

Freizeitsicherheit

Viele Mitarbeitende gehen in ihrer Freizeit ihren Hobbies wie Velofahren, Wandern oder auch Gartenarbeiten nach. Nicht selten kommt daher am Montag Morgen ein Telefonanruf des Mitarbeiters mit der Meldung, dass ein Unfall passiert sei und er deshalb in den nächsten Tagen nicht arbeiten könne.



Zur Zeit führen Nicht-Berufs-Unfälle (NBU) im Vergleich zu Berufsunfällen (BU) im Durchschnitt zu doppelt so hohen Fehlzeiten. Mit der Umsetzung des ASA-Beizuges (EKAS Richtlinie 6508) in den Betrieben konnte im Bereich der BU in den vergangenen Jahren eine starke Abnahme der Ausfallzeiten erreicht werden. Im Gegensatz dazu



betreffend NBU in den meisten Branchen seit 2000 gestiegen. Dass dies nicht einfach akzeptiert werden muss, zeigen verschiedene Beispiele.

Als die SBB die Stop Risk Kampagne zur Prävention von Berufsunfällen durchführte, konnten sie gleichzeitig feststellen, dass dabei auch die NBU Zahlen zurück gingen. Man geht davon aus, dass die Sicherheitskultur und Eigenverantwortung, welche die Mitarbeitenden von der Arbeit her kennen auch zu Hause und in der Freizeit gelebt werden. In den entscheidenden Momenten wählen sie dann den Weg mit dem kleineren Risiko, auch wenn der Aufwand grösser scheint.

Workshops

Neben Präventionskampagnen und Aktionen im Bereich der Berufsunfälle hat AEH auch viele Erfahrungen im Bereich der NBU-Prävention gesammelt. In einem grösseren Betrieb des Detailhandels konnte ein Pilotprojekt umgesetzt und evaluiert werden. Dabei wurden die Belegschaft (ca. 200 Mitarbeitende) mittels Postern auf das Thema NBU sensibilisiert und anschliessend in einstündigen Erlebnis-Workshops in Gruppen von maximal 16 Personen zur Prävention und konkreten Massnahmen geschult. Dabei wurde das Schwergewicht nach einer kurzen allgemeinen Information auf das Erleben der vorbereiteten Posten gelegt.

An den Posten wurden folgende Themen vertieft:

- **Aufmerksamkeit im Alltag:**
Da etwa 75% aller Unfälle aufgrund von Unaufmerksamkeit oder Unachtsamkeit passieren, wurde an diesem Posten in kleinen Experimenten die Fähigkeit unserer Sinne getestet, z.B. mit geschlossenen Augen sich nur über das Gehör führen zu lassen, oder indem der Raum nur spiegelverkehrt über die Decke erfasst werden kann.
- **Stolperunfälle in der Freizeit**
Sturzunfälle haben nicht nur mit Unordnung und Stolperfallen zu tun, welche auf Bildern erkannt werden mussten, sondern auch mit dem eigentlichen Geh-Verhalten auf unterschiedlichen Untergründen. Das Erspüren und Erkennen dieser Flächen und die richtige Reaktion darauf wurde hier auch thematisiert.
- **Vorbereitung auf sportliche Aktivitäten**
Das richtige Hilfsmaterial und die entsprechende Schutzausrüstung ist eine der wichtigsten Grundlagen für die Sicherheit im Sport. Häufig zu wenig beachtete Details wurden an diesem Posten aufgegriffen.
- **Gleichgewicht**
Dieser Posten war durch einen Spezialisten von AEH betreut, der mit den Teilnehmenden ver-

schiedene Übungen und Experimente zum Gleichgewicht durchspielte. Denn nur mit einem guten Gleichgewicht kann der Mensch Sturzunfälle auch in heiklen Situationen vermeiden.



Erfahrungsgemäss kann die Nachhaltigkeit von Präventionsmassnahmen durch geeignete Follow-up Aktivitäten zusätzlich gefördert werden. Auf Grund von internen Veränderungen im Pilotbetrieb konnten jedoch die geplanten Follow-up Aktionen, wie z.B. das Aufhängen der Fotos vom Workshop sowie ein Wettbewerb zur Festigung des Themas nicht umgesetzt werden.

Erfahrung

Die Evaluation dieses Pilotprojektes bei einem Betrieb mit 200 Mitarbeitenden aus dem Detailhandel war durchwegs positiv. Schon die Feedbacks der Teilnehmenden direkt nach den Workshops waren gut bis sehr gut.

Sieben Monate später wurden die Teilnehmenden über die Wirkung der Workshops sowie über mögliche Verhaltensänderungen befragt. Das Resultat ist sehr erfreulich, haben doch 54% der befragten Teilnehmenden Verhaltensänderungen vorgenommen und etwa die Hälfte der Befragten sagen, dass sie regelmässig ihr Gleichgewicht trainieren.

Auch eine Auswertung der Ausfalltage zeigt ein positives Bild. Die Fehlzeiten aufgrund von Nichtberufsunfällen sind im Pilotbetrieb im Gegensatz zu vergleichbaren Betrieben ohne Workshops deutlich zurückgegangen und die resultierenden Ausfalltage liegen deutlich tiefer.

Obwohl die nachhaltige Wirkung auf die NBU – Zahlen noch nicht ausreichend bestätigt ist, lässt sich das Fazit ziehen, dass das NBU-Präventionsprogramm ein für Mitarbeitende spannendes und positives Erlebnis mit nachhaltigem Charakter ist. Aus Sicht des Betriebes und der Kostenträger NBU ergeben sich bei kleinen eingesetzten Kosten ein hoher Return on Investment in Folge der reduzierten Unfallzahlen und Kosten.

Einige Praxistipps:

- Eliminieren Sie Ihre Stolperstellen zu Hause lieber jetzt als später.
- Versuchen Sie einmal auf einem Bein vor dem Spiegel Ihre Zähne zu putzen und trainieren Sie somit Ihre Gleichgewichtsfähigkeit ohne Zeitverlust.
- Achten Sie bei Ihren Gartenarbeiten auf einen sorgfältigen Umgang mit den Maschinen, Leitern, Handgeräte etc.
- Wenn Sie Ihre Hobbysportarten betreiben, tragen Sie immer die dazu geeignete Schutzausrüstung wie Helm, Knieschoner, etc. Falls die Überwindung zu gross sein sollte, schliessen Sie mit Ihren Familienmitgliedern ein Commitment ab, welches gegenseitig verpflichtet, die Schoner zu tragen.

Weitere Informationen

Falls Sie weitere Informationen wünschen, so melden Sie sich bitte unter info@ae.ch oder 044 240 55 50