

T!PPS

01/2024

Zeitung für Beschäftigte der Bauwirtschaft und baunaher Dienstleistungen

**Sommer, Sonne:
aufgepasst**

**Halte deinen
Rücken stark
und gesund**

**Nur sicher
reinigen!**

**Bitte an Beschäftigte,
Kolleginnen und Kollegen
weitergeben!**

Stolpern. Rutschen. Stürzen.
Wie du Unfälle im Arbeitsalltag verhindern kannst.

BAU AUF SICHERHEIT
BAU AUF **DICH**

 **BG BAU**
Berufsgenossenschaft
der Bauwirtschaft



Sommer, Sonne: aufgepasst

Drei Mythen zum Thema Hautkrebs



Foto: New Africa - stock.adobe.com

Hautkrebs als Folge von UV-Strahlung gehört zu den häufigsten Berufskrankheiten im Bau- und Reinigungsgewerbe. **Drei falsche Vorstellungen** halten sich hartnäckig:

Mythos 1

Eine Stunde in der Sonne schadet nicht.



Nein, UV-Strahlung ist schädlich.

Mythos 2

Wenn die Haut gebräunt ist, ist sie ausreichend geschützt.



Nein, gebräunte Haut entsteht, wenn Hautschäden bereits eingetreten sind. Und sie bietet nur einen minimalen Schutz, der unzureichend ist.

Mythos 3

Ein bisschen Sonnenbrand ist nicht schlimm.

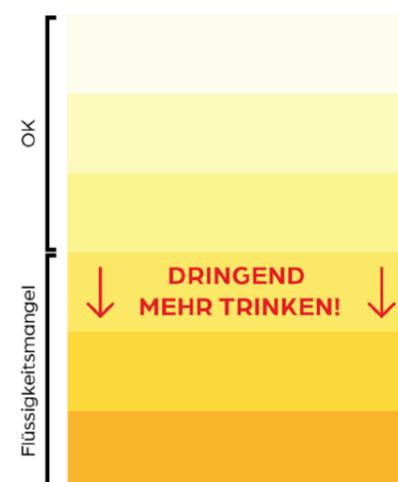


Nein, ein Sonnenbrand ist ein Zeichen für eine Überdosis UV-Strahlung und dafür, dass Hautzellen bereits geschädigt worden sind.

Viel trinken!

Damit es dir im Sommer gut geht, solltest du auf die Farbe deines Urins achten. Denn dein Körper scheidet nur so viel Flüssigkeit aus, wie nötig ist, damit alles im Fluss bleibt: Damit du durch Schwitzen abkühlst, das Blut gut fließen kann und dein Stoffwechsel alle Zellen mit den nötigen Elementen versorgt. Deshalb sollte dein Urin immer blassgelb sein. Hier siehst du, wann du mehr trinken solltest – am besten Wasser oder kalten Tee. Wenn es sehr heiß ist, sind es drei bis fünf Liter Flüssigkeit pro Tag.

