

T!PPS

01/2025

Zeitung für Beschäftigte der Bauwirtschaft und baunaher Dienstleistungen

5 heiße Tipps
für den Sommer

Baggerschaufel
fällt auf Fuß

Bye, bye
Schmerzen!

Bitte an Beschäftigte,
Kolleginnen und Kollegen
weitergeben!

Asbest und deine Gesundheit
Schon wenige Fasern können Krebs verursachen

BAU AUF SICHERHEIT
BAU AUF DICH

BG BAU
Berufsgenossenschaft
der Bauwirtschaft

5 heiße Tipps fürs Arbeiten im Sommer

So schützt du dich auf der Baustelle vor UV-Strahlung und Hitze – damit du cool bleibst und gesund durch den Sommer kommst.

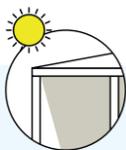
Rede mit deiner Chefin oder deinem Chef über die nötigen Schutzmaßnahmen, damit sie dir auch zur Verfügung stehen.

1 Direkte Sonne vermeiden



Vermeide ungeschütztes Arbeiten in der Sonne, plane UV- und Hitzeschutz am besten direkt in den Tagesablauf ein

2 Schatten aufsuchen



Arbeite möglichst im Schatten, verbringe auch die Pausen im Schatten und lege regelmäßige Trinkpausen ein

3 Haut mit Kleidung schützen



Schütze Kopf, Nacken und Ohren mit Hut, Basecap oder Helm mit Nackentuch und trage langärmelige Kleidung und lange Hosen

4 UV-Schutzcreme verwenden



Creme dich regelmäßig mit reichlich Sonnenschutz ein – wasserfest und am besten mit LSF 50 – und creme alle zwei Stunden nach

5 Arbeitsmedizinische Vorsorge nutzen



Wenn du regelmäßig draußen arbeitest, muss deine Chefin oder dein Chef dir eine arbeitsmedizinische Vorsorge zum UV-Schutz anbieten – nimm sie wahr!



Wie viel Wasser solltest du an einem heißen Tag auf der Baustelle trinken, um fit zu bleiben?

- a) 1-2 Liter
- b) 2-3 Liter
- c) 3-5 Liter
- d) 5-6 Liter

Die Antwort findest du im Web-Magazin.
www.bau-auf-sicherheit.de/trinkmenge-sommer



Workers' Memorial Day

Der 28. April ist der internationale Gedenktag für alle, die bei der Arbeit verunglückt oder ums Leben gekommen sind. Dieser Tag erinnert jedoch nicht nur an die Opfer, sondern dient auch als Mahnung, Arbeitsplätze sicherer zu machen.

Jochen Rehm war bis zu seinem Unfall 2002 als Stuckateur tätig:

„Mein Sturz von einer Leiter vor 23 Jahren hat mein Leben grundlegend verändert. Ich war ein halbes Jahr in der Klinik. Seitdem versuche ich, so selbstständig wie möglich zu leben. Als Gemeinderat setze ich mich aktiv dafür ein, Verbesserungen voranzubringen – auch beim Thema Barrierefreiheit. Für meine ehemaligen Kollegen war mein Unfall ein Weckruf, die Sicherheit am Arbeitsplatz ernst zu nehmen und keine unnötigen Risiken einzugehen. Denn jeder Unfall ist einer zu viel!“



Bildquelle: privat

Schwere Lasten heben?

Das geht ganz schön auf den Rücken. Deshalb ist es wichtig, ergonomisch zu heben. So tust du deinem Körper etwas Gutes:

- ✓ Stabiler Stand
- ✓ Last möglichst nah am Körper
- ✓ Gerader Rücken, nicht verdrehen
- ✓ Beuge deine Knie, nicht deinen Rücken

Dein Rücken macht täglich viel mit. Nutze unsere Tipps zum ergonomischen Heben, um ihn langfristig gesund zu halten und besser durch den Tag zu kommen. Deine Gesundheit zählt – jeden Tag!

