

# Erfolgsfaktor Arbeits- sicherheit



**RECHTSSICHERHEIT**  
Die Anwendung der ÖNORM EN  
15 635 für Regaleinrichtungen

Seite 2

**SICHERHEITS-PRAXIS**  
Spannende Einblicke in die  
Präventiv-Arbeit einiger Firmen

Seite 3 – 9

**DER SICHERE WEG**  
Strategische und zielgerichtete  
Prävention statt Aktionismus

Seite 10 – 11



Mag. Renate Krenn  
Unternehmensberaterin  
und ASZ-Geschäftsführerin

**Geschätzte Leserin, geschätzter Leser,**

**Sicherheit im Job geht uns alle an** – Sie halten unsere Frühjahrs-/Sommerausgabe der ASZ-News in Ihren Händen. Dieses Mal haben wir unser Kundenmagazin dem Thema Arbeitssicherheit gewidmet. Viele unserer Kunden nutzen aber nicht nur die Kompetenz unserer Sicherheitsfachkräfte und Prüftechniker, sondern wollen individuell auf die Bedürfnisse und Herausforderungen ihres Betriebs zugeschnittene Präventivbetreuung, in der auch unsere anderen Kompetenzbereiche eingebunden sind. Mit unseren Expertinnen und Experten aus der Arbeits- und Vorsorgemedizin, der Arbeits- und Organisationspsychologie, der betrieblichen Gesundheitsförderung, der Prüftechnik und der Sicherheitstechnik bleiben in der umfassenden Beratung keine Wünsche offen. Individuelle, flexible und aufeinander aufbauende Gesundheits- und Sicherheitsprogramme aus einer Hand sind unser besonderer Nutzen, den wir als größtes privatwirtschaftlich geführtes Präventivzentrum Österreichs anbieten können.

Die Aspekte der Arbeitssicherheit haben in den letzten 20 Jahren zunehmend an Bedeutung und Aufmerksamkeit in den Unternehmen gewonnen. Nicht nur weil Firmenchefs mit einer Flut von Vorschriften konfrontiert sind, sondern weil die meisten Unternehmer und Betriebsleiter die Chancen, die dieses Thema eröffnet und den wirtschaftlichen Nutzen erkannt haben.

In dieser Ausgabe geben wir Ihnen einen Einblick in die Praxis unserer Präventivkräfte und stellen Ihnen einige Beispiele der maßgeschneiderten Begleitung, Analyse und Beratung in Firmen verschiedener Größe und Branchen vor. Vielleicht finden Sie sich mit Ihrem Betrieb in den angeführten Herausforderungen und Problemen wieder und Gefallen an den mit dem ASZ gemeinsam erarbeiteten Lösungen und Maßnahmen.

**Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen**

*Mag. Renate Krenn*

Mag. Renate Krenn



**Der ASZ-Prüftechniker Klaus Schardinger** verfügt über die Zusatzqualifikation als zertifizierter Regalprüfer nach ÖNORM EN 15 635 und steht für beratende Auskünfte unter der Telefonnummer 0664/88471940 gerne zur Verfügung.



GESETZ KOMPAKT

# Regalprüfungen

Lager und Regale, in den verschiedensten Ausführungen, sind in jeder Firma vorhanden und können ein großes Unfall-/Gefahrenpotenzial darstellen. Daher regelt die **Norm ÖNORM EN 15635** die Anwendung, Wartung, systematische und regelmäßige Kontrolle von Regaleinrichtungen. Der Unternehmer muss gemäß dieser Norm einen Beauftragten für die Regalsicherheit benennen (=Regale-Beauftragter). Er hat regelmäßige Sichtkontrollen durchzuführen. Einmal jährlich muss eine Experteninspektion erfolgen.

**Vorteile regelmäßiger Regalprüfungen durch einen externen Regalprüfer des ASZ Ingenieurbüros:**

- Beratung über die Inhalte und Anforderungen der ÖVE EN 15 635 mit Organisationsunterstützung zur Umsetzung
- Rechtzeitige Erkennung von Gefahren und/oder beschädigter Teile
- Vermeidung von Ausfällen, Lagerengpässen
- Kostenreduktion durch Verlängerung der Lebensdauer von Regalsystemen
- Sensibilisierung der Mitarbeiter und somit eine Verringerung der Beschädigungen an Regalen und Flurförderfahrzeugen

**Ziele:**

- Gefahrenminderung für die Beschäftigten
- Rechtsicherheit für die Unternehmer

**Wissenswertes zur aktiven Reisezeit**

Wenn der Arbeitnehmer während einer Dienstreise das Fahrzeug auf Anordnung selbst lenkt, wird mit dieser Reisezeit eine tägliche Arbeitszeit von bis zu 12 Stunden (derzeit 10 Stunden) möglich. Das gilt nicht für Arbeitnehmer, deren Haupttätigkeit das Lenken ist,

wie z.B. Berufskraftfahrer, Taxifahrer oder Piloten. Bei minderjährigen Lehrlingen ab 16 Jahren wird mit passiven Reisezeiten eine tägliche Arbeitszeit von bis zu 10 Stunden (derzeit 9 Stunden) möglich. Damit entfällt für manche Betriebe das Erfordernis der „Unbedenklichkeitserklärung“.