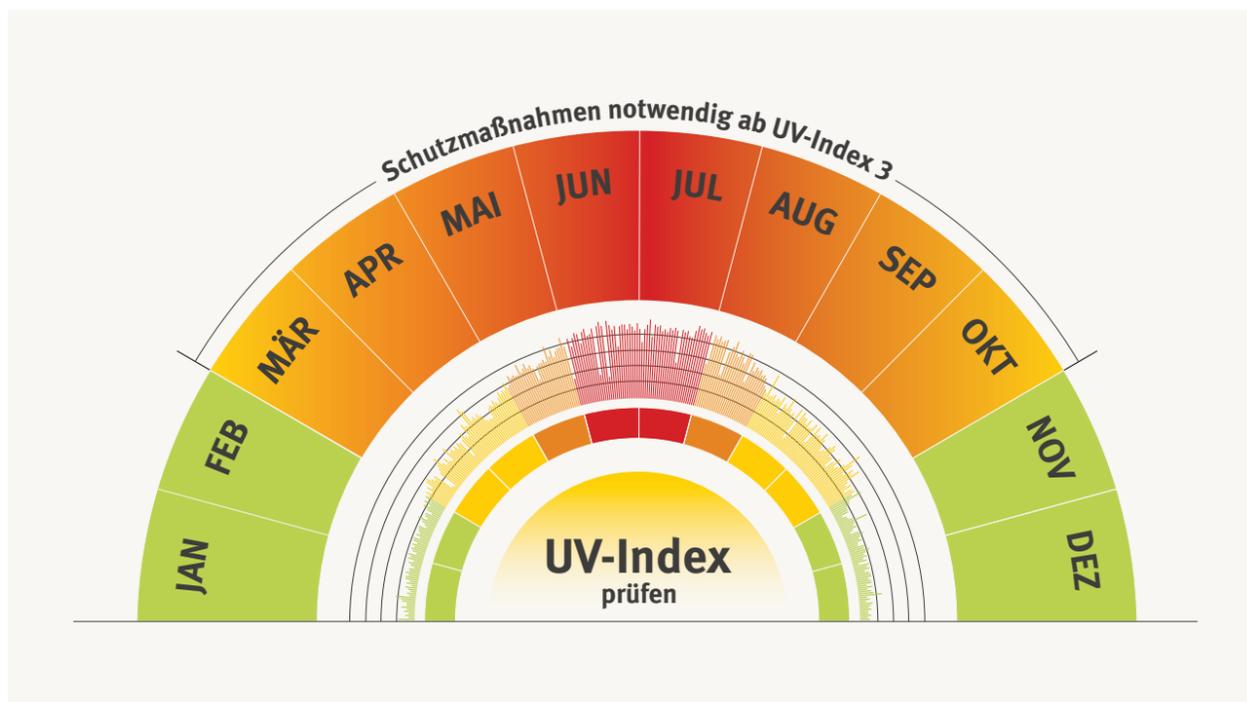
www.bgbau.de/tipps-sommer



Ab UV-Index 3 schützen

Von März bis Oktober zwischen 11 und 16 Uhr strahlt die Sonne intensiv. Dann solltest du deine Haut und deine Augen vor der UV-Strahlung schützen. Wie groß die Gefährdung ist, zeigt der UV-Index – je höher er ist, desto schädlicher können die UV-Strahlen sein. Ab einem UV-Index von 3 sind Schutzmaßnahmen wie langärmelige Kleidung, Schutz des Kopfes, Sonnencreme und Sonnenbrille notwendig.

Den aktuellen UV-Index findest du auf jeder Wetter-App oder unter: www.uv-index.de (Deutscher Wetterdienst)



UNTERWEGS

Bist du fit genug für den Straßenverkehr?

Im Jahr 2021 passierten zehntausende Unfälle mit Personenschaden im Straßenverkehr, weil Fahrerinnen und Fahrer nicht fit genug waren und sich nicht ans Steuer hätten setzen sollen. Eine neue Schwerpunktaktion des Deutschen Verkehrssicherheitsrates zeigt die Gefahren von Ablenkung, Alkohol und Co. auf.

Informier dich über die Kampagne: www.schwerpunktaktion.de



Müdigkeit

Du hast Schwierigkeiten, die Spur zu halten? Du musst häufig gähnen? Deine Augen brennen? Besser: Mach einen 20-minütigen Kurzschlaf auf einem Parkplatz oder am Straßenrand. Bei längeren Fahrten lege alle zwei Stunden eine Pause mit viel Sauerstoff und Bewegung ein. Nimm leichtes Essen zu dir und trinke ausreichend.



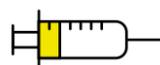
Alkohol

Bereits ab 0,3 Promille sind Sehleistung und Aufmerksamkeit vermindert. Unfälle unter Alkoholeinfluss können für dich als Autofahrerin oder Autofahrer sogar als Straftat geahndet werden. Trinke also am besten keinen Alkohol, wenn du noch fahren musst oder willst.



Ablenkung

Das Handy klingelt, die Kinder schreien, du willst einen heruntergefallenen Gegenstand aufheben? – Nein! Lass dich nicht ablenken! Beim Fahren gilt die volle Aufmerksamkeit der Straße und dem Verkehr!



Drogen

Viele Menschen sterben durch drogenbedingte Unfälle im Straßenverkehr. Nimm keine Drogen, wenn du dich hinters Lenkrad setzt. Dir drohen zum Teil sogar Gefängnisstrafen.

