

benefit

Verheerendes Risiko

Phillip Mendez steigt in einen Sacklift und stürzt damit 22 Meter in die Tiefe. Wie er den Weg zurück in den Beruf schafft.

→ Seite 4

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

Gewagte Sprünge

Dirtbiken ist die neue Trendsportart. Wann Sie bei den waghalsigen Tricks ein Wagnis eingehen.

→ Seite 12

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

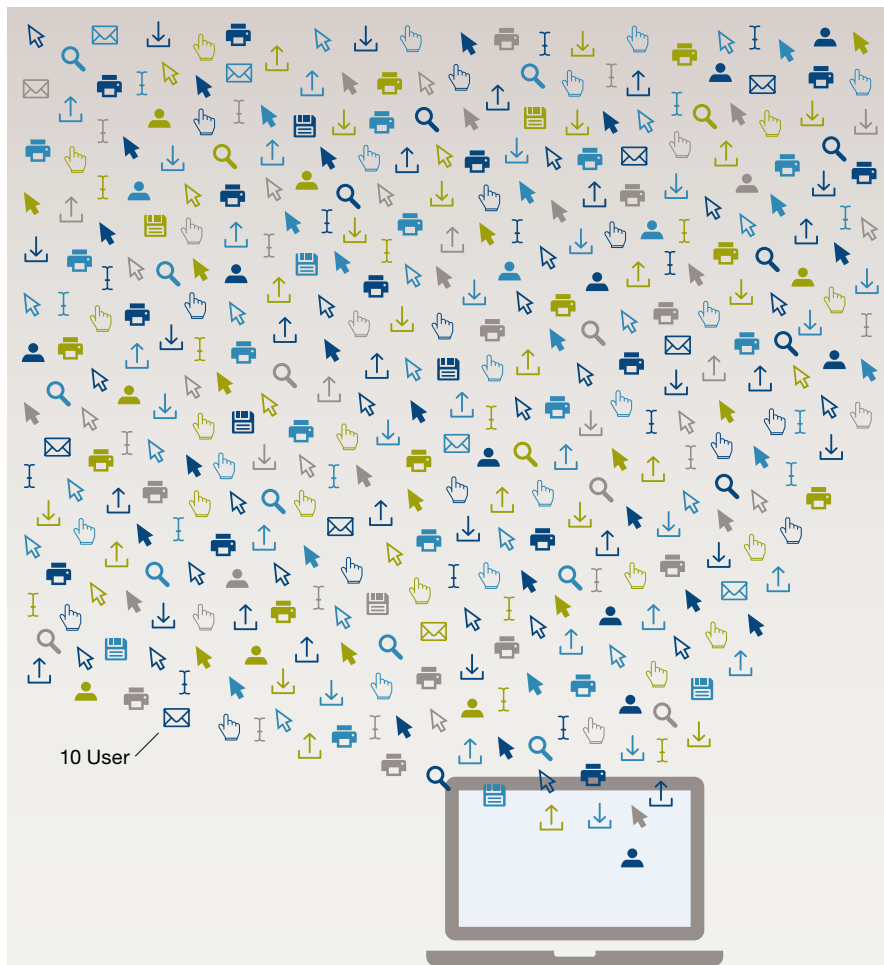
Jugendlicher Leichtsin

Dieter Bänziger fährt mit dem Velo gegen ein Verkehrsschild und trägt keinen Helm. Warum er deswegen seinen Traum aufgeben musste.

→ Seite 20

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





3859

Seit Anfang Jahr haben sich bereits 3859 Personen auf der neuen Website www.suva.ch über das Kundenportal registriert. Über die Registrierung hat man die Möglichkeit, für sich relevante Themen-seiten oder Merkblätter an einem zentralen Ort zu speichern. Ausserdem wird man automatisch benachrichtigt, wenn eine vorgemerkte Publikation abgeändert wird. So sind alle gewünschten Daten immer griffbereit und aktuell.

Ein Unglück kommt selten allein

Liebe Leserin, lieber Leser

Ein schwerer Unfall, der eine achtmonatige Arbeitsunfähigkeit nach sich zieht, ist ein harter Schlag für den Verunfallten und seine Angehörigen. Wenn gleichzeitig die Kündigung ins Haus flattert, wird die Situation richtig prekär. Diese Geschichte ist Phillip Mendez genau so passiert.

Als ich den 55-Jährigen zu Hause besuchte und er mir erzählte, wie er sich durch Willenskraft und mit der Unterstützung seiner Umgebung zurück in den Alltag kämpfte, war ich sehr beeindruckt. Das Zusammenspiel der Familie, der Ärzte und des Arbeitgebers ist elementar, damit eine Rückkehr in den Beruf gelingt. Aber ohne die Zähne zusammenzubeissen, hätte es Phillip Mendez nicht geschafft.

Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre und einen wunderschönen Sommer mit viel Sonne – aber ohne Sonnenbrand.

Herzlich

Regula Müller
Chefredaktorin «benefit»





// 04



// 18



// 20

STORY

04 Nach dem Unfall kam die Kündigung

Der Telekommunikationstechniker Phillip Mendez verletzt sich bei einem Absturz mit dem Lift so schwer, dass er für über acht Monate bei der Arbeit ausfällt. Fast gleichzeitig verliert er seinen Job. Wie er den Weg zurück ins Berufsleben findet.

AKTUELL

10 Unfallverhütung mit Pfiff

Warum der Schiedsrichter einen grossen Beitrag zur Unfallprävention leistet.

11 Der Schuss aufs Tor mit Folgen

12 Zu gewagt: Tricks in der Luft

13 Unfall vor Gericht: Wer ist schuld?

Ein Lernender verunfallt, weil er sich den Anweisungen nicht widersetzt. Die Suva zeigt an einem fiktiven Prozess, wer die Verantwortung und wer die Schuld trägt.

14 Versicherungsschutz verlängern

14 Hilfe beim Ombudsman holen

14 SOS: Notfall im Ausland

14 Wegleitung: aktualisiert und digital

15 Töffunfall ist am teuersten

15 Betriebsbesuche intensiviert

15 Wer bezahlt bei einem Zeckenstich?

16 WETTBEWERB

17 VORBILDlich INSTRUIEREN

18 BRAVO

20 PERSÖNLICH

22 SERVICE

Nach dem Unfall kam die Kündigung

Der Telekommunikationstechniker Phillip Mendez (55) verletzt sich bei einem Absturz mit dem Lift so schwer, dass er für über acht Monate bei der Arbeit komplett ausfällt. Fast gleichzeitig verliert sein Arbeitgeber einen Auftrag an die Konkurrenz und muss allen Mitarbeitern kündigen. Mit starkem Willen und viel Unterstützung durch die Familie, den alten und neuen Arbeitgeber und den Arzt schafft Mendez den Weg zurück ins Berufsleben. Text: Regula Müller // Bilder: Raffael Waldner

Phillip Mendez hat seinen Traumberuf gefunden, wie er selber sagt. Er ist Telekommunikationstechniker und dafür zuständig, dass die Anlagen für Internetanwendungen, Handys und Festnetztelefone funktionieren. Dies tut er, indem er die Handyantennen, Masten und die gesamten Systeme vor Ort überprüft und wartet. Phillip Mendez wechselt am Tag mindestens dreimal den Standort und besucht Anlagen in den Regionen Bern und Jura. «Manchmal komme ich mir vor wie ein Tourist, der durch die Schweiz reisen darf. Aber im Gegensatz zu den Touristen werde ich dafür bezahlt.» Geboren ist Phillip Mendez im mittelamerikanischen Belize und aufgewachsen in Kalifornien. Durch seinen Beruf sieht er Ecken der Schweiz, die er sonst nicht kennenlernen würde. Vor allem wenn er oben auf dem Masten oder auf den Dächern ein System reparieren muss und die Berge und die Landschaft aus der Vogelperspektive sieht, ist er begeistert. Phillip Mendez kann sich keinen schöneren und abwechslungsreicheren Beruf vorstellen. Doch Fortuna scheint etwas dagegen zu haben.

Sturz aus 22 Metern in die Tiefe

Der Reihe nach: Am 4. Juli 2012 macht sich Phillip Mendez mit seinem Arbeitskollegen Günther nach Delémont im Jura auf. Eine Funkverbindung ist unterbrochen. Die

Anlage steht auf dem Dach eines Betriebs. «Als wir ankamen, begleitete uns ein Angestellter zum Lift und sagte, dass wir damit nach oben fahren können.» Es handelt sich dabei jedoch nicht um einen Personenlift, sondern um einen sogenannten Sacklift. Dieser besteht nur aus einer Plattform und einer Rückwand. In Bewegung setzt er sich, indem man von Hand an einem Seil zieht. «Ich bin in diesen Lift gestiegen ohne einen Gedanken an eine drohende Gefahr», erzählt Phillip Mendez. Danach

Berufliche Perspektiven

Möglichst alle Menschen sollen nach einem Unfall wieder eine berufliche Perspektive haben. Die Suva bietet deswegen den Arbeitgebern Anreize zur Beschäftigung von verunfallten Arbeitnehmenden. Die «Anreize für betriebliche Wiedereingliederung» kommen dann infrage, wenn die IV nicht aktiv wird. Die Suva hat die Möglichkeit, Wiedereingliederungskosten von bis zu 20 000 Franken zu übernehmen. Ausserdem kann die Suva eine erfolgreiche Wiedereingliederung mit zusätzlichen 20 000 Franken honorieren.