SICHERHEITSMANAGEMENT BRINGT WIRTSCHAFTLICHEN NUTZEN

# Mit Sicherheit ein Stück erfolgreicher

„Mit motivierender Aufklärung und Sensibilisierung für die Themen Arbeitssicherheit und Arbeitsgesundheit helfen die ASZ-Präventivkräfte Firmen bei der Implementierung einer Sicherheitskultur, die von allen als selbstverständlich und nicht als belastend empfunden wird“, verrät Martin Feichtenschlager, Leiter der ASZ-Sicherheitstechnik.

In den letzten 20 Jahren hat sich die Sicherheitstechnik als wichtiger Bereich der Prävention etabliert. Immer mehr Firmenchefs erkennen das Potenzial und den wirtschaftlichen Nutzen wie etwa die Minimierung von Arbeitsausfallkosten durch Unfälle oder Krankenstände. Im ASZ steht österreichweit ein Team von 21 Sicherheitsfachkräften (SFK) und vier Prüftechnikern zur Verfügung, diese sind u.a. Experten zu den Themen Brandschutz, Behördenmanagement, VEXAT, Umwelt- und Abfallmanagement, Gefahrgut und OHSAS. Derzeit betreut das ASZ rund 300 Betriebe in den Bereichen Industrie, Fertigung und Dienstleistung in sicherheitstechnischen Belangen in ganz Österreich.

**Mehr als nur ein Berater**

Die ASZ-Sicherheitsfachkräfte sind viel mehr als nur Berater. „Je nach Anforderungen und Bedürfnissen der Betriebe, entwickeln wir maßgeschneiderte, individuelle Konzepte und können mit Arbeitsmedizin, Ingenieurbüro, Arbeits- und Organisationspsychologie sowie betrieblicher Gesundheitsförderung gemeinsam alle Bereiche der Prävention aus einer Hand abdecken, technische Strukturen mitaufbauen und bei der Umsetzung tatkräftig unterstützen“, sagt Feichtenschlager. Insbesondere geht es uns um die systematische Integration aller Sicherheitsaktivitäten in bestehende Managementsysteme.

**Beispiele für die Leistungen der Sicherheitstechnik:**

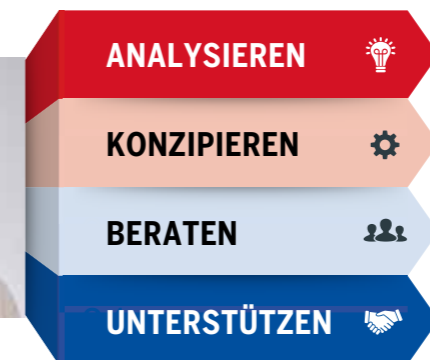
- Analyse des gesamten Betriebes in Bezug auf Rechtssicherheit – Legal Compliance
- Unterstützung bei Behördenverfahren
- Arbeitsplatzevaluierung mit Risikobeurteilungen und Gefahrenbewertung
- Beurteilung von Gefahrenbereichen und Gefahrenstoffen
- Beratung zum Thema Brandschutz
- Technische Messungen wie z.B. Raumklima oder Schallpegel bei Lärmarbeitsplätzen
- Evaluierung von explosionsgefährdeten Bereichen
- Prüfmittelverwaltung
- Behördenmanagement (wie zB Unterstützung bei Einreichungen, Prüfung der Einhaltung von Behördenauflage §82b, ...)
- Evaluierung von Unfallanalysen, Auswertung von Unfallstatistiken und Ausfallszeiten

**Sensibilität und Bewusstsein für Sicherheit fördern**

„Bei den mit der Firmenführung vereinbarten Zielen wie etwa Halbierung der Arbeitsunfälle oder Senkung der Krankenstandstage versuchen wir größtmögliche Rechtssicherheit und wirtschaftlichen Nutzen für den Auftraggeber im Auge zu haben. Das Reporting der Präventivkräfte ist dabei bedeutend, weil es als Basis für weitere Schritte und Planung dient“, erklärt Feichtenschlager. Immer bedeutender wird die „Safety Awareness“, das Sicherheitsbewusstsein. „Natürlich ist auch die Vorbildwirkung der Vorgesetzten bedeutsam. Wenn der Chef ohne Schutzschuhe oder Schutzhelm durch die Halle geht, dann macht das kein gutes Bild“, meint der Sicherheitsexperte.