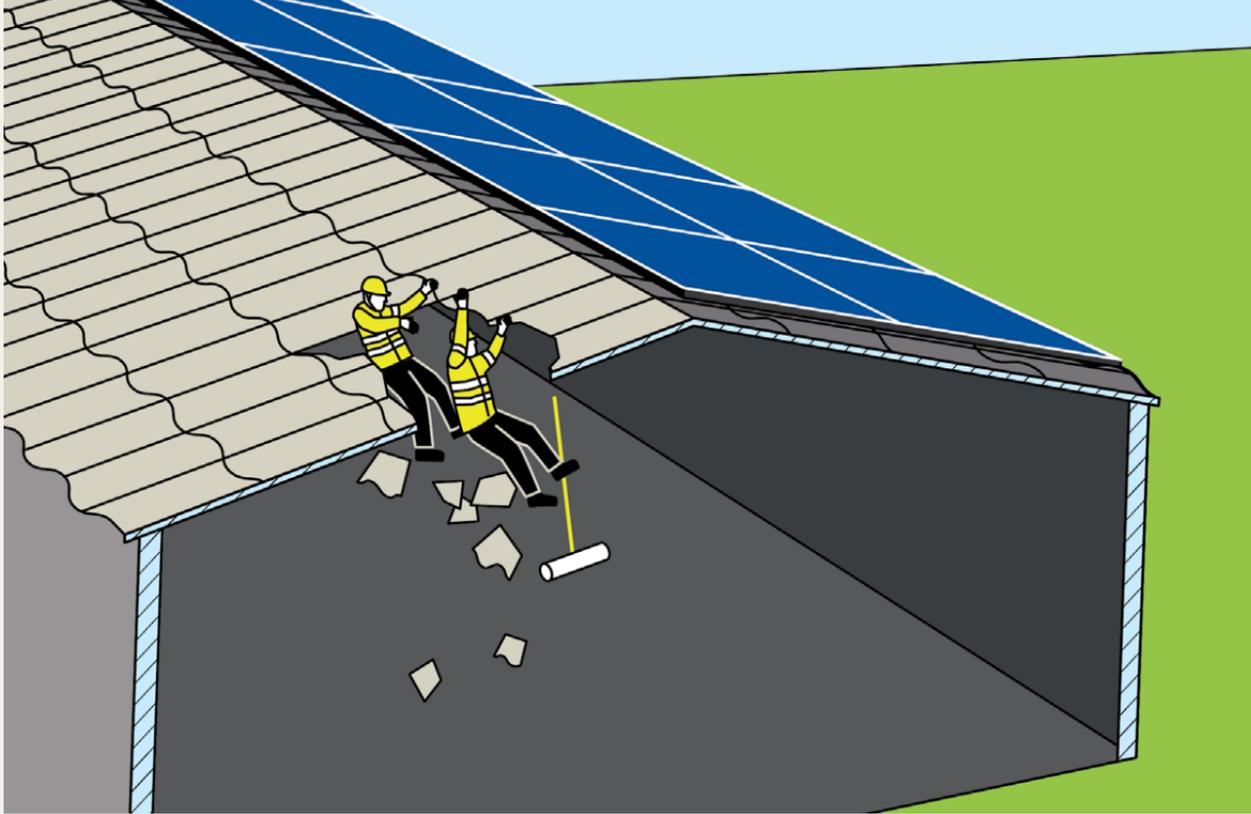


Medikamente

Arzneimittel können deine Fahrtüchtigkeit stark beeinträchtigen. Insbesondere, wenn du mehrere Medikamente gleichzeitig einnimmst. Lass im Zweifelsfall deine Kollegin oder deinen Kollegen fahren oder nutze Bus und Bahn.

Und plötzlich bricht das Dach ein

Um eine Photovoltaikanlage auf einer Scheune zu reinigen, betraten zwei Reinigungskräfte ein Dach. Beide gingen nebeneinander auf die Solarpaneele zu, als die nicht tragfähigen Faserzement-Wellplatten unter ihnen durchbrachen. Sie stürzten vier Meter tief auf den Steinboden der Scheune. Einer der beiden überlebte die schweren Verletzungen nicht.



Checkliste für das Betreten von nicht tragfähigen Dächern

- ✓ Betrachte jedes Dach zunächst als nicht tragfähig, bis das Gegenteil nachgewiesen ist. Faserzement-Wellplatten, Lichtbänder aus Glas oder Kunststoff sind ohne technische Schutzvorrichtungen nicht durchsturz sicher und eine tödliche Absturzgefahr!
- ✓ Das Reinigen von Photovoltaikanlagen kann oft mit Teleskopstangensystemen vom Boden oder von einer Hubarbeitsbühne aus durchgeführt werden.
- ✓ Ist das Dach nicht ausreichend tragfähig und soll es dennoch begangen werden, verwende sämtliche erforderlichen Schutzmaßnahmen. Frage deine Chefin oder deinen Chef! Das können an erster Stelle lastverteilende Unterlagen wie Laufstege mit Absturzsicherung oder Netze sein. Ist dies nicht möglich, kannst du persönliche Schutzausrüstung gegen Absturz verwenden, sofern sicher benutzbare Anschlagpunkte vorhanden sind und du unterwiesen bist.
- ✓ Betrete keine ungesicherten Gefahrenbereiche.

FIT BLEIBEN

Halte deinen Rücken stark und gesund

„Ich habe Rücken“ – Rückenbeschwerden sind eine Volkskrankheit geworden. Schwere Lasten, Fehlhaltungen und einseitige Belastungen können Rückenschmerzen auslösen.

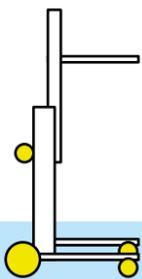
Das Rückenkolleg ist ein spezielles Präventionsangebot der BG BAU für dich und deinen Rücken:
www.bgbau.de/rueckenkolleg



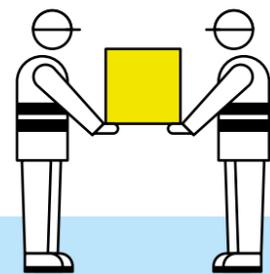
Du kannst am Rückenkolleg teilnehmen, wenn du

- ✓ unter häufigen Beschwerden und Bewegungseinschränkungen im Bereich der Lendenwirbelsäule leidest,
- ✓ seit mehreren Jahren in einem rückenbelastenden Bau- oder Handwerksberuf arbeitest und
- ✓ deinen Beruf mit Rückenbelastung weiterhin ausüben möchtest.