Noch mehr Tipps unter
www.bgbau.de/tipps-heben-tragen



Jetzt mitmachen

Unterstütze uns dabei, zukünftige Neuerkrankungen durch Forschungserkenntnisse noch besser zu vermeiden. Nimm an unseren Studien zur Belastung von Knie und Schulter teil. Dafür suchen wir Teilnehmende aus den Gewerken:

- | | |
|--------------|-----------------|
| Maler | Zimmerer |
| Maurer | Fliesenleger |
| Dachdecker | Stuckateure |
| Trockenbauer | Kanalbauer |
| Gerüstbauer | Gebäudereiniger |

Alle Infos unter www.bgbau.de/studie-katast



Bildquelle: Screenshot - BG BAU

Baggerschaufel fällt auf Fuß

Vier Tiefbauer hatten die Aufgabe, auf einem großen Baufeld einen Graben für Rohre auszuheben. Mit im Einsatz: ein Bagger, der sowohl einen Greifer als auch einen Tieflöffel nutzen kann. Nachdem der Baggerführer auf den Tieflöffel gewechselt hatte, schwenkte er über die Kollegen. Plötzlich löste sich der Tieflöffel. Einer der Tiefbauer versuchte noch, seinen Kollegen zu warnen, doch es war bereits zu spät: Der Tieflöffel fiel auf dessen Fuß und verletzte ihn schwer.



So verwendest du Schnellwechsler korrekt:

- ✓ **Nach jedem Wechsel:** Führe einen Andrücktest durch, um sicherzustellen, dass das neu angebrachte Element fest sitzt.
- ✓ **Erst testen, dann arbeiten:** Beginne mit den weiteren Arbeiten erst nach einem erfolgreichen Andrücktest.
- ✓ **Technische Signale reichen nicht:** Nur Sicherheitseinrichtungen nach EN 474-5:2022+AC:2022 bieten einen ausreichenden Schutz. Sind diese nicht vorhanden, ist eine Nachrüstung erforderlich.
- ✓ **Sicherer Abstand:** Halte dich nach Möglichkeit nicht im Schwenkbereich des Baggers auf.



UNTERWEGS

Check dein Fahrrad!

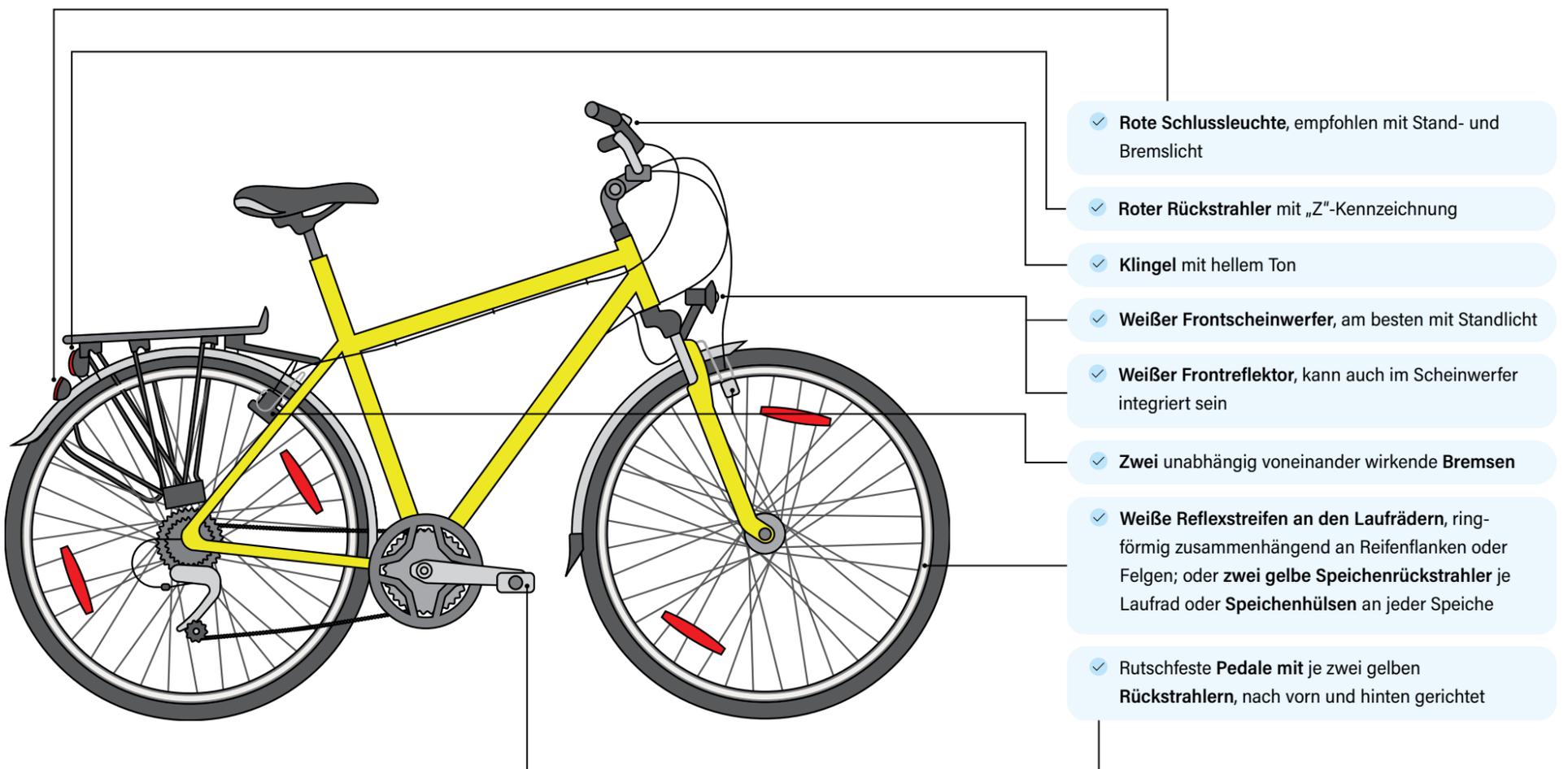
Sicherheit beginnt bereits auf dem Weg zur Arbeit. Wenn du mit dem Fahrrad zur Dienst- bzw. Baustelle oder zum Objekt fährst, überprüfe, ob das Rad der Straßenverkehrsordnung entspricht. Ob Rennrad, Lastenrad oder Pedelec: Regelmäßige Checks sorgen dafür, dass du sicher ankommst!