**Verständnisvolles Miteinander von Behörde, Sicherheitsfachkräften und Betrieben**

Eine Herausforderung für jeden Betrieb ist die Gesetzesflut im Arbeitnehmerschutz. „Da gilt es etwa 1400 Verordnungen zu kennen“, so Feichtenschlager, der glaubt, dass die letzten Novellierungen im Arbeitnehmerschutz in manchen Bereichen an der Praxis und den Bedürfnissen der Unternehmen vorbei gehen und wenig Spielraum für Eigeninitiativen lassen. Dazu meint er: „Wir versuchen aber so gut es geht mit den Behörden wie Arbeitsinspektorat und AUVA die bestmöglichen Lösungen für unsere Kunden auszuhandeln.“ Ein verständnisvolles Miteinander aller beteiligten Institutionen ist für eine effektive und sinnvolle Sicherheit in den Betrieben unabdinglich.



„Ziel ist es, das Bewusstsein für eine sinnvolle, den Anforderungen des Betriebes angepasste, Sicherheitskultur beim Unternehmen und den ArbeitnehmerInnen nachhaltig zu fördern.“

**Martin Feichtenschlager,**  
Leiter der ASZ-Sicherheitstechnik



# Ein wöchentliches Jour-Fix sorgt für echte Effizienz in der Unfall- prävention

Seit 2014 arbeiten Sicherheitstechnik und Arbeitsmedizin des ASZ mit dem Betriebsleiter der AGRU Kunststofftechnik in Bad Hall an der Reorganisation von Unterweisungsabläufen und am Entrümpeln unnützer Dokumentation. Sichtlich erfolgreich, denn lange Entscheidungswege in der Unfallprävention gehören seither der Vergangenheit an.

„Das wöchentliche Jour Fix mit dem Betriebsleiter hat vieles in verschiedenen Bereichen zum Besseren verändert“, fasst Markus Achitz, ASZ-Sicherheitsfachkraft den Erfolg der Kooperation zusammen und erklärt den Umstand von 2014, den es zu ändern galt: „Wir fanden umfangreichste Dokumentation zur Evaluierung selbst und unüberschaubare Verhaltensregeln vor, mit denen man das Ziel eines selbstverantwortlichen Sicherheitsdenkens der MitarbeiterInnen nur schwer erreichen konnte. Somit war auch die Vermeidung von Arbeitsunfällen, im Fall des Kunststoffunternehmens vor allem von Schnittverletzungen nicht befriedigend gelöst. Eine Strukturgebung der Sicherheitsmaßnahmen nach Prioritäten war das definierte Ziel.“

Zu den ersten gemeinsam erarbeiteten Lösungsschritten für den Betrieb mit rund 600 MitarbeiterInnen in Bad Hall zählten die Intensivierung des Kontakts zu den Behörden wie etwa zum Arbeitsinspektorat und die Verbesserung der zweckorientierten Unterweisungen sowohl in der Evaluierung als auch in der Dokumentation und der Umsetzung. Im Moment ist man dabei eine Übersichtsmatrix zu Ausbildung und Unterweisung für jeden Mitarbeiter zu erstellen, um den Führungskräften einen bestmöglichen Überblick zu ermöglichen und größtmögliche Rechtssicherheit zu erlangen.

„Der heutige Produktionsleiter Stefan Humer war als Sicherheitsvertrauensperson bei der Umsetzung der neuen effektiven Unterweisungen ein wertvoller Motivator“,



**„Es zeigt sich, dass kurze Entscheidungswege im Miteinander von ASZ und Betrieb sowie ständige Kommunikation zielführend sind.“**

**Markus Achitz,**  
ASZ-Sicherheitsfachkraft



**„Arbeitsunfälle vermeiden und gleichzeitig arbeitsplatzbezogene Belastungen vorbeugen ist das Rezept für motivierte MitarbeiterInnen und weniger Krankenstand.“**

**Dr. Georg Schmidbauer,**  
ASZ-Arbeitsmediziner



erzählt Markus Achitz. Humer war in den vergangenen Jahren einer der ausführenden SVPs der „allumfassenden Unterweisung“ und sah selbst den Handlungsbedarf. Wegweisend arbeitete er seit den ersten Diskussionen um die Unterweisungsübersicht an einer solchen und ging mit bestem Beispiel voran. „Die Unterweisungsmatrix bietet für mich als Führungskraft eine perfekte Übersicht aller Schulungen und Unterweisungen meiner Mitarbeiter. Dies ermöglicht mir ein schnelles und effektives Filtern aller Schulungsmaßnahmen, welche für einen flächendeckenden Schulungsplan erforderlich sind“, sagt Stefan Humer.