Hier vier Tipps, damit dein Rücken dich auch in Zukunft tragen, halten und bewegen kann.



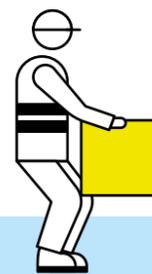
1 Hebehilfen verwenden.



2 Keinen falschen Ehrgeiz: Last zu zweit tragen.



3 Anheben der Last mit geradem Rücken.



4 Die Last dicht am Körper anheben und tragen.

GEDENKTAG

Workers' Memorial Day

Jedes Jahr am 28. April ist der internationale Gedenktag für alle, die bei der Arbeit verunglückt oder gestorben sind. Dieses Mal lautete das Thema: UV-Schutz und Hitze! Denn an diesem Tag geht es auch darum, bei der Arbeit gesund zu bleiben.

Andreas Kasprowitsch hat bis zu seinem Unfall vor 15 Jahren als Dachdecker gearbeitet:

„Mein Unfalltag ist mein persönlicher Gedenktag, das sage ich immer zu den Dachdecker-Azubis im ersten Lehrjahr. Einmal im Jahr gehe ich zu ihnen, erzähle von meinem Unfall und wie wichtig Arbeitssicherheit ist. Niemand soll bei der Arbeit ein Risiko eingehen. Und vor allem genau hinschauen, ob zum Beispiel ein Gerüst sicher ist. Denn jeder Unfall ist einer zu viel!“



Foto: privat



Roman - stock.adobe.com

RRRTTSCH

Unfälle durch Stolpern, Rutschen und Stürzen machen rund ein Viertel aller bei der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung gemeldeten Unfälle aus. Hinzu kommen die Situationen, in denen noch einmal alles gut gegangen ist. Solche Beinaheunfälle sind Warnsignale, die du und dein Team zum Anlass nehmen können, um für mehr Sicherheit zu sorgen.

Welche Gefahren gibt es?



Ungeeignetes Schuhwerk



Alles, was rutschig ist:

nasser Boden, zum Beispiel frisch gewischt oder regennass, sowie bei Schlamm, Laub, Eis und Schnee oder bei ausgelaufenem Öl



Alles, was uneben ist:

Schwellen, aus dem Boden herausragende Teile, Gitterroste



Löcher im Boden oder deren Abdeckungen, die verrutschen können



Zu geringe Trittläche



Alles, was herumliegt:

Kabel, Leitungen, Schläuche, Bretter, unfertige Rohrleitungen, handgeführte Maschinen



Ecken und Kanten:

Dahinter können sich neue Gefahren verbergen.

Wie kannst du Unfälle verhindern?



Trage geeignetes und sauberes Schuhwerk mit ausreichend Grip.



Räume herumliegende Gegenstände weg.



Schau genau hin, wo du hintrittst.

Ein Blick auf das Smartphone beim Laufen ist schon vielen zum Verhängnis geworden.



Achte auf alle Stolperfallen.

Hab einen Blick auf alles, was dich aus dem Gleichgewicht bringen könnte.



Achte darauf, dass du einen festen Stand hast, wenn du mit der Arbeit beginnst.



Mach das Licht an.

Achte auf eine ausreichende Beleuchtung, damit du alles im Blick hast.



Beachte Kennzeichnungen von Gefahrenzonen.

Schilder und Absperrungen zeigen dir, welche Bereich du nicht betreten solltest.



Bildquelle: H.ZWEI.S Werbeagentur GmbH - BG BAU



Ein Helm mit geschlossenem Kinnriemen schützt bei Stürzen deinen Kopf!

Rettung im Alltag!

Fallen gibt es viele, du und dein Team tun alles, was ihr könnt, wenn ihr auf diese 7 Punkte achtet.



↑ Läuft

↑ Warnschilder bei frisch gewischten Böden aufstellen.



↑ Verkehrswege freihalten.



↑ Stolpersteine sichtbar markieren.



↓ Läuft nicht

↓ Material unordentlich und kaum zugänglich lagern.



↓ Material, Kabel und Werkzeug herumliegen lassen.

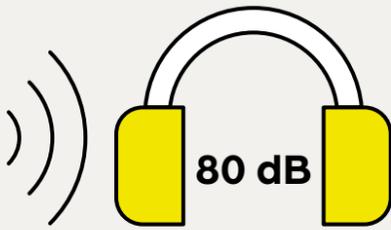


↓ Ohne festen Stand arbeiten.