Auf deinem Arbeitsweg bist du über die BG BAU versichert. Fahre stets konzentriert, defensiv und auf den richtigen Wegen, um Unfälle zu vermeiden. Gute Fahrt!

Steigere dein fahrerisches Können mit einem Fahrsicherheitstraining speziell für Radfahrende:
www.bgbau.de/radfahrtraining



Schau dir auch die Schwerpunktkampagne „Sicheres Radfahren“ des Deutschen Verkehrssicherheitsrates an:
www.schwerpunktaktion.de





Bildquelle: Ecology - stock.adobe.com

Achtung – Asbest kann tödlich sein!

In Gebäuden, die vor 1993 gebaut wurden, steckt oft Asbest – das ist besonders gefährlich bei Umbau, Renovierung und Rückbau. Schon wenige Fasern können Krebs verursachen!

Asbest: das Wichtigste in Kürze



Jedes Jahr sterben über 300 Kolleginnen und Kollegen an den Folgen von Asbest.



Gebäude mit Baubeginn vor 1993 können Asbest enthalten – das betrifft ca. 14 Millionen Gebäude.



Seit dem 31. Oktober 1993 ist das Herstellen und Verwenden von Asbest in Deutschland verboten.



Schütze dich! Hier findest du wichtige Informationen:

E-Learning: Grundkenntnisse Asbest

Willst du mehr wissen? Dann nimm an unserer vierstündigen Schulung zum Thema Asbest teil. Du erhältst dafür sogar ein Zertifikat.

www.bgbau.de/grundkenntnisse-asbest



Das solltest du machen, um trotzdem sicher zu arbeiten:

- ✓ Checke das Baujahr und die mögliche Asbestbelastung
- ✓ Bei Asbestverdacht: Sofort Arbeit einstellen!
- ✓ Lass dich im sicheren Umgang mit Asbest schulen
- ✓ Fordere Schutzmaßnahmen wie Staubminimierung und Atemschutz
- ✓ Sei dir der Gefahr durch Asbest bewusst und schütze dich



Bildquelle: H.ZWEI.S Werbeagentur GmbH / (c) BG BAU, Wirestock Exclusives - stock.adobe.com

Kennst du schon unser Asbesthaus?