→ www.suva.ch/reintegration



Phillip Mendez benötigt als Telekommunikationstechniker gesunde Beine und Arme.



Sicherheit als oberstes Credo: Phillip Mendez denkt ständig darüber nach, wie sein Beruf noch sicherer werden kann.

hat er keine Erinnerungen mehr. Als er zusammen mit seinem Arbeitskollegen in der Höhe von 22 Metern schwebt, halten die Seile das Gewicht nicht mehr aus. In weniger als zwei Sekunden rasen die beiden nach unten in den Keller. Die Ambulanz bringt die Männer ins nahe gelegene Spital in Delémont. Der Kollege ist bis auf eine Schramme am Kopf unverletzt. Phillip Mendez' Fuss hingegen ist zertrümmert und steht in einem 90-Grad-Winkel ab. Bevor die Ärzte eine Operation in Betracht ziehen können, muss die starke Schwellung abklingen.

Hunderte von Schutzengeln

Phillip Mendez' Frau, Ilona Mendez, erinnert sich noch gut an den Anruf, den sie an diesem Tag von ihrem Mann erhält. «Als er mir sagte, dass er in Delémont im Spital sei, ging ich automatisch davon aus, dass er einen verletzten Arbeitskollegen begleiten musste.» Die Schilderung des Unfalls schockt Ilona Mendez. Denn: Es hätte viel schlimmer enden können. «Er hatte Hunderte von Schutzengeln.» Noch am selben Tag fährt sie mit dem Zug nach Delémont. Das tut sie in den darauffolgenden zwei Wochen jeden zweiten Tag. Die beiden Kinder (damals 14 und 16) haben gerade Schulferien und auch Ilona Mendez hat Sommerferien. Diese Besuche tun Phillip Mendez unglaublich gut. «Mir war es im Spital wahnsinnig langweilig. Sobald aber meine Kinder und meine Frau hier waren, verflog die Zeit wie im Nu.» Zum Glück sprechen die Assistenzärztin und einige Pflegefachfrauen Englisch. So kann sich Mendez mit ihnen unterhalten. Als Phillip Mendez nach 14 Tagen entlassen wird, sind es sein Vorgesetzter und Günther, die ihn im Spital abholen und nach Hause fahren.

Die Kündigung flattert ins Haus

Die Entlassung aus dem Spital bedeutet nicht, dass Phillip Mendez schon wieder arbeitsfähig ist. Der Fuss ist zwar operiert, aber an Arbeiten ist noch nicht zu denken. Die Ärzte mussten Knochen aus Mendez' Hüfte entnehmen, um die Struktur wieder einigermassen herzustellen. Elf Schrauben halten ihn nun zusammen. Die Zeit der Rehabilitation dauert über acht Monate. Acht lange Monate des Nichtstuns. Ausser den regelmässigen Arztbesuchen und den Gehübungen, welche der damals 50-Jährige daheim macht, gibt es keine Aufgaben für Phillip Mendez. «Ich habe meinen Mann unzufrieden und mürrisch erlebt», beschreibt Ilona Mendez diese Zeit. Sie

Tipps für den Arbeitgeber zur Wiedereingliederung

- Nehmen Sie so rasch als möglich persönlich mit dem Verunfallten Kontakt auf.
- Melden Sie den Unfall schnellstmöglich der Suva.
- Besuchen Sie den Verunfallten und führen Sie frühzeitig ein Gespräch über die Rückkehr in den Betrieb.
- Legen Sie zusammen mit dem Betroffenen die möglichen Etappen der Rückkehr fest.
- Beziehen Sie das persönliche Umfeld des Betroffenen mit ein.
- Bieten Sie Teilzeitarbeit im angestammten Bereich oder Schonarbeitsplätze an, die dem Gesundheitszustand Rechnung tragen.
- Lassen Sie den Betroffenen spüren, dass seine Anwesenheit im Unternehmen wichtig ist.
- Besprechen Sie mit dem Betroffenen die Einsatzmöglichkeiten in Ihrem Unternehmen.
- Erstellen Sie ein Jobprofil, das Sie dem behandelnden Arzt abgeben können.
- Suchen Sie, mit dem Einverständnis des Betroffenen, den Kontakt zum behandelnden Arzt.
- Vermitteln Sie dem Arzt ein Bild über die Belastung des Betroffenen am Arbeitsplatz.
- Informieren Sie den Arzt über Schonarbeitsplätze und andere Wiedereingliederungsmöglichkeiten.
- Nehmen Sie mit der Agentur der Suva Kontakt auf.
- Wählen Sie den Tag der Rückkehr bewusst – Donnerstag und Freitag sind häufig sinnvoller.

hat viel Geduld aufbringen müssen, um ihn immer wieder aufzumuntern. Schwierig ist vor allem der Moment, als der behandelnde Arzt drei Monate nach dem Unfall entdeckt, dass auch die linke Schulter stark verletzt ist. «Ich hatte immer Schmerzen an der Schulter und konnte nicht mal eine Wasserflasche zum Mund führen. Ich dachte, das käme von den Prellungen», erklärt Phillip Mendez den Umstand, dass man die Schulterverletzung vorher nicht erkannt hat. Es stellt sich jedoch heraus, dass zwei Muskelstränge und die Bänder an der Schulter durchtrennt sind. Es folgt eine erneute Operation. «Phillip Mendez benötigt in seinem Beruf gesunde Beine und Arme», sagt Daniel Sägesser, Facharzt für orthopädische

Tipps für den Arzt zur Wiedereingliederung

- Erkundigen Sie sich über die konkrete Arbeitsplatzsituation des Patienten.
- Informieren Sie sich über das Angebot zur Wiedereingliederung des Arbeitgebers.
- Informieren Sie sich über vorhandene Schonarbeitsplätze beim Arbeitgeber.



Bild oben: Mittlerweile kann Phillip Mendez wieder kickboxen.

Bild unten: Ilona und Phillip Mendez sind froh, zurück im Alltag zu sein.

Chirurgie. «Die Rehabilitation verzögerte sich durch die Diagnose, was für Herrn Mendez schwierig war.» Zu allem Unglück flattert zu diesem Zeitpunkt auch noch die Kündigung ins Haus. Der frühere Arbeitgeber von Phillip Mendez verliert den Wartungsauftrag an den Konkurrenten Ericsson. In der Branche ist es keine Seltenheit, dass Aufträge an andere Anbieter gehen und der neue Anbieter auch die Mitarbeitenden übernimmt. Der frühere Vorgesetzte setzt sich sehr dafür ein, dass seine Mitarbeiter beim neuen Arbeitgeber weiterarbeiten können. Ericsson nimmt im Anschluss die meisten Telekommunikationstechniker unter Vertrag.

Mit den Krücken zur Vertragsunterzeichnung

Nun ist hier aber noch Phillip Mendez, der zu 100 Prozent arbeitsunfähig ist und bei dem noch nicht klar ist, ob er je wieder in seinem angestammten Job arbeiten kann. Ein Gespräch zwischen dem Case Manager der Suva, dem neuen potenziellen Chef und Phillip Mendez bringt eine Lösung: Phillip Mendez kriegt einen Vertrag und beginnt nach der Genesung als Telekommunikationstechniker bei Ericsson. Falls eine Rückkehr in den alten Job nicht möglich ist, macht er eine Umschulung und übernimmt die Koordination der Telekommunikationsaufträge im Büro. Der Personalchef von Ericsson, Patrick Mathys, sagt: «Wir nutzen die internen Ressourcen eines internationalen Konzerns, um Ausfälle abzufedern und den Mitarbeitenden genügend Zeit für die Rückkehr in den Berufsalltag zu geben.» Ericsson setzt bei der Wiedereingliederung ihrer Mitarbeitenden auf Schonarbeitsplätze, flexible und angepasste Arbeitspensen sowie auf einen engen Kontakt und regelmässigen Austausch. So gibt Ericsson Firmen-News auch an langfristig krankgeschriebene Mitarbeitende weiter und ermuntert sie, an Anlässen teilzunehmen. Weiter können die Mitarbeitenden, sofern sie sich fit genug fühlen, vom Home Office per Skype an wichtigen Sitzungen teilnehmen. Dies ermöglicht einen sanften Wiedereinstieg. «Ich bin mit Krücken zur Vertragsunterzeichnung gegangen», erinnert sich Phillip Mendez. «Ich muss mich bedanken, dass ich in diesem körperlichen Zustand den Job erhielt.»