**Arbeitsunfälle verringern hat oberste Priorität**

Auffällig waren die häufigen Unfälle mit gefährlichen Messern. Diese wurden nicht einfach verboten und Sicherheitsmesser verboten, sondern es wurde gemeinsam mit Herstellern und Führungskräften nach neuen Möglichkeiten gesucht. Die Auswahl der künftig zu verwendenden Messer wurde nach Risikostufe durch die jeweiligen Führungskräfte selbst bzw. mit den Präventivkräften entschieden und durch einen Freigabeprozess bestätigt. Die Schnittverletzungen konnten so um ca. 30 % reduziert werden.

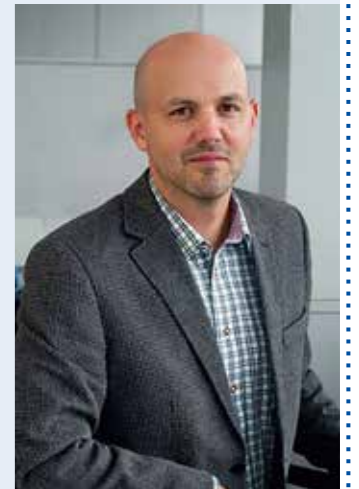
**Arbeitsplatzbedingte Belastungen werden in einem Zug mitgelöst**

Parallel dazu ist auch der ASZ-Arbeitsmediziner Dr. Georg Schmidbauer in der AGRU Kunststofftechnik im Einsatz. Er kümmert sich in erster Linie um arbeits(platz)bedingte Belastungen und leitet gemeinsam mit dem Betriebsleiter entsprechende Maßnahmen ein. „Oft sind solche Belastungen gar nicht sichtbar. Zum Beispiel bei den Sicherheitsschuhen. Da wurde das Procedere neu definiert, um schneller helfen zu können“, erzählt Dr. Schmidbauer. „Sicherheitsschuhe sind nunmal wichtig. Wenn Mitarbeiter immer wieder Beschwerden in den Beinen bekommen oder Einlagen tragen müssen und deshalb die Sicherheitsschuhe nicht gerne verwenden, wird geholfen. Mit Beratung und Untersuchung und speziell angefertigten orthopädischen Sicherheitsschuhen.“ Die Teamarbeit von Sicherheitsfachkraft und Arbeitsmediziner stärkt das Vertrauen der MitarbeiterInnen in die Präventionsmaßnahmen und zeigt ihnen, dass ihr Arbeitgeber ihre Beschwerden und Belastungen ernst nimmt.



## Schluss mit Schnittver- letzungen

Betriebsleiter  
DI Johannes Haager  
der AGRU Kunststoff-  
technik in Bad Hall  
erläuterte in einem  
kurzen Interview sei-  
ne Erwartungen und  
Zielsetzungen in der  
Zusammenarbeit mit  
Sicherheitstechnik und  
Arbeitsmedizin des  
ASZ.



**DI Johannes Haager**  
Betriebsleiter – Koordinator  
Arbeitnehmerschutz,  
AGRU Kunststofftechnik GmbH

**1. Was sind Ihre Erwartungen/Ziele in der Kooperation? Welche Schwerpunkte haben Sie sich gesetzt? Wie läuft die Kommunikation mit dem ASZ ab?**

**DI Haager:** Das Ziel unserer Zusammenarbeit ist eine Reduktion der Arbeitsunfälle und eine Verbesserung der Schulungen bzw. Unterweisungen für die Mitarbeiter. Schwerpunkt in der Arbeit war die Reduktion von Schnittverletzungen mittels neuer Messer und Schulungen. Mit dem ASZ findet ein Mal pro Woche eine kurze Abstimmung mit mir statt, die etwa 15 bis 30 Minuten dauert. Hier werden aktuelle Themen besprochen und der Fahrplan für weitere Maßnahmen der kommenden Wochen festgelegt.

**2. Was sind aus Ihrer Sicht die Herausforderungen in Ihrem Betrieb, wo es gemeinsam mit dem ASZ etwas zu verändern gibt?**

**DI Haager:** Da sind die aufwändige Dokumentation der Evaluierung, die Neugestaltung der Unterweisungen und die ständige und nachhaltige Verbesserung des Sicherheitsgedanken bei den MitarbeiterInnen.