An der Fassade, im Flur, in der Küche, im Badezimmer, im Keller oder auf dem Dachboden – in unserer interaktiven Anwendung kannst du auf die Suche gehen, wo überall im Haus Asbest versteckt sein kann.

www.bgbau.de/asbesthaus



↑ Läuft

↑ Beim Schleifen oder Stemmen von Wänden immer mit Geräten mit Absaugeinrichtung arbeiten.



Bildquelle: BG BAU

↑ Bei Asbestverdacht immer geschützt arbeiten.



Bildquelle: BlazeOrangeMarketing - stock.adobe.com

↑ Wenn bei Arbeiten Asbest freigesetzt werden könnte, immer mit Atemschutzmasken und Schutzanzügen arbeiten.



Bildquelle: U. J. Alexander - stock.adobe.com

↓ Läuft nicht

↓ Wenn Asbest vermutet wird, darf nicht ohne Baustauber und ohne Schutzanzug gearbeitet werden.



Bildquelle: DoraZett - stock.adobe.com

↓ Trockenkehren bei Bauarbeiten ist gegen die Vorschriften! Und gerade bei Verdacht auf Asbest ist Staubbildung unbedingt zu vermeiden.



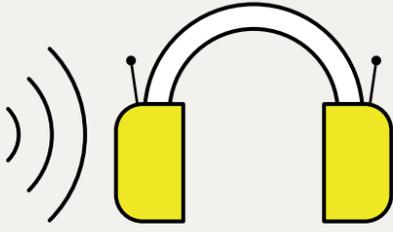
Bildquelle: Artur Nyk - stock.adobe.com

↓ Bei Asbestverdacht darf nicht ohne Schutzmaßnahmen gearbeitet werden. Es fehlen Absaugung, Atemschutz, Brille, Schutzanzug und Handschuhe sowie auch Helm und Gehörschutz.



Bildquelle: Anselm - stock.adobe.com

Keine Kopfhörer mit Noise Cancelling auf der Baustelle!



Du willst deine Noise-Cancelling-Kopfhörer auf der Baustelle aufsetzen? Keine gute Idee. Kopfhörer mit aktiver Geräuschunterdrückung (ANC) sind für Baustellen ungeeignet: Sie können nur gleichmäßige, leise Geräusche filtern – aber nicht den plötzlichen, lauten Lärm von Hämmern, Sägen oder Bohrern. Auch wenn dir jemand aus der Ferne etwas zuruft, kann das durch Noise Cancelling verloren gehen.

Die bessere Wahl: klassischer Gehörschutz und Otoplastiken

Zertifizierte Gehörschutzkapseln oder Ohrstöpsel dämpfen laute Geräusche sofort und schützen dein Gehör. Individuell angefertigte Otoplastiken können gleichzeitig Warnsignale weiterleiten. Geeigneter Gehörschutz ist gekennzeichnet mit W (Warnsignalhören), S (Signalhören im Gleisoberbau), V (im Verkehr) oder E (im Eisenbahnverkehr). Wichtig für sicheres Arbeiten auf der Baustelle oder im Verkehr!

Alternative: Gehörschutz mit Bluetooth

Falls du auf der Baustelle in lauter Umgebung telefonieren möchtest, kannst du spezielle Gehörschutzkopfhörer mit Bluetooth nutzen. Das sind Kapselgehörschützer, die meist mit Antenne und Mikrofon ausgestattet sind.



Bildquelle: Suzi Media - stock.adobe.com

Berufskrankheit wird 100!

Seit 100 Jahren werden Berufskrankheiten durch die gesetzliche Unfallversicherung anerkannt, versorgt und entschädigt. Lärmschwerhörigkeit ist mittlerweile die häufigste Berufskrankheit der BG BAU. Der Kanalbauer Rene Frey hat sie gemeldet und erhält seitdem Unterstützung:

„Die Arbeit auf dem Bau ist laut und früher hat man den Gehörschutz nicht so ernst genommen. Ich habe 1987 mit 16 Jahren angefangen. Irgendwann habe ich nichts mehr verstanden. Der Hörverlust kommt schleichend. Durch Hörtests stellte sich heraus, dass mein Hörvermögen stark nachgelassen hat. Außerdem hat mich meine Familie immer gefragt, warum ich so laut spreche.“

Jetzt trage ich ein spezielles Hörgerät für den Arbeitsplatz, das extra für laute Arbeitsumgebungen entwickelt wurde. Es filtert den Baulärm und verstärkt die Sprache. Ich kann meine Kollegen verstehen und sogar über Bluetooth Anrufe annehmen. Die BG BAU hat die gesamten Kosten übernommen. Ich musste nichts zuzahlen, noch nicht mal für Batterien.