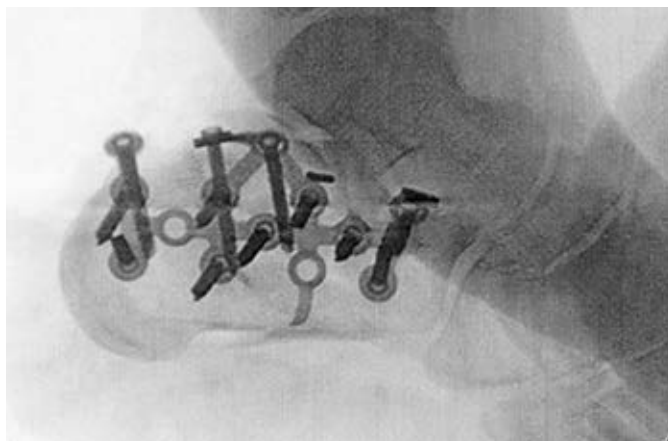
Täglich Schmerzen aushalten

Heute sagt Phillip Mendez: «Für mich war die Umschulung keine wirkliche Option. Wenn man mich in ein Büro stecken würde, käme dies einer Inhaftierung gleich.» Sein behandelnder Arzt, Daniel Sägesser, ist von der Motivation seines Patienten beeindruckt: «Er wollte unbedingt zurück in seinen angestammten Beruf. So viel Elan und Wille habe ich noch selten erlebt.»

Der neue Vertrag startet am 1. April 2013. Es ist zwischen der Suva, dem Arbeitgeber und Phillip Mendez ausgemacht, dass Mendez das Tempo des Einstiegs selber bestimmt. «Ich war so glücklich, endlich wieder arbeiten zu können, dass ich von Anfang an 100 Prozent im Einsatz stand.» Er ist nicht der Einzige, der sich über den Wiedereinstieg freut. Auch seine Frau macht drei Kreuze an die Wand, als der Ehemann wieder täglich am Morgen aus dem Haus und zur Arbeit geht. Damit dies so bleibt, beisst er auch heute, vier Jahr später, die Zähne zusammen. Denn der Fuss schmerzt immer noch. Durch die Schrauben ist dieser versteift – abrollen ist nicht möglich. Vor allem, wenn Phillip Mendez den Hang hochgehen muss oder im Schnee stapft, sind die Schmerzen gross. «Ich hatte schon als kleines Kind einen sturen Kopf. Das hilft mir, die Schmerzen auszuhalten.»

Routinen führen zu Unfällen

Obwohl der Unfall ein einschneidendes Erlebnis für die ganze Familie war, hat Ilona Mendez keine Angst um ihren Mann. Wenn ihr Mann zur Arbeit geht, hofft sie zwar, dass er gesund zurückkehrt, aber «ich bin grundsätzlich ein positiv denkender Mensch. Ausserdem sagt mir mein Mann auch nicht immer genau, auf welche Dächer und Masten er steigen muss». Mittlerweile sind die beiden Kinder selber berufstätig oder in der Ausbildung. Der jüngere Sohn, Shaian, wird Fachangestellter Gesundheit. Die ältere Tochter, Shania, ist in die Fussstapfen des Vaters getreten und arbeitet als Veranstaltungstechnikerin. Sie baut also Bühnen, installiert Scheinwerfer und Lautsprecher für bevorstehende Events. «Ich habe meinen Kindern beigebracht, selber zu denken. Und ich bin mir sicher, dass meine Tochter weiss, was sie tut.» Er könne ihr nur raten, immer mit höchster Konzentration dabei zu sein. Während der Arbeit über



Elf Schrauben halten seit dem Unfall den Fuss zusammen.

Tipps für die Angehörigen zur Wiedereingliederung

- Besuchen Sie den Patienten regelmässig.
- Stimmen Sie untereinander die Besuchszeiten ab.
- Nehmen Sie dem Patienten seine Zukunftsängste.
- Zeigen Sie ihm, dass er immer noch gebraucht wird.
- Sichern Sie ihm auch nach der Therapie Ihre 100-prozentige Unterstützung zu.
- Schaffen Sie regelmässige Rituale wie ein gemeinsames Essen.
- Seien Sie geduldig.
- Informieren Sie sich über die Unfallfolgen.
- Motivieren Sie den Patienten zu kleinen Aktivitäten.

mögliche Schreckensszenarien nachzudenken, würde bloss ablenken. «Die Abläufe dürfen nicht zur Routine werden, sonst wird man nachlässig und dann passieren Unfälle.»

Online-Plattform dokumentiert Anlagen

Phillip Mendez, der inzwischen für Salt arbeitet, überlegt sich häufig, wie er seine Arbeit sicherer machen kann. «Wir kommen oft auf Anlagen, die wir vorher noch nie gesehen haben. Innerhalb ganz kurzer Zeit müssen wir uns einen Überblick verschaffen.» Dies kann Fehlentscheidungen, wie sie Phillip Mendez beim Betreten des Sacklifts getroffen hat, zur Folge haben. Vorschläge zur Verbesserung der Arbeitssicherheit sind in der Firma sehr willkommen. So hat ein gemeinsamer Entscheid aller Telekommunikationstechniker dazu geführt, dass eine Online-Plattform erstellt wurde. Auf der Plattform sind alle Salt-Telekommunikationsanlagen der Schweiz fotografisch dokumentiert. Jeder Techniker kann sich also vorgängig ein genaues Bild von der Situation vor Ort machen. So weiss er, wie er den Zugang zur Anlage findet und wo Absturzgefahren und andere Risiken lauern. «Die Berufskollegen schätzen die Plattform sehr. Sie ist hilfreich und bringt mehr Sicherheit.»

➔ www.suva.ch/wiedereingliederung



Was wissen Sie über die Wiedereingliederung?
Nehmen Sie am Quiz teil und gewinnen Sie Reisegutscheine im Gesamtwert von 5000 Franken.
www.suvacare-quiz.ch

Unfallverhütung mit Pfiff

Fussballschiedsrichter verteilen nicht nur gelbe und rote Karten – sie tragen auch massgeblich zur Unfallverhütung auf dem Platz bei. Genau deshalb verstärkt die Suva nun ihre Zusammenarbeit mit den Schiedsrichtern des Schweizerischen Fussballverbands (SFV).



Der Batch auf dem Ärmel des Schiedsrichters fordert zu Fairplay auf.

Die Arbeit der Fussballschiedsrichter ist ein Job der Extreme. Machen sie ihren Job gut, interessiert sich kaum jemand dafür. Leisten sie sich aber auch nur einen einzigen Fehlentscheid, kriegen sie das zu spüren. «Die dafür nötige dicke Haut erarbeitet man sich im Laufe der Zeit», sagt Patrick Graf, Leiter des Schiedsrichterdepartements beim SFV.

Graf war mehr als 15 Jahre aktiv und hat in dieser Zeit mehrere Hundert Spiele gepfiffen. Obwohl er nicht mehr selber auf dem Platz steht, ist seine Faszination für das Schiedsrichterwesen ungebrochen. «Schiedsrichter zu sein, ist eine Lebensschule.»

Starker Beitrag zur Unfallprävention

Dass der Unparteiische eine wichtige Rolle hat, ist unbestritten. Mehr als das: «Durch seine Leitungsfunktion trägt der Schiedsrichter massgeblich zur Unfallprävention bei», sagt Philippe Gassmann, Kampagnenleiter der Suva: «Jeder dritte Unfall auf dem Fussballplatz erfolgt auf-

grund eines Foulspiels.» Schon seit vielen Jahren arbeitet die Suva deshalb mit dem SFV zusammen. Dank der Partnerschaft erhalten zum Beispiel von der Suva unterstützte Grümpel- und Firmenturniere Zugang zu qualifizierten Schiedsrichtern. Weiter profitieren die Schiedsrichter von medizinischen Angeboten der Rehabilitationsklinik der Suva in Sion.

Nun will die Suva den Schiedsrichtern noch mehr Gewicht geben. Ab Juni wird die Unfallprävention der Suva offiziell in die Schiedsrichteraus- und -fortbildung integriert. Dafür realisiert die Suva gemeinsam mit dem SFV drei Videos, die an den Schulungen gezeigt werden. Darüber hinaus wird die Suva künftig an Spielen des Schweizer Cups durch einen neuen Batch auf dem Schiedsrichtertrikot erkennbar sein. Darüber freut sich auch Patrick Graf: «Jede Verletzung, die durch unsere Präventionsmassnahmen verhindert werden kann, ist ein Erfolg für uns.»// scd

➔ www.suva.ch/fussball

Das sagt der Sportchef



Christoph Spycher, YB-Sportchef über Fairplay im Profifussball

Was bedeutet für Sie Fairplay?

Für mich heisst es, dass man die Regeln einhält und respektiert. Das Ziel jedes Fussballers ist der Sieg – dennoch müssen Werte wie Achtung vor dem Gegner, Toleranz und Ehrlichkeit eingehalten werden. Besonders nach dem Spiel gilt es, Haltung zu bewahren und fair zum Gegner zu sein – ob bei Sieg oder Niederlage.

Warum ist Ihnen Fairplay wichtig?

Fussball begeistert eine grosse Masse und lockt viele Leute ins Stadion. Die Zuschauerinnen und Zuschauer beobachten ganz genau, wie sich die Profispieler verhalten. Daher ist es wichtig, dass wir gute Vorbilder auf dem Fussballplatz haben.