ARBEITSSCHUTZ-CHECKER

Ab einem Schallpegel von



am Arbeitsplatz muss dir deine Chefin oder dein Chef einen persönlichen, kostenlosen Gehörschutz geben. Zu deinem eigenen Schutz solltest du ihn tragen. Ab 85 dB bist du dazu sogar verpflichtet. Ob mit Ohrstöpseln, mit Kapselgehörschutz oder mit einer individuell an deine Ohren angepassten Otoplastik: Nur mit geschütztem Gehör beugst du einem Hörverlust vor. Lärmquellen gibt es auf der Baustelle viele, hier einige Werte:

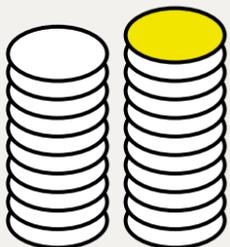
- Schwere Erdbaumaschine: 85 bis 90 dB
- Winkelschleifer: 95 bis 100 dB
- Drucklufthammer oder Fräsmaschine: 105 bis 110 dB

So hört sich ein Hörverlust an:
<https://youtu.be/pi-v-1BBiq8>



GUT GEREGLT

10 % höher



ist das Verletztengeld im Vergleich zum Krankengeld. Beide sind eine Lohnersatzleistung, wie zum Beispiel auch die Lohnfortzahlung im Krankheitsfall. Das solltest du auch wissen:

- Die BG BAU zahlt Verletztengeld nach einem Arbeitsunfall oder Wegeunfall oder wenn eine Berufskrankheit vorliegt.
- In der Regel übernehmen die Krankenkassen die Zahlung des Verletztengeldes im Auftrag für die BG BAU.
- Erhältst du einen Brief mit Fragen zu deinem Verdienst vor dem Unfall oder der Erkrankung, solltest du diesen so schnell wie möglich beantworten. Denn die Höhe des individuell unterschiedlichen Verletztengeldes wird aus deinen Angaben errechnet.

www.bgbau.de/verletztengeld



UNSERE VERSICHERTEN

„Das tut der Seele gut“

Unser Versicherter Manfred Hegenauer aus der Nähe von Pfaffenhofen in Oberbayern stürzte 1989 im Alter von 24 Jahren bei Abbrucharbeiten durch die Decke eines Gebäudes und ist seitdem querschnittgelähmt. Der Maurer baute zu der Zeit privat sein Elternhaus um, um die oberen Etagen zu bewohnen, als der Unfall auf der Arbeit passierte. Unmittelbar nach dem Unfall, noch in der Klinik in Murnau, entdeckte der Oberbayer den Rollstuhlbasketball für sich und übte diesen Sport 20 Jahre lang aus. „Es tut der Seele gut, mit Gleichgesinnten Sport zu treiben und zu reden“, sagt Manfred Hegenauer. Das könne er jedem nach so einem Schicksalsschlag nur empfehlen. Überhaupt ist Manfred Hegenauer ein beeindruckend aktiver Mensch. Jahrelang war er im Vorstand der freiwilligen Feuerwehr. Er hat Computer zusammengesetzt und Webseiten erstellt. Zudem hat er eine CNC-Fräsmaschine selbst konstruiert und zusammengebaut. Auf drei privaten Baustellen war er als Vorarbeiter und Kranführer mit Fernbedienung tätig. Beim Umbau des Hauses seiner Nichte lernte er seine Frau kennen. „Sie war nämlich die Nachbarin“, so der heute 59-Jährige schmunzelnd. Seine Frau und seine Familie sind für ihn eine große Stütze. „Ich bin vierfacher Urgroßonkel“, erzählt Manfred Hegenauer nicht ohne Stolz.

Seit dem schrecklichen Unfall steht die BG BAU Manfred Hegenauer zur Seite. „Ich war überrascht und bin sehr froh, wie sehr mir die BG BAU geholfen hat und zum Beispiel die Kosten für einen Aufzug beim Umbau meines Elternhauses übernommen hat“, sagt Manfred Hegenauer. Weitere Hilfen wie Rente, Pflegegeld, Hilfe beim Umbau des Autos, Hilfsmittel wie Rollstuhl und Sportrollstuhl folgten.



Foto: privat

GUT ZU WISSEN

Musst du nach einem Arbeitsunfall immer einen Rettungswagen rufen?

Nein, nicht nach jedem Arbeitsunfall musst du die Notrufnummer 112 wählen. Das ist nur dann notwendig, wenn das Leben der verunglückten Person in Gefahr ist oder die Verletzungen so schwerwiegend sind, dass eine umgehende medizinische Notfallversorgung erfolgen muss.

Ist der Kreislauf stabil und sind die Verletzungen nicht schwerwiegend, kann für die Versorgung in der nächstgelegenen Durchgangsarztpraxis oder in einem Krankenhaus auch ein Taxi gerufen werden, sofern du nicht selbstständig oder mit kollegialer Unterstützung dorthin gelangen kannst.

Übrigens: Der Unfall sollte unbedingt dokumentiert werden, etwa im Meldeblock für Arbeitsunfälle oder durch eine Unfallanzeige.

Informiere dich über Erste Hilfe:
www.bgbau.de/erste-hilfe-karte

Durchgangsarztsuche:



GUT GEKLIKT

Unser meistgeklicktes Video auf TikTok

Mit 1,8 Millionen Klicks: Unsere Aufsichtsperson Denny Hillert kommentiert augenzwinkernd Missgeschicke und Gefahren. Und gibt Tipps, wie es besser geht.