Graben, Verdichten, Flexen oder auch Stromaggregate – auf dem Bau ist es immer laut. Deshalb empfehle ich meinen Kolleginnen und Kollegen: Vermeidet Lärm, wo immer das möglich ist, und nehmt euch die Zeit, euer Gehör zu schützen!“



Bildquelle: privat

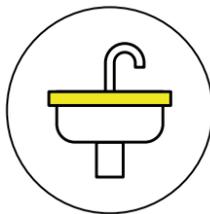
Saubere Sache

In der Gebäudereinigung sorgt das Vier-Farb-System für hygienisches und sicheres Arbeiten. Das dient dazu, dass beim Einsatz der richtigen Behälter und Reinigungstücher weniger Keime und Schmutz verschleppt werden. Für jede Farbe wird ein Bereich festgelegt, unter anderem:

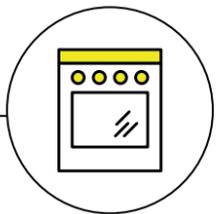
So wird's ordentlich sauber!
<https://tip.de/vier-farb-system>



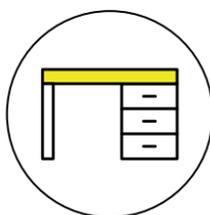
Washbecken und Armaturen



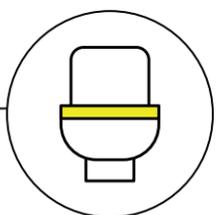
Küche



Möbel und Oberflächen



Sanitäranlagen



Bildquelle: Jan-Peter Schulz - BG BAU

DU FRAGST, WIR ANTWORTEN

Kabelortungsgerät: Wer sucht, der findet

Wo liegen die Kabel? Marc erklärt auf TikTok, wie du es herausfindest.

Deine Frage:

„Wofür brauche ich einen Kabeldetektor?“

Unsere Antwort:

„Ob im Tiefbau oder Straßenbau – mit einem Kabelortungsgerät kannst du vor dem Graben herausfinden, wo im Erdreich Strom- und Datenleitungen verlaufen. Oft ist die Lage der elektrischen Leitungen unklar oder nicht bekannt. Unbedachtes Arbeiten kann schnell dazu führen, dass Leitungen beschädigt werden. Lebensgefährliche Stromschläge sind daher keine Seltenheit. Schütze dich und mache vorab den Check mit einem Kabelortungsgerät.“



Bildquelle: Screenshot - BG BAU

NEU GEREGLT

Bye, bye Schmerzen

Erkrankungen des Muskelskelettsystems sind in Bauberufen häufig und leider oft schmerzhaft. Damit du fit bleibst und weiterarbeiten kannst, gibt es die kostenlosen Kollegs der BG BAU für Knie, Rücken, Hüfte und Schulter.

Mach mit und erhalte deine Gesundheit!

Die Kollegs finden in Kooperation mit berufsgenossenschaftlichen Präventionszentren statt. In drei Wochen trainierst du Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit – auch auf realitätsnahen Arbeitsplätzen. Zwei Auffrischkurse nach je einem Jahr helfen dir, dranzubleiben. Zusätzlich gibt es einen Zuschuss für ein Fitnessstudio in deiner Nähe.

Jetzt neu: persönliche Beratung am Arbeitsplatz

Die Präventionsabteilung der BG BAU vereinbart mit Teilnehmenden nach der dreiwöchigen Erstmaßnahme einen Beratungstermin am Arbeitsplatz, sodass der Praxistransfer unterstützt wird und somit auch deine Kolleginnen und Kollegen davon profitieren.

www.bgbau.de/kolleg



Bildquelle: Pixel-Shot - stock.adobe.com

KLICK MICH

T!PPS gibt's auch online

Lieber kein Papierkram? Kein Problem! Du kannst die T!PPS auch digital lesen. Auf unserer Website findest du alle Beiträge der aktuellen Ausgabe. Schau einfach mal rein!

www.bau-auf-sicherheit.de/tipps



Bildquelle: Screenshot - BG BAU

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: **01.08.2025**

Ausschneiden, aufkleben und absenden. ✂

Absendeadresse

Vor- und Nachname

Straße und Hausnummer, PLZ und Ort

Name und Sitz des Betriebes (unbedingt ausfüllen!)