Hand aufs Herz: Fair und erfolgreich – geht das zusammen?

Ein fairer Spieler kann während der 90 Spielminuten Vollgas geben und mit fairen Mitteln um den Ball kämpfen. Natürlich lebt der Fussball von Emotionen und vom Kampfgeist. Einen Spieler, der kampflös den Ball abgibt, will man nicht sehen. Aber es gibt Grenzen, die nicht überschritten werden dürfen. Wenn die Gesundheit gefährdet ist, ist die Grenze erreicht.

Der Schuss aufs Tor mit Folgen

Ein Unfall kann Selbstständigerwerbende in ihrer Existenz bedrohen. Das weiss auch Markus Dittli, der nach einem Sportunfall fast zwei Monate nicht voll arbeiten konnte. Dank der Unternehmerversicherung der Suva überstand der selbstständige Garagier seinen Ausfall aber letztlich gut.

Markus Dittli weiss von seinem Unfall im vorletzten Sommer noch fast jedes Detail. Der heute 51-Jährige nahm mit Freunden an einem Grümpeltturnier teil und stand im Tor. «Im dritten Spiel stürmte ein Gegenspieler auf mich zu und drückte voll ab.» Dittli probierte den Ball abzuwehren, wobei es ihm die linke Hand nach hinten knickte. Die Hand schwoll an, Sanitäter legten eifrig Eis auf und Goalie Dittli meinte, dass er sich «die Hand einfach stark verstaucht» habe.

Er irrte sich. Als auch nach drei Wochen die Schmerzen nicht abnahmen, ging Markus Dittli zum Arzt. Die Diagnose war klar: Bruch des Handgelenks und ein längerer Ausfall.

Froh um die Unterstützung

Für den selbstständigen Garagier aus Edlibach ZG war dies ein harter Schlag. Ans Arbeiten war erst einmal nicht zu denken, und seine beiden Angestellten konnten den Ausfall auch nicht vollstän-

dig auffangen. Doch Dittli war froh, die Unternehmerversicherung der Suva abgeschlossen zu haben. Diese zahlte ihm ein Taggeld in der Höhe von 80 Prozent seines versicherten Verdienstes aus und übernahm die Kosten der Ergotherapie. «Wer ein eigenes Geschäft führt, ist natürlich glücklich, wenn in einem solchen Fall eine Versicherung unter die Arme greift», meint Markus Dittli.

Gut zu wissen: Bei der Unternehmerversicherung gibt es keine Franchise und keinen Selbstbehalt. Heilkosten werden vollumfänglich übernommen – und die Suva zahlt diese direkt. Kein Versicherter muss also Geld vorschiesen. Insgesamt sind die Leistungen umfassender als bei privaten Versicherern oder ähnlichen Angeboten von Krankenkassen. Eine allfällige Rente gilt nicht nur bis zum Pensionsalter, sondern lebenslang und sie wird regelmässig der Teuerung angepasst.

Unkomplizierte Abwicklung

Markus Dittlis Unfall war zum Glück nicht derart gravierend; nach gut eineinhalb Monaten war der Zuger wieder fit genug, um im eigenen Betrieb kräftig anzupacken. Und er findet nur gute Worte für die Unterstützung durch die Unternehmerversicherung: «Alles lief sehr unkompliziert ab, das schätze ich sehr!»

Und wie steht es um seine Fussballambitionen? Seine «Grümpi»-Karriere sei vorbei. «Nur einmal im Jahr auf dem Platz zu stehen und dann vollen Einsatz zu geben, das kommt in meinem Alter nicht gut», lacht Markus Dittli. // mpf

➔ www.suva.ch/unternehmerversicherung



Unfall gut überstanden: Markus Dittli ist heute wieder voll einsatzbereit. // Dominik Wunderli



Sind Sie selber von der Unternehmerversicherung überzeugt? Dann empfehlen Sie die Versicherungslösung für Selbstständige weiter. Es wartet eine Belohnung von 250 Franken.

Zu gewagt: Tricks in der Luft

Mountainbiken ist längst vom Nischen- zum Massensport geworden. Doch wer mit dem Bike zu viel riskiert, muss nach einem Unfall mit gekürzten Versicherungsleistungen rechnen. Was ist versichert? Und weshalb sich für Mountainbiker ein geleitetes Fahrtraining lohnen kann.

Unabhängig von der Sportart stuft die Suva akrobatische Sprünge mit Bikes als absolutes Wagnis ein. Wer in der Luft Salto macht, sich um die eigene Achse dreht, die Hände vom Lenker oder die Füsse von den Pedalen nimmt, ist nicht voll versichert. Verunfallten Sportlerinnen und Sportler bei solchen und ähnlich riskanten Tricks, kürzt die Suva die Geldleistungen um mindestens 50 Prozent – insbesondere Taggelder und Rentenleistungen. Damit richtet sie sich nach einer Empfehlung der Ad-hoc-Kommission Schaden UVG, in der sie und weitere Unfallversicherer Mitglieder sind.

Risikoreiche Sprünge

Anlass für die Empfehlung der Ad-hoc-Kommission ist ein Bundesgerichtsurteil vom Januar 2015 zum Dirtbiken. Das Gericht definiert diese Sportart als Variante des Radsports, die auf einem Gelände mit künstlichen Hügeln wie Lehm sowie anderen Hindernissen stattfindet. Mit dem Bike werden sogenannte Jumps ausgeführt, um in der Luft möglichst spektaku-

läre Tricks ausführen zu können. Da sich bei dieser Sportart das Risiko nicht auf ein vernünftiges Mass reduzieren lasse, gelte sie als absolutes Wagnis.

Mit Respekt und guter Ausrüstung

Zu den absoluten Wagnissen zählen auch Abfahrtsrennen mit Mountainbikes (Downhill) inklusive das Training auf der Rennstrecke. Normales Mountainbiken oder Sprünge ohne risikoreiche Tricks sind grundsätzlich voll versichert. Diese gelten als relatives Wagnis – wenn nötig prüft die Unfallversicherung im Einzelfall, ob die üblichen Regeln und Vorsichtgebote in schwerwiegender Weise missachtet wurden. Für eine Leistungskürzung geben meistens mehrere Faktoren den Ausschlag wie ein schlecht ausgerüsteter und völlig unerfahrener Sportler auf einem schwierigen Trail. Für Fahrtrainer Beat Stirnemann ist klar, wer abseits der Strassen fahren will, sollte sein Fahrkönnen trainieren (siehe Interview). // hga

→ www.suva.ch/wagnisse



Bei einem Unfall nach einem solch gewagten Sprung, muss man mit Leistungskürzungen rechnen.

Das sagt der Experte



Beat Stirnemann, Leiter Swiss Cycling MTB-Trainingsstützpunkt Aargau, gibt in Suva-versicherten Betrieben «Fahrtechnik-Kurse».

Was müssen Velofahrer beherrschen, wenn sie abseits der Strassen fahren wollen?

Sie müssen über verschiedenen Untergrund wie Kies, Schotter, Wiese oder Wurzeln fahren können. Dazu braucht es verfeinerte und ergänzende Bewegungsmuster auf dem Velo. Das A und O ist das Gleichgewicht.

Ein Fahrer, der täglich auf der Strasse fährt, sollte damit keine Probleme haben, oder?

Wer zum Beispiel beim Langlaufen klassisch in der Spur laufen kann, kann noch lange nicht skaten. Beim Mountainbiken ist es ähnlich. Je nach Schwierigkeitsgrad hilft im Gelände zusätzliches Fahrtraining unter Anleitung eines Experten. Das Resultat: mehr Sicherheit und zugleich mehr Fahrspass.

Was führt am häufigsten zu Unfällen?

Oft überschätzen Sportler ihre persönliche Fahrtechnik und schätzen daher die Situation falsch ein. Wir gehen in unseren Fahrkursen individuell auf die vorhandenen Kenntnisse und Fahrradtypen der Teilnehmer ein. Nachdem sie die Grundelemente beherrschen, lernen sie ihr Fahrkönnen zu verbessern. Ziel sind die Sicherheit und der Spass an der Bewegung in der Natur.



Informationen zum Modul
«Fahrtechnik-Kurs» unter
www.suva.ch/praeventionsmodule

Der Lernende wird zum Opfer

Ein 17-jähriger Lernender stürzt aus vier Metern Höhe von einem Hubstapler. Er traute sich nicht, seinen Kollegen auf die drohende Gefahr hinzuweisen und «Stopp» zu sagen. Dieser fiktive Unfall hätte in der Realität stattfinden und vor Gericht enden können. Wer trägt die Schuld am Unfall? Wer ist verantwortlich?



Gerichtsfall: Ein Lernender stürzt aus vier Metern Höhe von einem Hubstapler.

