**suva**care

Sicher betreut