**3. Was hat sich durch die Zusammenarbeit mit dem ASZ für Sie als Führungsperson geändert? Welche Vereinfachungen/Veränderungen zeigen in der Praxis schon Erfolg?**

**DI Haager:** Durch die regelmäßige Abstimmung jede Woche und die kurzen Informationswege zwischen AGRU und ASZ können Fragen schnell beantwortet werden und es fallen zeitaufwändige Besprechungen weg. Ich bin immer über den jeweiligen Status unserer Abteilungen informiert, weil das alles wöchentlich besprochen wird. Die Arbeitsunfälle konnten seit 2014 spürbar reduziert werden und zwar pro Jahr um etwa 10%.

**4. Welche Ziele haben Sie sich noch für dieses Jahr bei Sicherheit, Arbeitnehmerschutz und Arbeitsmedizin gesetzt?**

**DI Haager:** Wir werden eine neue Unterweisungsmatrix in allen Abteilungen einführen und gehen davon aus, dass diese den Dokumentationsaufwand verringern und gleichzeitig die Qualität verbessert.



AUS EINER HAND: DAS ROTE KREUZ  
SCHÄTZT DIE BETREUUNG DURCH  
ALLE BEREICHE DES ASZ

# Von der Burn-out- Vorsorge bis zum Brandschutz

„Das Rote Kreuz ist ein Unternehmen, das alle Bereiche des ASZ nutzt. Von der Überprüfung der Tore über rechtliche Beratung bis zur Rückenschule ist das ASZ Know-how gefragt“, freut sich DI Heinz Petrovitsch vom ASZ Sicherheitsmanagement.

84 Standorte in ganz Oberösterreich werden jährlich von der Sicherheitsfachkraft begangen und überprüft. Jahresschwerpunkte für die Begehung werden mit dem Landesleitungskommandanten des Roten Kreuzes abgestimmt. „Sie ergeben sich aus Aspekten und Erkenntnissen, die uns bei der Betreuung des vergangenen Jahres aufgefallen sind“, sagt Petrovitsch, dem die optimale Begleitung des Roten Kreuzes besonders am Herzen liegt. „Ich bin seit 30 Jahren selber als Sanitäter und Fahrer im Einsatz und kenne die Herausforderungen des Betriebs aus Sicht des Mitarbeiters sowie aus der Sicht des Sicherheitsexperten vom ASZ.“ Oberösterreich stellt mit etwa 1800 beruflichen und 20.000 freiwilligen Mitarbeitern rund ein Viertel der Belegschaft des Roten Kreuzes in ganz Österreich.

## Funktionierende Tore können Leben retten

Das ASZ betreut sämtliche Tätigkeitsbereiche des Roten Kreuzes, von den sozialen Diensten bis zum Rettungsdienst. Daraus ergeben sich vielschichtige Bedürfnisse in der Begleitung. „Ziel der Begehungen der Sicherheitstechnik in den Standorten ist es Mankos oder Probleme einzelner Dienststellen herauszufiltern, die richtige Lagerung etwa von Sauerstoffflaschen zu überprüfen, aber auch elektrotechnische Beratung und Blitz- sowie Brandschutz sind Themen“, erklärt der ASZ Sicherheitsexperte DI Petrovitsch. Ein wesentlicher Punkt ist zum Beispiel die Überprüfung der Funktionalität der Tore. Pannen an dieser Stelle können zu lebensbedrohlichen Verzögerungen bei einem Einsatz führen. Petrovitsch: „Sollten hier Mängel festgestellt werden, erfolgt unverzüglich die Meldung an den Dienstführenden.“

## Allzeit als Ansprechpartner bereit

Das ASZ ist auch bei Umbauarbeiten während des Jahres Ansprechpartner. „Wir werden dann etwa zu Rate gezogen, wo Rauchmelder oder Notstromaggregate zu platzieren sind.“ Aber nicht nur in Fragen der Sicherheit und Prüftechnik vertraut das Rote Kreuz auf das ASZ. Die Arbeitsmedizin übernimmt zum Beispiel die Einstellungsuntersuchungen für Zivildie-



„Ich kenne die Bedürfnisse und Anforderungen sowohl von Seiten des Roten Kreuzes als auch als Sicherheitsfachkraft, was die Effektivität der Betreuung erhöht.“

**DI (FH) Heinz Petrovitsch,**  
ASZ- Sicherheitsfachkraft

ner, gibt Impfpfehlungen und stellt alle Unterlagen für die Pflichtschulungen der MitarbeiterInnen zur Verfügung. Angebote des „Fit4work“-Programmes zur betrieblichen Gesundheitsförderung sowie zur Arbeits- und Organisationspsychologie sind Bestandteile der Bildungsakademie für Mitarbeiter des Roten Kreuzes. Seminare und Workshops von der Burnout-Prophylaxe bis zur Rückenschule werden dort je nach Thema von ASZ-Ärzten, Psychologen und Therapeuten durchgeführt. „Die hohen psychischen und physischen Anforderungen, die die Rot Kreuz Tätigkeit an MitarbeiterInnen stellt, verlangen nach dieser umfassenden betriebsspezifischen Betreuung, wie sie nur das ASZ leisten kann“, fasst Heinz Petrovitsch zusammen.