Am Montagmorgen herrscht viel Betrieb bei der Meister und Söhne AG, einer Firma für Dachdecker-, Spengler- und Sanitärarbeiten. Das vorausgesagte gute Wetter verlangt, dass die Aussenarbeiten unverzüglich erledigt werden müssen. Der Lagerchef bestellt bei dem anwesenden Angestellten Material, welches auf dem obersten Regal aufbewahrt wird. Nach den geltenden Sicherheitsvorschriften hätte die entsprechende Palette auf den Boden abgesenkt werden müssen, um das Material entnehmen zu können. Da die Zeit drängt, nimmt der Angestellte den Hubstapler und fordert den Lernenden auf, auf die leere, bereits aufgegabelte Palette zu steigen. Nach anfänglichem Zögern kommt David Garcia, Lernender im dritten Jahr, der Aufforderung des drängenden Stapelfahrers nach. Auf der Höhe des gesuchten Materials verliert er das Gleichgewicht und stürzt in die Tiefe.

Mit diesem von realen Fällen inspirierten Unfallgeschehen will die Suva die strafrechtlichen (Schuldfrage) und zivilrechtlichen (Verantwortung) Folgen eines

solchen Dramas aufzeigen. Der fiktive Prozess wird am 31. August in Freiburg auf Französisch sowie am 11. und 21. September in Bern und Regensdorf auf Deutsch durchgeführt. Für den Event kann man sich jetzt anmelden.

Lernende verunfallen häufiger

Jedes Jahr erleiden ungefähr 19 000 Lernende in einem Suva-versicherten Betrieb einen Berufsunfall. Das Risiko eines beruflichen Unfalls ist für Lernende rund 50 Prozent höher als für ihre erfahrenen Kollegen. Die Kampagne «Sichere Lehrzeit» zielt darauf ab, dieses Risiko auf das Niveau der erfahrenen Kollegen zu vermindern, indem den Verantwortlichen und Ausbildnern geeignete Instrumente und Massnahmen angeboten werden.
www.suva.ch/lehrzeit

Die Verantwortlichen sensibilisieren

Bei den fiktiven Prozessen befinden echte Richter, Anwälte und einen professionellen Staatsanwalt vor einem Publikum aus Firmenchefs und Sicherheitsverantwortlichen über die Situation der folgenden drei Angeklagten: Des Firmenchefs und Lehrmeisters, des Sicherheitsfachmanns des Betriebs und des Fahrers des Hubstaplers. Diese Inszenierung soll zur Sensibilisierung der Teilnehmenden für die besonderen Bedürfnisse der Lernenden bezüglich der Arbeitssicherheit dienen. // c3c

Anmeldungen:

→ www.suva.ch/gerichtsevent2017

Versicherungsschutz verlängern



Jeder, der seine Arbeitsstelle aufgibt, unbezahlt Urlaub nimmt oder keinen Anspruch mehr auf Arbeitslosenentschädigung hat, verliert 31 Tage später die Deckung durch seine obligatorische Unfallversicherung. Das heisst, man ist gegen Nichtberufsunfälle nicht mehr versichert. Die Abredeversicherung schliesst diese Lücke. Im Monat kostet sie 45 Franken und kann den obligatorischen Versicherungsschutz gegen Nichtberufsunfälle um bis zu sechs Monate verlängern. Die Abredeversicherung kann online über die Website der Suva abgeschlossen und bezahlt werden. Dies muss erfolgen, bevor die 31-tägige Nachdeckungsfrist der früheren Anstellung oder Arbeitslosenkasse abläuft. // rmu

→ www.suva.ch/abredeversicherung

Hilfe beim Ombudsman holen

Die Versicherten sind nicht immer gleicher Meinung wie die Suva. Unterschiedliche Einschätzungen in Bezug auf die Schadenhöhe oder den Deckungsumfang können zu Unstimmigkeiten führen. Suva-Versicherte sind in solchen Situationen nicht auf sich allein gestellt. Sie können die Hilfe der Ombudsstelle in Anspruch nehmen, solange noch keine UVG-Verfügung ergangen ist. «Wir vermitteln in Konfliktsituationen und beantworten versicherungsrechtliche Fragen», sagt Ombudsman Martin Lorenzon. Dieser Dienst steht den Versicherten unentgeltlich zur Verfügung. Die Aufgabe der Ombudsstelle ist, in Konfliktsituationen zu vermitteln. Dazu arbeitet sie Vorschläge und Empfehlungen zur aussergerichtlichen Klärung aus. «Wir können aber keine der Parteien zu einem bestimmten Verhalten oder einer Leistung zwingen.» Ausserdem unterbricht der Einbezug der Ombudsstelle den Fristenlauf nicht. // rmu

→ www.ombudsman-assurance.ch



SOS: Notfall im Ausland

Sorgen- und stressfreie Ferien hat man sich jeweils hart verdient. Ein Unfall kommt während der Ferien noch ungelegener als sonst. Dank Assistance sind Suva-Versicherte jedoch auch im Ausland versichert. Bei einem vorübergehenden Auslandsaufenthalt können Suva-Versicherte jederzeit auf medizinische Hilfe, Schutz und Beratung zählen. So organisiert Assistance unter anderem bei Bedarf einen Verlegungstransport in die bestgeeignete medizinische Institution, schiesst die medizinischen Kosten vor Ort vor und organisiert die Rückführung in die Schweiz. // rmu

→ www.suva.ch/assistance

Wegleitung der Suva: aktualisiert und digital

Die Publikation «Wegleitung der Suva durch die Unfallversicherung» wurde komplett überarbeitet. Das revidierte UVG ist integriert. Die Suva fokussiert sich auf eine wirtschaftliche und zeitgemässe Bereitstellung. Deswegen steht die neue Wegleitung ausschliesslich als Download zur Verfügung. Die PDF-basierte Wegleitung bietet eine Reihe hilfreicher Funktionen:

- Volltextsuche (über Inhalte, Kommentare, Lesezeichen)
- Navigationsmöglichkeiten, Lesezeichen
- Persönliche Kommentare
- Persönliche Markierungen
- Verweise, Hyperlinks auf Gesetzesartikel und Webseiten (admin.ch)
- Offline-Verfügbarkeit
- Verfügbarkeit auf mobilen Endgeräten

Darüber hinaus kann man sich über Updates der Wegleitung automatisch informieren lassen. Dazu muss man sich über den Button «Merken» auf der Website der Suva registrieren. // rmu

→ www.suva.ch/wegleitung

Töffunfall ist am teuersten



Angenehmes Wetter, kurvenreiche Strassen und die schönen Landschaften der Schweiz geben Töfffahrern ein Gefühl der Freiheit. Die Faszination des Töfffahrens hat auch ihre Schattenseiten. Ein Motorradunfall schlägt deutlich teurer zu Buche als ein Unfall mit anderen Strassenfahrzeugen. Der Grund: Töfffahrer verunfallen schwerer. Mehrfachverletzungen und Frakturen sorgen dafür, dass die Versicherer für einen Töffunfall im Schnitt doppelt so viel zahlen wie für einen Unfall mit einem Personenwagen. Über die letzten zehn Jahre betrachtet kostet ein Motorradunfall im Schnitt 20 000 Franken und ein Unfall mit dem PW 10 000 Franken. Das Bundesamt für Unfallverhütung gibt wertvolle Tipps, wie Töffunfälle und hohe Kosten vermieden werden können. // iso
 → www.bfu.ch

Betriebsbesuche intensiviert

Die Suva setzt viele Ressourcen für Baustellenkontrollen ein. Denn im Bauhaupt- und Ausbaugewerbe ereignen sich über 50 000 Unfälle jährlich. Sechs bis sieben Wochen im Jahr intensiviert die Suva ihre Betriebsbesuche. Dabei besuchen fünf Sicherheitsspezialisten rund 1000 Betriebe. Die Konzentration richtet sich auf das Einhalten der lebenswichtigen Regeln. Werden diese schwerwiegend missachtet, kann es sein, dass die Arbeiten auf der Baustelle eingestellt werden müssen. Es geht darum, die Betriebe bei ihrer Präventionsarbeit zu unterstützen, sodass sie Mitarbeitenden sichere Arbeitsplätze bieten können. Auch bei der Affentranger Bau AG in Altbüron wird Arbeitssicherheit grossgeschrieben. Als Mitglied der Sicherheits-Charta hat sie sich verpflichtet, die lebenswichtigen Regeln ausnahmslos einzuhalten. «Die Kontrollen der Suva vor Ort helfen uns, dass die lebenswichtigen Regeln jedem Mitarbeitenden bekannt sind. Nur so kann ich es als Geschäftsführer schaffen, meiner Pflicht in Sachen Arbeitssicherheit nachzukommen», sagt Markus Affentranger. // iso



Wer bezahlt bei einem Zeckenstich?