<https://t1p.de/tiktok-meist-geklickt>



Tanken auf dem Weg zur Arbeit

Du fragst:

„Bin ich noch über die BG BAU versichert, wenn ich auf dem Weg zur Arbeit mal kurz tanken fahre? Gerade wenn der Tank leer ist?“

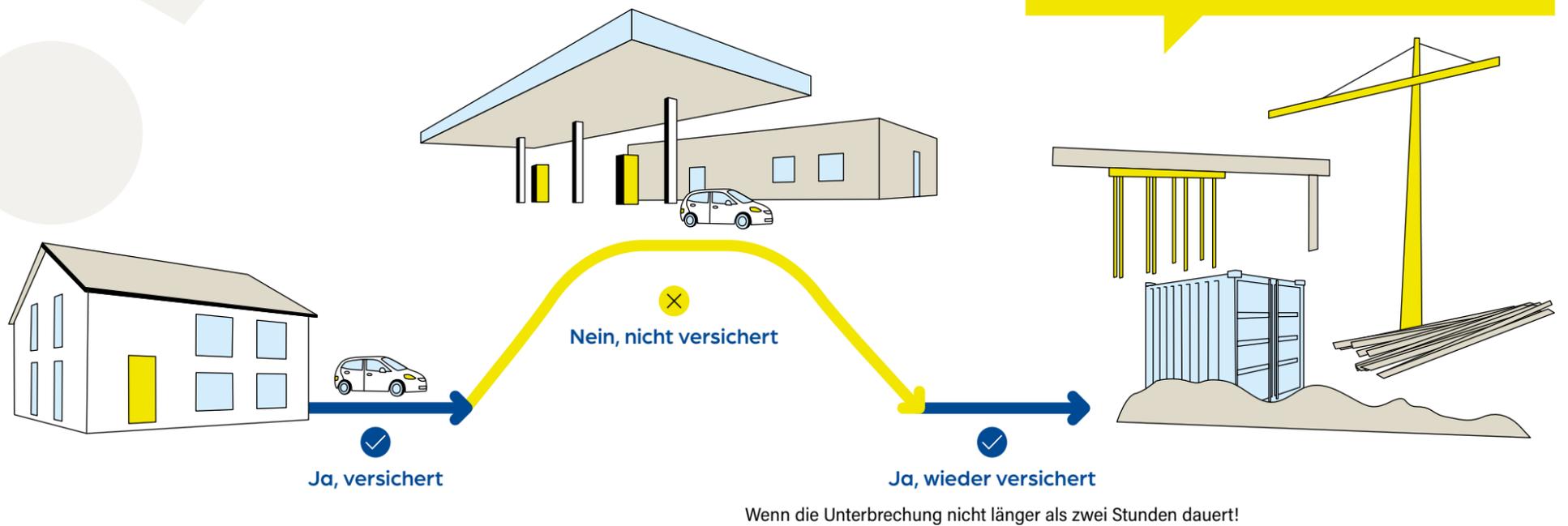
Gefunden auf Facebook

www.facebook.com/BGBAU



Wir antworten:

Versichert ist immer der direkte Weg von der Wohnung zur Arbeit und zurück. Umwege, zum Beispiel zum Tanken, sind nicht versichert. Der Versicherungsschutz greift erst wieder, wenn du zurück auf dem direkten Weg bist. Dauert die Unterbrechung länger als zwei Stunden, erlischt der Versicherungsschutz komplett.