VORSCHRIFTEN UND GESETZESHÜRDEN IM  
ARBEITNEHMERSCHUTZ SIND EINE BESONDERE  
HERAUSFORDERUNG FÜR KLEIN- UND MITTEL-  
BETRIEBE

## Schutzausrüstung kann auch bunt und lässig sein

Klein- und Mittelbetriebe bis zu 100 Mitarbeitern wie etwa die Firma Offsetdruck Dorrong in Graz, haben es dank der vielen Vorschriften und gesetzlichen Hürden im Arbeitnehmerschutz nicht leicht. „Geringer Aufwand, schlanke Strukturen und übersichtliche Dokumentation sind Ziele in der Betreuung“, sagt Sicherheitsfachkraft Martina Fossil-Gödl vom ASZ.

Was sich mit Engagement und Bewusstsein von allen firmeninternen Ebenen sowie den Experten des ASZ an Gutem zur Vereinfachung machen lässt, erlebt Martina Gödl-Fossil, ASZ Sicherheitsfachkraft bei Dorrong: „Geschäftsführung, Arbeitsmedizin und ich sind ein vertrautes und eingespieltes Team. Da lässt sich vielschichtig und umfassend in Struktur, Kommunikation und Dokumentation viel Positives gestalten.“ Seit vier Jahren arbeitet die Präventionsexpertin des ASZ mit der Führungsebene des Betriebes zusammen. Langjährige MitarbeiterInnen, wenig Personalwechsel, eingefahrene Strukturen, alte Maschinen neben Hightech Geräten sind Gegebenheiten, die es nicht ganz einfach machen. Veränderungen in der Routine anzuregen und durchzusetzen.



„Wenn Vertrauen und Verständnis zwischen Betreuern und Firmenführung die Basis der Zusammenarbeit bildet, lassen sich optimale Ergebnisse in einem guten Klima für alle Beteiligten erzielen.“

**Martina Fossil-Gödl,**  
ASZ- Sicherheitsfachkraft

## Flexibles Rundumservice

Besonders geschätzt wird das flexible Rundumservice zur Arbeitsmedizin und Arbeitssicherheit. „Die Firma kann mich immer kontaktieren und wendet sich auch in Fragen gewerberechtl. Belange, bei Arbeitsmittelprüfung etc. an mich. Ich helfe auch für andere Bereiche und Aufgabenstellungen, etwa wenn es um Maschinenbau, Umbauten oder Neuerwerbung von Maschinen geht, Experten zu finden“, sagt Martina Fossil-Gödl und nennt einige Aspekte, die sie schon erfolgreich als Sicherheitsfachkraft anregen und verändern konnte: „Gemeinsam mit der Arbeitsmedizin habe ich die Arbeitsplatzevaluierung mit Sicherheits- und Gesundheitsdokumenten aktualisiert, auch die Gefahrenstoff-Evaluierung wurde mit Arbeitsmedizin und AUVA aktualisiert. In diesem Jahr haben wir uns zum Schwerpunkt gesetzt, alle Unterlagen und Unterweisungen zu verschlanken, zu vereinfachen und damit lebbarer zu machen“, so Martina Fossil-Gödl.

## Hippe Schutzschuhe erhöhen die Tragemoral

Um die Tragemoral von Schutzkleidung bei den langjährigen MitarbeiterInnen zu erhöhen, hat sich die Geschäftsführung erfinderisch gezeigt: „Es wurden zum Beispiel hippe Schutzschuhe in verschiedenen bunten Farben angeschafft“, freut sich die Sicherheitsexpertin. Auch dass man beim Hörschutz den Bedürfnissen der Belegschaft entgegen kommt oder dass bei Veranstaltung eines Präventionstages die Unterweisungen mit interessanten Gesundheitsinformation und -checks kombiniert werden, zeugen vom Engagement der Geschäftsführung. „Die Firma Dorrong ist ein beispielgebendes Unternehmen dafür, wie man auch ohne interne Sicherheitsfachkraft oder einer Stabstelle Arbeitnehmerschutz im Bewusstsein der Belegschaft und in der Praxis viel erreichen kann, um die tägliche Arbeit zu erleichtern statt durch hohen Dokumentationsaufwand zu belasten“, fasst Martina Fossil-Gödl zusammen.