Quizfragen

Was musst du im Sommer regelmäßig einlegen?

Was kann durch gesundheitsgefährdende Arbeitsbedingungen entstehen?

Welchen Bereich reinigst du mit dem roten Tuch vom Reinigungswagen?

T				P	1			E	N
3	E		F	2	K	R			4
5			6	Ä		L	G		
1	2	3	4	5	6				

Einsendeschluss: 01.08.2025

Lösungswort

Wir haben da eine Frage an dich! **Wie hast du diese Ausgabe der T!PPS erhalten? Die T!PPS lag**

- herum im Grundstein im Schornsteinfeger in der BG BAU aktuell
- anders: _____

Deine Antwort wird anonym ausgewertet, ist völlig unabhängig von den Gewinnchancen und hilft uns, unseren Vertrieb zu verbessern.



Bildquelle: privat

Stephan Hirschmann (links) erhielt von Sascha Rüstmann (BG BAU) die gute Nachricht vom Hauptgewinn.

Herzlichen Glückwunsch!

Rätselfan Stephan Hirschmann löst das T!PPS-Quiz regelmäßig. Bisher hatte er die Lösung nie eingesendet, diesmal war es das erste Mal. Deshalb freut er sich umso mehr, dass er als Gewinner des 1. Preises gezogen wurde. Für den 57-jährigen Bauprojektleiter aus Petershagen kommen die 2.000 Euro genau zur richtigen Zeit. In der Familie steht in diesem Jahr eine Hochzeitsfeier an. Beim Start in ihren neuen Lebensabschnitt kann er seine Tochter nun großzügig unterstützen.

Beim T!PPS-Quiz der AUSGABE 02/2024 haben gewonnen:

- 1. Preis: Stephan Hirschmann, Petershagen
- 2. Preis: Patrick Hösker, Ostbevern
- 3. Preis: Rebekka Middendorf, Dinklage
- 4.-10. Preis: Stephan Krause, Kroppenstedt; Bernhard Schneider, Wertheim-Mondfeld; Jannik Meyer, Bad Zwischenahn; Mike Behrendt, Lohrheim; Maria Lucas, Mallersdorf; Robert Wesoly, Neuenkirchen; Lucia Corvaglia, Bad Rappenau

GRUSELKABINETT



Bildquelle: Philipp Int-Veen

Wer knuspert so schön an der Wand – und improvisiert auf dem Stelzenbalkon ein Arbeitspodest? Bis alles zusammenbricht oder einer auf der Straße liegt.



Bildquelle: Christian Künkele

Nassschneiden mit Gartenbrause, doch der Staub bleibt nicht aus – wie auch die Frage: Kippelt die Betonplatte noch oder ist die Säge schon im Fuß?



Bildquelle: Elke Reuß

Ein Profi arbeitet am besten an der frischen Luft. Ist kein Balkon vorhanden, wird dieser schnell angebaut, samt selbst gezimmertem Schleudersitz. Bis der Superheld dann rückwärts den Abgang macht.

Wenn auch du eine gruselige Situation mit Menschen auf dem Bau 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
 Bundesallee 210
 10719 Berlin
 Website: www.bgbau.de

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

Chefredaktion:
 Meike Nohlen

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

Bilder:
 Titelbild: Ecology - stock.adobe.com
 Grafiken: S. 2-7: GUD.berlin (S. 4 oben: auf Basis von: Stanislaw Pawliczek - BG BAU, S. 4 unten: auf Basis von: TVN CORPORATE MEDIA - BG BAU)

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
- BG BAU bei linkedin.com
- BG BAU bei youtube.com
- tiktok.com/@bg_bau
- Instagram.com/_BGBAU
- BG BAU bei bsky.app



Dieses Heft 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