KLICK MICH

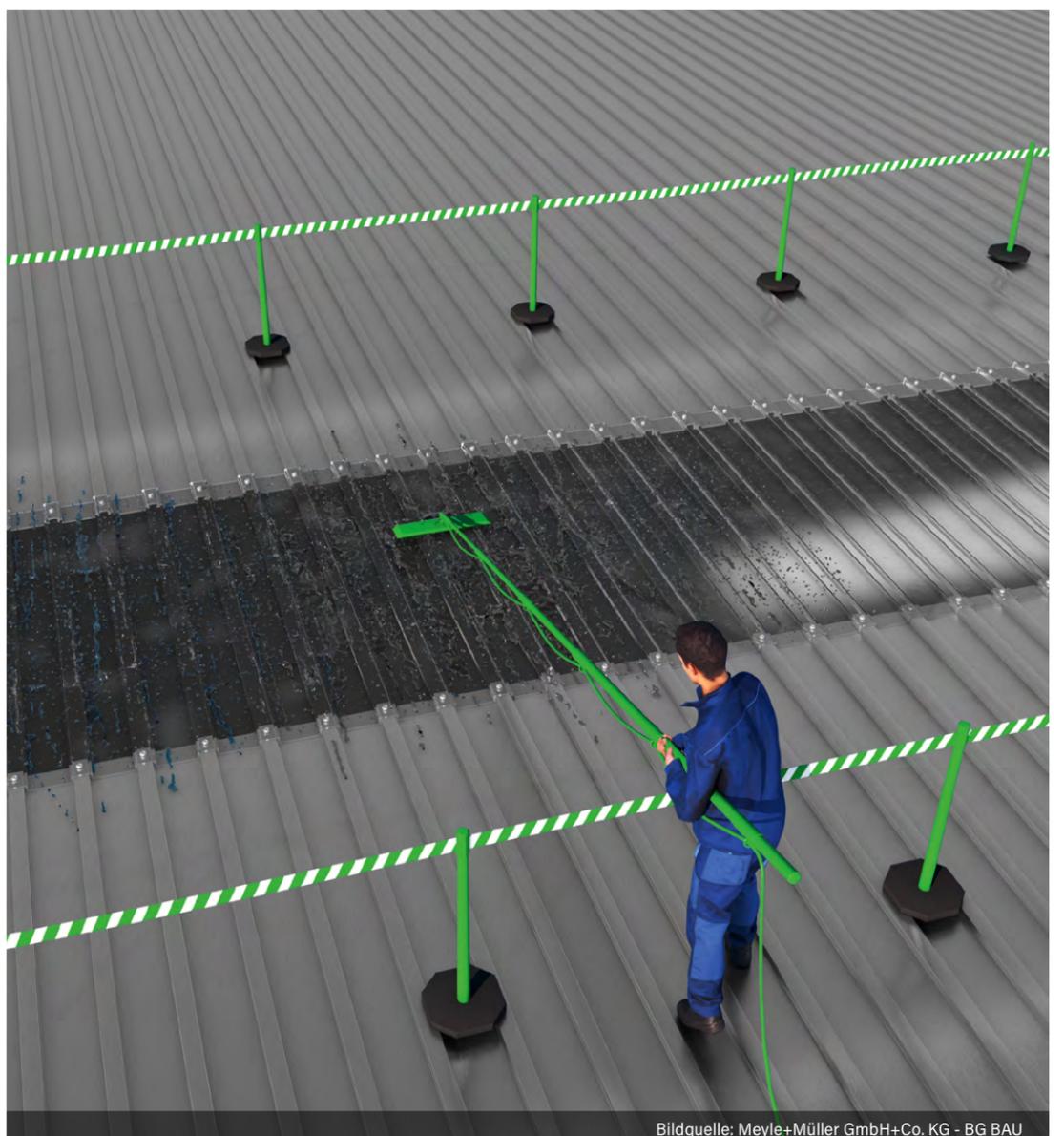
Nur sicher reinigen!

Die lebenswichtigen Regeln für das Gebäudereiniger-Handwerk wurden zum Teil geändert. Grund dafür waren schwere Unfälle in ähnlichen Situationen. Die neue Regel Nummer 1 thematisiert Reinigungsarbeiten und nicht durchtrittsichere Dachbauteile. Als Beispiel wird eine sichere Standposition gezeigt, von der die Person ein Lichtband reinigt. Der Abstand beträgt mindestens zwei Meter.

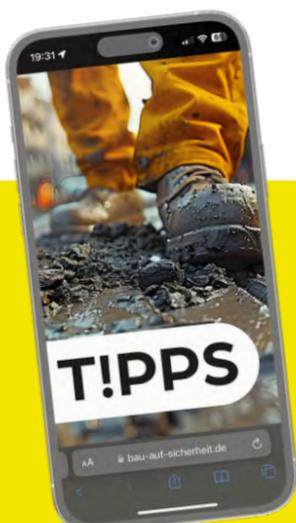
Zwei weitere Regeln wurden inhaltlich überarbeitet: Vor Reinigungsarbeiten Maschinen ausstellen und gegen Wiedereinschalten sichern sowie Teleskopstangensysteme als Leiteralternative verwenden.

Grundbotschaft der lebenswichtigen Regeln: Bei schweren Sicherheitsmängeln sage „STOPP!“ Sorge zuerst für Sicherheit, bevor du weiterarbeitest.

www.bau-auf-sicherheit.de



Bildquelle: Meyle+Müller GmbH+Co. KG - BG BAU



T!PPS
auch online

www.bau-auf-sicherheit.de/tipps



T!PPS-Quiz

Und das gibt es zu gewinnen:

- 1. Preis: 2.000 Euro
- 2. Preis: 1.000 Euro
- 3. Preis: 500 Euro
- 4.-10. Preis: 100 Euro



Es geht ganz einfach: Lies diese Zeitung aufmerksam und beantworte die Quizfragen. Dann nur noch den ausgefüllten Coupon auf eine frankierte Postkarte kleben und absenden an: BG BAU – Berufsgenossenschaft der Bauwirtschaft, T!PPS-Quiz, Postfach 31 03 69, 10633 Berlin

Teilnahmebedingungen

Teilnahmeberechtigt sind alle Mitglieder und Versicherten der BG BAU. Beschäftigte der BG BAU sind ausgenommen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluss: **Montag, 2. September 2024**

Ausschneiden, aufkleben und absenden. ✂

Absendeadresse

Vor- und Nachname

Straße und Hausnummer, PLZ und Ort

Name und Sitz des Betriebes (unbedingt ausfüllen!)

Quizfragen

Was ist von März bis Oktober zwischen 11 und 16 Uhr besonders wichtig?