**DORRONG**  
www.dorrong.at





FÜR ELIN WURDE VOM ASZ EINE SPEZIALSCHULUNG FÜR NICHELEKTRIKER ZUM SCHUTZ VOR STROMUNFÄLLEN ERSTELLT UND UMGESETZT

## Freileitung – Bitte Abstand halten

Die Sicherheitsfachkräfte des ASZ stellen sich auf die Bedürfnisse der Unternehmen ein. Für die Firma ELIN wurde eine Weiterbildung zur „Elektrotechnisch unterwiesenen Personen“ (EuP) erstellt und durchgeführt, um Nichtelektriker mit den Risiken von Freileitungen vertraut zu machen.



„Neben der praxisnahen Informationsvermittlung ist die Kontrolle der Einhaltung des gelernten Wissens und Verhaltens zur Sicherheit unabdinglich.“

**Mario Lang,**  
ASZ- Sicherheitsfachkraft

In der Elektroschutzverordnung heißt es sinngemäß, dass die ArbeitnehmerInnen bei nichtelektrotechnischen Arbeiten eingehend über die notwendigen Sicherheitsabstände zu unter Spannung stehenden Teilen informiert sein müssen. „Diese Unterweisung alleine war den Verantwortlichen der Firma ELIN zu wenig. Sie wollten eine umfassende Schulung von eventuell gefährdeten Nichtelektrikern und eine Information zu Hintergründen und Folgen eines etwaigen Fehlverhaltens“, berichtet Sicherheitsfachkraft Mario Lang vom ASZ. So wurde mit der Schulung zur „Elektro-



technisch unterwiesenen Person“ in der Abteilung „Energie- und Sondernetze“ (ESN) eine beispielgebende Aktivität durchgeführt, die den Sicherheitsaspekt bei ELIN gezielt noch verstärkt“, schildert Lang. Innerhalb kürzester Zeit hat die Sicherheitsfachkraft des ASZ die 16-stündige, sprich zweitägige Schulung, ausgearbeitet, die vom Auftraggeber wohlwollend auf- und angenommen wurde.

### Multimediale Wissensvermittlung

Rechtssicherheit und Sensibilisierung der MitarbeiterInnen für die Gefahren waren Ziele der Schulung für die rund 30 zu unterweisenden Personen der ESN-Abteilung. Der Aufgabenbereich von ELIN braucht auch Facharbeiter in nicht elektrotechnischen Berufen, die in der Nähe von elektrischen Anlagen arbeiten. Dazu gehören Bagger- und LKW-Fahrer, Schlosser etc. Sie hantieren zum Beispiel in der Nähe von Freileitungen, an Stromleitungen für Straßenbeleuchtung und in der Nähe von Straßenbahn Oberleitungen.

### Modul soll Schule machen

Alle EuPs beteiligten sich motiviert am Unterricht. Die Lerninhalte beinhalteten u.a. Grundbegriffe der Elektrotechnik, die Gefahren des Stroms, dessen Wirkung auf den Körper, Erste Hilfe bei Stromunfällen, Befreiung aus dem Stromkreis und Selbstschutz gegen Stromschlag. „Neben Vorträgen kamen Videos und Filme zum Einsatz sowie praktische Unterweisungen etwa wie ein Gerät zur Spannungsprüfung bedient wird. Die Diskussionen zeigten uns, dass der Unterricht auf großes Interesse traf“, sagt Mario Lang. Seine Intention ist es, diese neuartige Schulung zur „Elektrotechnisch unterwiesenen Person“ im Rahmen des Sicherheitsmanagements auch in anderen Firmen, angepasst an deren Bedürfnisse, zu implementieren.

ERFOLGREICHES ASZ-SPORTPROJEKT IM FIRMENEIGENEN FITNESSSTUDIO BEI HUSQVARNA

## Bewegte und motivierte MitarbeiterInnen

Ausgleichsbewegung zur Arbeit ist ein Gesundheitsfaktor von enormem Wert. Die Firma Husqvarna Austria GmbH bietet dazu den MitarbeiterInnen ein Fitnessstudio direkt im Betrieb an. Um den Gesundheitsaspekt noch mehr in den Vordergrund zu stellen, wurde ein Sport-Projekt in Zusammenarbeit mit dem ASZ begonnen.