Ein Zeckenstich ist dann gefährlich, wenn die Zecke einen Krankheitserreger in sich trägt. Die Borrelien verursachen Entzündungen der Haut, Gelenke, des Herz- und Nervensystems und können mit Antibiotika behandelt werden. Die dadurch entstehenden Kosten übernimmt der Unfallversicherer. Denn es handelt sich beim Zeckenstich um einen Unfall. Das Gesetz umschreibt den Unfallbegriff als plötzliche, nicht beabsichtigte schädigende Einwirkung eines ungewöhnlichen äusseren Faktors auf den menschlichen Körper. // rmu

→ www.suva.ch/zeckendossier

Impressum

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

Chefredaktion:

Regula Müller (rmu)

Konzeption und Layout:

Tina Braun

An dieser Ausgabe arbeiteten mit:

Alois Felber (afe), Gabriela Hübscher (hga), Serkan Isik (iso), Nadia Gendre (gnc), Charlotte Chanex (c3c), Daniel Schriber (scd), Stefan Kühnis (stk), Benedikt Weibel

Übersetzungen:

Sprachenmanagement der Suva

Fotografie:

Keren Bisaz, Fabian Scheffold, Raffael Waldner, 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
 Bei Nachdruck Quellenangabe erwünscht.
 «benefit» erscheint viermal jährlich.

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

Das Modell Suva

Die vier Grundpfeiler der Suva

- Die Suva ist mehr als eine Versicherung; sie vereint Prävention, Versicherung und Rehabilitation.
- Die Suva wird von den Sozialpartnern geführt. Die ausgewogene Zusammensetzung im Suva-Rat 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 Sommerzeit hat Schattenseiten

Spätestens seit April ist die Sonneneinstrahlung so stark, dass sie der Gesundheit schaden kann. Jetzt müssen sich besonders Personen, die im Freien arbeiten, vor der UV-Strahlung schützen. Dies, obwohl die Temperaturen noch nicht allzu hoch sind. Am besten funktioniert der Schutz mit Kleidung, welche die Haut bedeckt. Unbedeckte Hautstellen muss man mit viel Sonnencreme immer wieder einreiben. Eine Sonnenbrille schützt vor Augenschäden. Im Juni und Juli ist die Sonneneinstrahlung am stärksten. Da empfiehlt sich, einen Nackenschutz, Stirnblende und Dächlikappe zu tragen.

Gut zu wissen: Zwei Drittel der UV-Strahlung trifft zwischen 11 und 15 Uhr auf die Erdoberfläche. In dieser Zeit sollte man sich möglichst im Schatten aufhalten. Ausserdem wird die UV-Strahlung auf hellen oder metalligen Dachflächen, auf dem Wasser oder im Schnee noch verstärkt. Insgesamt ist in den Bergen die Strahlung stärker als im Mittelland.

Frage:

Wie viele Personen, welche im Freien arbeiten, erkranken jährlich an Hautkrebs?

Mögliche Antworten:

- A Etwa 100
- B Etwa 1000
- C Etwa 10 000

→ www.suva.ch/wettbewerb
→ www.suva.ch/hitze

❖ Teilnahmeschluss: 14. Juli 2017



1. Preis: Freitag-Tasche

2. Preis: Ikea-Gutschein im Wert von 200 Franken

3. Preis: Teemaschine von Special T

4.–10. Preis: Selfie-Stick

Auflösung letzte Ausgabe

Wie viele leichte bis ganz schwere Arbeitsunfälle passieren jedes Jahr in der Schweiz?

B: 250 000 Unfälle

→ www.sicherheits-charta.ch

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

Hoch hinaus, ohne tief zu fallen

Es gibt Situationen, in denen kein Geländer, kein Gerüst und keine Hubarbeitsbühne zum Schutz der Arbeiter eingesetzt werden kann. Dann braucht es individuelle Lösungen, um Absturzunfälle zu vermeiden. Der korrekte Umgang mit der entsprechenden Schutzausrüstung muss gelernt sein.



Absturzsicherung ist auch in der Elektrobranche ein wichtiges Thema. // Dominik Wunderli

«Wir arbeiten häufig ab einer Höhe von zwei Metern und mehr», sagt Kurt Wernli, Geschäftsleiter und Berufsbildner bei der Jost Elektro AG. Ab dieser Höhe muss man sich gegen Absturz sichern und mit Schutzausrüstung richtig umgehen können – denn ein fehlerhafter Einsatz kann fatale Folgen haben.

Erfahrungen, die Eindruck machen

Alle Mitarbeitenden besuchen deshalb einen eintägigen Kurs, sobald sie in einer solchen Höhe arbeiten. Der Kurs ist obligatorisch. Der erste Teil vermittelt theoretisches Wissen. «Das ist zwar wichtig», sagt Wernli, «beeindruckender aber ist der praktische Teil der Ausbildung.» Dort lernen die Mitarbeitenden unter anderem, wie sie eine Auffanggurte richtig anziehen und einstellen. Sie machen einen Hängetest im Auffanggurt und wenden die diversen Verbindungsmittel an. Ausserdem üben sie eine einfache Rettung nach unten, die korrekte Lagerung, die Erste Hilfe auf Laienbasis sowie die Hängentlas-

tung nach einem Sturz. «Diese Erfahrungen machen den Mitarbeitenden erst richtig bewusst, welche Kräfte bei einem Absturz auf den menschlichen Körper wirken», sagt Wernli. «So wird die Absturzsicherung wie selbstverständlich korrekt angewendet.»

Stetig sensibilisieren

«Wir sind ein Familienbetrieb», sagt Wernli. «Unsere Mitarbeitenden und Lernenden sind uns wichtig. Wir möchten sie vor Gefahren schützen und achten sehr auf ihre Gesundheit. Das erkennen und schätzen sie und die Rückmeldungen auf diese Schulung sind durchwegs positiv.» Bis heute gab es im Unternehmen noch keinen Absturzunfall – und das soll sich auch nicht ändern.

Die Kurse, die bei der Soba Inter AG in Fislisbach stattfinden, sollen deshalb in regelmässigen Abständen wiederholt werden. So bleiben auch routinierte Mitarbeitende sensibilisiert. // stk

➔ www.suva.ch/regeln

Das sagt der Experte



Alois Blum, Sicherheitsingenieur der Suva, zum Umgang der Firma Jost Elektro AG mit dem Thema Absturzsicherung.

Wie wichtig ist das Thema Absturzsicherung in der Elektrobranche?

Auch in der Elektrobranche gibt es kurzfristige Arbeitseinsätze, während deren die Mitarbeitenden einem Absturzrisiko ausgesetzt sind – zum Beispiel bei Installations- oder Instandhaltungsarbeiten von Einrichtungen auf Dächern oder an Maschinen und Anlagen im Industriebereich. Bereits während der Arbeitsvorbereitung gilt es zu klären, ob technische Schutzmassnahmen möglich sind oder ob der Einsatz einer persönlichen Schutzausrüstung gegen Absturz (PSAgA) nötig ist.

Braucht es praktische Schulungen?

Praktische Übungen sollen und können den bestimmungsgemässen Einsatz sicherstellen und festigen. Mitarbeitende, die Arbeiten mit PSAgA ausführen dürfen, müssen das für den jeweiligen Arbeitseinsatz angemessene Vorgehen nicht nur kennen, sondern auch anwenden können.

Welchen Beitrag leisten die lebenswichtigen Regeln?

Sie helfen, mögliche Gefahrensituationen zu erkennen und bei Abweichungen Stopp zu sagen. Mit den Instruktionshilfen lassen sich die einzelnen Regeln gezielt, nach Bedarf und vor Ort instruieren und das Wissen auffrischen.

«Wir zwingen keinen»

Ende 2014 startete der Flughafen Genf die Kampagne «I feel good», um die Sicherheit, Gesundheit und das Wohlbefinden des Personals zu fördern. Die Präventionskampagne für mehr Gesundheit am Arbeitsplatz haben die Mitarbeitenden begeistert aufgenommen. Bis heute regt sie dazu an, besser auf die Gesundheit zu achten. Text: Nadia Gendre // Bild: Keren Bisaz



Seit die Kampagne «I feel good» gestartet hat, sind bei den Mitarbeitenden des Flughafens Genf die Absenzen um 20 Prozent gesunken.

Der Flughafen Genf beschäftigt gegen 1000 Mitarbeitende, welche in mehr als 200 unterschiedlichen Berufen tätig sind. Ungefähr 80 Prozent von ihnen haben unregelmässige Arbeitszeiten und arbeiten in Bereichen, in denen Wachsamkeit, Präzision, Stressresistenz und eine gute körperliche Verfassung gefordert sind. Früher wurden punktuelle, auf die einzelnen Dienste zugeschnittene Gesundheitsaktionen durchgeführt. Der erhoffte Erfolg stellte sich jedoch nicht ein. Deshalb entstand die Idee der Kampagne «I feel good». Diese Kampagne soll sich über einen längeren Zeitraum der gleichen Thematik widmen. Mit verschiedenen Workshops und einer intensiven Kommunikation über interne Kanäle sollen möglichst viele Mitarbeitende erreicht werden.

Kollektive Begeisterung

Es ist 13 Uhr. Ungefähr fünfzehn Mitarbeitende liegen mit geschlossenen Augen auf einer Matte. Sie lauschen der Stimme ihres Yoga-Lehrers und vergessen die Hektik des Berufsalltags. Mentale Stärke und Wohlbefinden sind die Themen von 2017. «Die Kurse, welche

während der Freizeit stattfinden und kostenpflichtig sind, waren in weniger als zwei Stunden ausgebucht, sagt der Initiator der Programms, José Calvelo, Sicherheitsingenieur und Spezialist für Arbeitssicherheit und Brandschutz.

