Gute Gewohnheiten zu Hause

Wir erbringen nicht unsere gesamte Zeit bei der Arbeit – auch Freizeitaktivitäten gehören zu unserem Leben. Die Bedürfnisse und Aktivitäten im Bereich Freizeit sind sehr unterschiedlich. Einige geniessen am Wochenende den Aufenthalt in den Bergen, andere sind zufrieden mit einem gemütlichen Sonntag zu Hause im Garten mit Kaffee und Zeitung. Gefährdungen haben wir überall, egal ob wir uns in den Bergen oder zu Hause aufhalten.

Allgemeine Regeln

- Nur Maschinen oder Geräte verwenden, die einwandfrei und funktionstüchtig sind und für deren Verwendung man instruiert/geeignet ist (z.B. von qualifiziertem Verkaufspersonal, Profi etc.).
- Maschinen und Geräte gemäss den entsprechenden Verwendungszwecken (Herstellerangaben) verwenden.
- Für jeweilige Tätigkeit immer geeignetes Schuhwerk tragen (z.B. keine Flipflops zum Rasenmähen).
- Richtiges Heben, Tragen und Bewegen von Lasten (in die Knie gehen, keine Verdrehung des Körpers während des Hebevorgangs etc.).
- Stolperfallen beseitigen (Kabel, herumliegende Geräte etc.).

Spezifische Regeln

- Für ungewohnte, schwere oder gefährliche Arbeiten Spezialisten beiziehen (z.B. Gärtner zum Bäume Schneiden oder Elektroinstallateur für Arbeiten an Schaltschränken/Steckdosen etc.).
- Für Arbeiten in der Höhe geeignete und einwandfreie Steighilfen verwenden.
- Geeignete und intakte PSA gemäss Gerätebedienungsanleitungen verwenden (z.B. Schutzbrille für Arbeiten mit Hochdruckreiniger etc.).
- Möglichst ungefährliche Chemikalien verwenden. Gasflaschen nur in gut belüfteten Räumen lagern. Bei Arbeiten mit gefährlichen Stoffen entsprechende Räume gut lüften etc.