Wie nennt man die Lohnersatzzahlung der gesetzlichen Unfallversicherung?

Was zeigt dir ein Sonnenbrand an?

Was kann dich aus dem Gleichgewicht bringen?

Lösungswort

			4					5	T	
	R			Z				7		3
Ü				1				S		
U	-	S						6		
			L							N
1	2	3	4	5	6	7				

Einsendeschluss: Montag, 2. September 2024



Fotograf: André Müller - BG BAU

Gewinner Frank Krauß (l.) mit Andreas Steineke (BG BAU)

Herzlichen Glückwunsch!

Für Frank Krauß ist es das erste Mal überhaupt, dass er etwas gewonnen hat. Der 74-Jährige freut sich riesig, dass er als Gewinner des ersten Preises gezogen wurde. Der Eisenhüttenstädter ist Dachspengler aus Leidenschaft und arbeitet, obwohl er eigentlich im Ruhestand ist. „Ich habe mit 56 meinen Meister gemacht“, erklärt er seine Motivation. „In der Firma stimmt das Klima, ich habe meinen Aufgabenbereich und meine Arbeit wird geschätzt.“

Von seinem Gewinn möchte er mit seiner Frau einen Urlaub an der Ostsee machen und ein Musical in Hamburg besuchen.

Beim T!PPS-Quiz der AUSGABE 02/2023 haben gewonnen:

- 1. Preis: Frank Krauß, Eisenhüttenstadt
- 2. Preis: Manuela Lorenz, Geislingen
- 3. Preis: Adelheid Riederer, RötZ
- 4.-10. Preis: Sabrina Aust, Scharlibbe; Christoph Fischer, Ramsen; Manuel Prokopf, Dammbach; Andreas Künemeyer, Warendorf; Claus Müller, Dorfchemnitz; Sebastian Schinner, Weiden; Bernd That, Marburg

GRUSELKABINETT



Foto: Armin Neudecker



Foto: Ramona Groiss



Foto: Bernd Hartung

Grubentango

Ein Schritt vor und – Spatenstich. Einen halben Meter weiter. Die Schaufel naht, der Tänzer setzt das Bein zurück. Gebückt grabend in der Grube tanzt er so lange, bis das Erdreich unter der Baggerlast einbricht. Glück hat, wer beizeiten das Weite sucht.

Solaralarm

Wer hat denn nur den Ziegel vom Dach genommen? Im Einsatz für die neue Energie wird's ziemlich schräg. Wer rutscht, der schaut sich um und spürt, wie hart sich ein Aufprall anfühlen kann.

Chaosstrategie

Frische Farbe braucht die Wand – egal wie: Leiter 1 und zwei Bretter geben Leiter 2 den Freifahrtschein. In Reiterstellung geht's voran, von Kippen über Wippen bis zum Krankenhaus.

Wenn auch du eine gruselige Situation auf dem Bau mit Menschen fotografiert hast, sende dein Foto an: redaktion@bgbau.de

Mit der Einsendung erklärst du, dass du dein Foto selbst gemacht hast und dass die BG BAU dein Foto auch in ihren anderen Medien (z. B. Internet und Social Media) kostenfrei nutzen darf.

Jedes veröffentlichte Foto wird von uns mit 50 Euro prämiert!

Impressum T!PPS – Zeitung für Beschäftigte der Bauwirtschaft und baunaher Dienstleistungen

Herausgeberin: BG BAU Berufsgenossenschaft der Bauwirtschaft
Hildegardstr. 29/30
10715 Berlin
Website: www.bgbau.de

Verantwortlich:
Michael Kirsch (V.i.S.d.P.),
Hauptgeschäftsführer

Chefredaktion:
Meike Nohlen

Redaktion:
Alenka Tschischka,
Jessica Mena de Lipinski,
Robert Krüger Kassissa
Tel.: 030 85781-354
E-Mail-Kontakt: redaktion@bgbau.de

Bilder:
Titelbild: Artistic_Creation - stock.adobe.com
Grafiken: S. 2: BG BAU, S. 2-7: GUD.berlin

Satz und Layout:
GUD.berlin GmbH
Website: www.gud.berlin

Druck:
Dierichs Druck+Media GmbH & Co. KG
Kassel, ISSN 1861-3349

Social-Media-Kanäle der BG BAU:

- facebook.com/BGBAU
- twitter.com/BG_BAU
- BG BAU bei youtube.com
- tiktok.com/@bg_bau
- Instagram.com/_BGBAU



Rohstoffe
Anlieferung
Produktion
Auslieferung

g CO₂e
44,3
pro Druckerzeugnis

CO₂-Emissionen
ausgeglichen



Diese Zeitung wurde auf FSC-Recyclingpapier gedruckt, das mit dem „Blauen Engel“ zertifiziert ist.



Klimaneutraler Versand mit der Deutschen Post

BAU AUF SICHERHEIT
BAU AUF DICH

BG BAU
Berufsgenossenschaft
der Bauwirtschaft