Ebenso erfolgreich waren die Workshops zur Ernährung und Bewegung im Jahr 2016. «Früher ass ich überhaupt keine Früchte. Heute schon», erzählt Frédéric Reuge, Teamchef bei der Zugangskontrolle. «Vor allem seit ich mir bewusst bin, dass ich für den Kalorienverbrauch eines Schokoladenriegels eine Viertelstunde seilspringen müsste.» Heute geht er öfters zu Fuss und vor allem hebt er Lasten so an, dass er dabei seinen Rücken schont. Ähnlich tönt es bei Philippe Ducrest. Um die Essgewohnheiten des Mitarbeiters der Flughafenfeuerwehr stand es nicht zum Besten. Heute achtet er auf eine ausgewogene Ernährung. Auch die individuelle ergonomische Beratung sowie die Ratschläge, um Müdigkeitsattacken zu verhindern, waren für ihn hilfreich. «Unachtsamkeit ist in unserem Beruf eine bedeutende Unfallursache», betont er.

Lohnende Investition

«Diese Workshops haben uns aus den Büros gelockt und zu einem neuen Gemeinschaftsgefühl geführt», unterstreicht Xavier Wohlschlag, Projektleiter des Genfer Flughafens. Er war es auch, der die Aktion «Aérothon» organisiert hat. Dabei sind rund 800 Mitarbeitende zwischen Mitternacht und morgens um vier auf dem Rollfeld der Flughafenpiste spaziert, gejoggt oder mit dem Velo gefahren.

Die Kampagnen kosten jährlich ca. 80 Franken pro Person. Parallel dazu hat der Flughafen auch – wo nötig – die Arbeitsplätze neu eingerichtet und die Arbeitszeiten angepasst. «Es kam zwar auch zu einigen Kostenüberschreitungen. Aber wenn ich die Rückmeldungen und die positiven Auswirkungen sehe, bedauere ich dies keineswegs», erklärt Xavier Wohlschlag. «Mitarbeitende sind es wert, dass man in ihre Gesundheit investiert. Zudem arbeitet ein zufriedener Mensch viel effizienter.»

Gemeinsame Erfolgsgeschichte

Die Kampagnen sind in Zusammenarbeit mit der Suva und der bfu entstanden. Ein strukturiertes Absenzenmanagement und verschiedene Massnahmen zur schnelleren Rückkehr an den Arbeitsplatz begleiten die Aktionen rund um «I feel good». Der Erfolg lässt sich beweisen. Denn die Absenzen haben seit 2014 um mindestens 20 Prozent abgenommen. Dieses Ergebnis beruht auf der engen Zusammenarbeit zwischen dem «Safty Office», der Direktion, den Human Resources, dem Arbeitsarzt und der Kommunikations- und Marketingabteilung. Nur dank dieser Teamarbeit konnte das Projekt «I feel good» zu einer erfolgreichen Marke werden. «Die Marke spricht die Mitarbeitenden an», sagt José Calvelo. «Wir wollen weder moralisieren noch jemanden zwingen. Mit einer guten Portion Humor machen wir Vorschläge und geben sympathische und nützliche Tipps für die Gesundheit.» Diese werden mit Comic-Figuren illustriert. Dadurch haben sich die Mitarbeitenden mit der Zeit anstecken lassen und angefangen, ihre Gewohnheiten zu verändern.

Natürlich wird es am Flughafen Genf auch weiterhin krankheits- oder unfallbedingte Absenzen geben. Das Programm «I feel good» belegt aber auf eindruckliche Weise, dass sich Mitarbeitende motivieren lassen, sich selber Sorge zu tragen.

Cool oder klug?

Die Heroen meiner Jugend trugen bei der Eroberung der extrem steinschlaggefährdeten Eiger-Nordwand noch Filzhüte. Anfang der Sechzigerjahre sah ich erstmals Fotos mit Kletterern, die einen Helm trugen. Das war cool. Natürlich wollte ich auch einen Helm haben. Mein damaliger Kletterpartner beschaffte mir einen Bauhelm, den ich voller Stolz trug; nun war ich wirklich «in». Bald trug ich einen wirklichen Kletterhelm, dank dem ich einen 30-Meter-Sturz überlebte. Dann kamen die Bilder der Superkletterer aus dem Yosemite in Kalifornien und der Verdonschlucht in Frankreich. Die neuen Statussymbole waren der Hüftgürtel und der angehängte Magnesium-Beutel. Es sah ungeheuer cool aus, wie die Stars der Szene mit einem Arm an einem winzigen Griff hingen, mit nacktem Oberkörper und engen Tights, mit einer lässigen Geste ihre Hände mit Magnesium puderten, bevor sie an der aalglatten Wand hochstiegen. Ihre langen Haare wehten im Wind, einen Helm trugen sie nicht. Keinen Helm zu tragen, war cool. Natürlich wollte ich auch cool sein und machte die neue Mode mit. Aber nicht lange. Es war eine ganz rationale Überlegung, die mich zum Entscheid führte, nur noch mit Helm zu klettern. Ich war mir bewusst, dass mein Kopf mein wichtigstes Instrument in allen Lebenslagen ist. Also schützte ich ihn so weit wie möglich.

Ich bin auch Velofahrer. Beim Velofahren ist die Coolness kein Grund, keinen Helm zu tragen, aber die Bequemlichkeit. Bei Velofahrerinnen gibt es noch ein anderes starkes Argument gegen einen Helm: Er ruiniert die Frisur. Nur: Meine rationale Überlegung ist beim Velofahren noch viel wichtiger als beim Klettern. Rein statistisch. Weil ich viel mehr velofahre als klettere. Deshalb habe ich mir angewöhnt, keinen Meter mehr ohne Helm zu fahren. Mittlerweile bin ich mit dem Velo fast ebenso oft gestürzt wie im Fels und Eis. Dank meinem Helm bin ich immer noch in der Lage, Kolumnen zu schreiben.



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



Bei einem Velounfall vor 13 Jahren erlitt Dieter Bänziger (39) einen Schädelbruch und leidet noch heute an den Folgen.

«Die Narbe gehört jetzt zu mir»

Vor 13 Jahren verunfallte Dieter Bänziger (39) bei einem Velounfall schwer. Er trug keinen Helm. Heute besucht er mit einem Verkehrspolizisten Schulklassen und erzählt den Jugendlichen seine Geschichte. Er möchte sie überzeugen, den Velohelm zu tragen. Text: Regula Müller // Bild: Raffael Waldner

Ein WM-Spiel an einem lauen Sommerabend: Dieter Bänziger macht sich nach dem Abpfiff mit dem Velo auf den Heimweg. Einen Velohelm trägt er nicht. Er ist jung, erst gerade 26 geworden, arbeitet in einer Bar und geniesst sein Leben. Seine Gedanken sind noch beim Spiel, als plötzlich dieses Verkehrsschild wie aus dem Nichts auftaucht. Durch den Zusammenprall mit dem Schild verliert er das Gleichgewicht und knallt mit dem Kopf gegen den Randstein. Dann ist nur noch Dunkelheit. Es folgen 34 Tage Koma und zwei Jahre Rehabilitation.

Beim Unfall bricht sich Dieter Bänziger den Schädel und erleidet dabei ein Schädel-Hirn-Trauma. Die Ärzte geben ihm zuerst kaum Überlebenschancen. Später gehen sie davon aus, dass er für immer an den Rollstuhl gebunden sein wird. Mit viel Disziplin lernt Dieter Bänziger in einer Klinik für Hirngeschädigte am Rollator wieder zu gehen. Später, im Wohnheim Friesisberg (BE), schafft er die ersten Schritte ohne Gehhilfe.

«Der Unfall zerstörte meinen Traum von einer eigenen kleinen Bar»

Heute, 13 Jahre später, ist die Narbe am Kopf noch immer deutlich zu sehen. Das Sprechen geht nur langsam und die Konzentration auf ein Gespräch ist schwierig. «Das Kurzzeitgedächtnis lässt mich manchmal im Stich», sagt er.

Mit Schädelbruch für Velohelm werben

Mittlerweile arbeitet Dieter Bänziger wieder. Im selben Wohnheim, in welchem er die ersten Schritte machte, ist er nun zu 80 Prozent in der Abwaschküche angestellt. Daneben unterstützt ihn die IV. Freiwillig – einfach weil es ihm Spass macht – übernimmt er in seiner Freizeit einfache Betreuungsaufgaben für die Heimbewohner.

Dieter Bänziger will, dass andere aus seinem Unfall lernen. Deswegen begleitet er einen Verkehrsinstruktor der Kantonspolizei Bern in die Oberstufe Aarberg zum jährlichen Verkehrsunterricht. Dort erzählt er von seinem schweren Velounfall. «Die Eltern oder der Polizist erzählen bloss, was ohne Velohelm passieren könnte. Ich hingegen kann erzählen, was tatsächlich passiert.» Die Schülerinnen und Schüler zeigen sich jeweils sehr

beeindruckt von seiner Geschichte. Sie interessieren sich vor allem für die Unfallfolgen und wollen wissen, ob Bänziger noch Kopfschmerzen habe und ob er wieder velofahren könne. «Die Schüler müssen selber überlegen, welche Konsequenzen sie aus meiner Geschichte ziehen. Ich kann keinen zwingen, den Helm zu tragen.» Er merke aber, dass sein Besuch in den Köpfen der Jugendlichen etwas auslöse. Manche möchten im Anschluss die Narbe berühren. Das macht ihm nichts aus. «Ich verstecke meine Narbe nicht. Die gehört jetzt zu mir.» Dieter Bänziger hofft, dass die Schülerinnen und Schüler nicht bloss am Tag seines Besuchs an den Velohelm denken, sondern den Helm danach wie selbstverständlich bei jeder Fahrt tragen.

Nach dem Unfall kleiner träumen

Früher träumte Dieter Bänziger von einer eigenen kleinen Bar inmitten der Stadt Bern. Dieser Traum wird wegen der Konzentrationsstörungen und der geringen Belastbarkeit nicht in Erfüllung gehen. So setzt sich der Berner kleinere Ziele. In diesem Sommer möchte er sich wieder ein Velo kaufen und erste leichte Touren machen. Der Gleichgewichtssinn ist so weit zurück, dass er sich auf Nebenstrassen sicher fortbewegen könnte. «In der Sonne der Aare nach fahren, das wäre schön – selbstverständlich mit Velohelm.»

Direkt im Internet bestellen

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

E-Paper | Newsletter



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

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

Der Newsletter der Suva – aktueller denn je

Bleiben Sie immer auf dem Laufenden mit dem Newsletter der Suva. Im Zusammenspiel mit den Möglichkeiten unserer neuen Website ist der Newsletter jetzt noch aktueller. Er bringt Ihnen jeden Monat News zu allen Themen aus den Bereichen Prävention, Versicherung und Rehabilitation, ganz einfach via E-Mail. Zum Beispiel: Informationen über Kampagnen und Neuerungen bei Prämien und Versicherungen, aber auch zu Fachthemen der Arbeits- und Freizeitsicherheit, über Gesetzesänderungen, Weiterbildungsmöglichkeiten und vieles mehr. Beim Wettbewerb sind immer attraktive Preise zu gewinnen. Abonnieren Sie den Newsletter.

- ➔ www.suva.ch/newsletter

Maschinen: Risiken beurteilen ist ein Muss – aber wie?



Wer in Europa eine neue Maschine in den Verkehr bringen will, muss die grundlegenden Anforderungen der europäischen Maschinenrichtlinie in Sachen Sicherheit und Gesundheitsschutz erfüllen. Dazu verlangt die Maschinenrichtlinie, dass die Hersteller und anderen Inverkehrbringer von Maschinen die Risiken ihrer Produkte systematisch beurteilen und mindern. Zudem müssen sie diese Risikobeurteilung genau dokumentieren. Doch wie macht man das genau? – Die Antwort darauf finden Sie in dieser komplett neu erarbeiteten Anleitung. Sie zeigt Schritt für Schritt, wie man die Forderung der Maschinenrichtlinie erfüllt. Dabei veranschaulichen ganz konkrete Beispiele, wie die «Methode Suva» zur Beurteilung und Minderung von Risiken erfolgreich angewendet wird.

- ➔ Risiken beurteilen und mindern. Methode Suva für Maschinen // Eine Anleitung für Hersteller und andere Inverkehrbringer // 76 Seiten A4 // Publikations-Nr. 66037.d

Aus Unfällen lernen

Bei Reparatur durchs Dach gestürzt



Kennen Sie die Unfallbeispiele der Suva? Mit diesen von Sicherheitsexperten erarbeiteten Präsentationen können Sie Ihr Personal anhand tatsächlicher Fälle für sicheres Arbeiten sensibilisieren. Die zentralen Fragen lauten stets: Welche lebenswichtige Regel wurde verletzt und wie lassen sich ähnliche Unfälle im eigenen Betrieb verhindern?

- ➔ Übersicht: www.suva.ch/unfallbeispiele

Welche Ansprüche bestehen bei Asbesterkankungen?

Obwohl Asbest seit 1990 verboten ist, erkranken nach wie vor Menschen an den Folgen einer Asbestbelastung. Denn eine Erkrankung kann auch noch 30 bis 40 Jahre nach dem Einatmen von Asbestfasern auftreten. Und Asbest ist in Gebäuden, die vor 1990 erbaut wurden, auch weiterhin anzutreffen. Das Factsheet «Leistungen bei Asbesterkankungen» zeigt auf, welche Voraussetzungen erfüllt sein müssen, damit die Erkrankung als Berufskrankheit anerkannt wird, und erklärt, welche Leistungsansprüche in diesem Fall bestehen.

- ➔ Leistungen bei Asbesterkankungen // Factsheet // 2 Seiten A4 // Publikations-Nr. 3840.d (nur PDF)

Neue Checklisten für die Gefahrenermittlung im Betrieb



Wer bei der Lagerung und beim Transport von Glasscheiben die Sicherheit vernachlässigt, riskiert schwere Unfälle. Glasscheiben und andere Flachglasprodukte müssen unbedingt gegen Kippen gesichert und sicher angeschlagen sein, wenn sie transportiert werden. Sonst kann die Arbeit rasch tödlich enden. Überprüfen Sie deshalb den Umgang mit Flachglas in Ihrem Betrieb mit der neuen Checkliste zu diesem Thema.

Ebenfalls neu erschienen ist eine Checkliste für Schmalganglager. In solchen Lagern ist Staplerfahrern oft die Sicht auf den Fahrweg verdeckt. Zudem ergeben sich besondere Gefahren für Fussgänger, die sich gleichzeitig mit Staplern dort aufhalten. Denn der Abstand zwischen Regalen und Staplern beträgt weniger als 50 Zentimeter.

- Transport und Lagerung von Flachglas im Betrieb // 6 Seiten A4 // Publikations-Nr. 67194.d
- Schmalganglager // 4 Seiten A4 // Publikations-Nr. 67197.d

Alleine zu arbeiten, kann gefährlich sein



Wenn jemand allein arbeitet, erhöht sich die Wahrscheinlichkeit, dass es zu Fehlhandlungen kommt. Gleichzeitig besteht die Gefahr, dass allein arbeitende Personen nach einem Unfall oder einer anderen kritischen Situation nicht rechtzeitig Hilfe erhalten. Deshalb müssen Betriebe für allein arbeitende Personen geeignete Schutzmassnahmen gegen diese Gefahren treffen.

Die Informationsbroschüre für Arbeitgeber, Vorgesetzte und Sicherheitsbeauftragte wurde überarbeitet. Sie erklärt die Grundsätze, die es zu beachten gilt, und beantwortet wichtige Fragen. Zum Beispiel: Wie können die Gefahren an Alleinarbeitsplätzen beurteilt werden? Welche Arbeiten dürfen überhaupt in Alleinarbeit ausgeführt werden und welche nicht? Oder: Wie sind allein arbeitende Personen zu überwachen? Auch die Checkliste für die Gefahrenermittlung zum Thema Alleinarbeit wurde komplett überarbeitet.

- Alleinarbeit kann gefährlich sein // Anleitung für Arbeitgeber und Sicherheitsbeauftragte // 28 Seiten A4 // Publikations-Nr. 44094.d
- Allein arbeitende Personen // Checkliste // 4 Seiten A4 // Publikations-Nr. 67023.d

Für Ihr Anschlagbrett!



- Lebenswichtige Regeln retten Leben, wenn sie regelmässig instruiert werden. // Kleinplakat A4 // Publikations-Nr. 55369.d
- Lebenswichtige Regeln retten Leben, wenn das Einhalten konsequent kontrolliert wird. // Kleinplakat A4 // Publikations-Nr. 55370.d
- Fouls können dem ganzen Verein schaden. Spielen Sie fair. // Kleinplakat A4 // Publikations-Nr. 55371.d

Überarbeitete Checklisten

- Lagerregale und Schubladenschränke // 6 Seiten A4 // Publikations-Nr. 67032.d
- Bandsäge // 4 Seiten A4 // Publikations-Nr. 67057.d
- Rammen, Bohren und Schlitzen im Spezialtiefbau // 4 Seiten A4 // Publikations-Nr. 67160.d
- Rohrvortriebsarbeiten im Spezialtiefbau // 4 Seiten A4 // Publikations-Nr. 67162.d
- Buschholzhacker // 4 Seiten A4 // Publikations-Nr. 67155.d
- Beladen und Entladen von Containern und Mulden // 4 Seiten A4 // Publikations-Nr. 67174.d

Kurz notiert

- Warnkleidung für das Arbeiten im Bereich von öffentlichen Strassen. Sicherheit dank Sichtbarkeit // Factsheet // 2 Seiten A4 // aktualisiert // Publikations-Nr. 33076.d (nur PDF)

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

suvacare

Sicher betreut