Oft sind MitarbeiterInnen froh, wenn sie nach getaner Arbeit das Unternehmen verlassen dürfen – nicht so bei der Husqvarna Austria GmbH. Jedes Jahr setzt die Firma für die MitarbeiterInnen gesundheitliche Schwerpunkte. „Heuer sind es Ernährung und Biofeedback, in den vergangenen Jahren waren es Sport und Bewegung“, sagt die ASZ-Arbeitsmedizinerin Dr. Renate Schimetta, die das Unternehmen seit drei Jahren begleitet. So wurde durch die Expertenberatung des ASZ-Sportwissenschaftlers Mag. Wolfgang Wrba der firmeneigene Fitnessraum umgestaltet und mit hochwertigen Geräten für gesundes Ausdauer- und Krafttraining bestückt. In Workshops mit dem Sportwissenschaftler erhielten die MitarbeiterInnen Tipps für ein gesundes Training.

### Begeistert vom Personal Coaching

„Der Gesundheitssport liegt den Führungskräften am Herzen. Vor allem die Rückengesundheit ist ein Schwerpunkt“.



sagt Dr. Renate Schimetta. Um individuelle Trainingsziele zu berücksichtigen, bekamen die MitarbeiterInnen die Möglichkeit des Personal Coachings mit Sportwissenschaftler Mag. Wrba. „Das Coaching haben MitarbeiterInnen aus allen Arbeitsbereichen und Ebenen gerne und interessiert genutzt. Vom Sporteinsteiger bis zum gut trainierten Ausdauersportler. Ich habe jedem je nach Problembereich oder Wunsch eine Trainingsanleitung zusammengestellt und individuell passende Übungen gezeigt“, sagt Wolfgang Wrba. Weiterführende Trainingsseminare und -informationen sind geplant. „Wir gehen auf die Bedürfnisse und Rückmeldungen der Trainierenden ein“, sagt Renate Schimetta. So kann flexibel und motivierend am Thema Gesundheitssport gearbeitet werden.

### Nachhaltiges Vorsorgekonzept

Die Arbeitsmedizinerin fasst die Erkenntnisse aus der Begleitung der Firma Husqvarna zum Thema Gesundheitssport zusammen: „Wenn man den Gesundheitsaspekt des Trainings beherzigt, ist aus unserer Sicht ein Fitnessraum im Betrieb ein wertvoller Baustein Gesundheit, Leistungsfähigkeit und Motivation der MitarbeiterInnen zu steigern. Mit Workshops zu verschiedenen Themen kann man auch neue Zielgruppen ansprechen und nachhaltig Vorsorge betreiben.“ Kurzum: Eine win-win-Situation für alle Beteiligten und eine Maßnahme, die von Wertschätzung für und Interesse am Mitarbeiter zeigt.



„Arbeitsmedizin und Sportwissenschaft des ASZ haben gemeinsam mit der Husqvarna Unternehmensleitung ein motivierendes und flexibel zu gestaltendes Fitnesskonzept zur Vorsorge geschaffen.“

**Dr. Renate Schimetta,**  
ASZ-Arbeitsmedizinerin



„Das Personal Coaching hat großes Interesse gefunden. Der Ungeübte hat sich genauso wie der versierte Ausdauersportler viel mitnehmen können“

**Mag. Wolfgang Wrba,**  
ASZ-Sportwissenschaftler

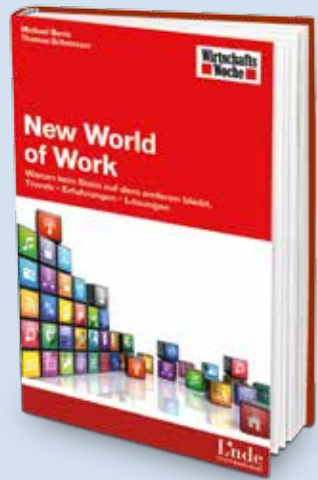


## ASZ-BUCHTIPP

**New World of Work. Warum kein Stein auf dem anderen bleibt.**

**Trends – Erfahrungen – Lösungen**

Linde Verlag 192 Seiten, Hardcover  
ISBN 978-3-7093-0535-5 € 24,90



Viktoria Frey ist Geschäftsführerin eines alteingesessenen Industriebetriebs. Plötzlich verliert das Unternehmen den Auftrag eines langjährigen Kunden. Viktoria Frey begibt sich auf die Suche nach den Ursachen. Gemeinsam mit anderen Managern des Unternehmens erkennt sie nach und nach, dass der verlorene Auftrag nur die Spitze des Eisbergs war und weitaus größere Herausforderungen auf das Unternehmen warten. Viktoria Frey ist eine erfundene Figur, die den Leser durch dieses Buch begleitet. An ihr und ihrem Umfeld wird besonders deutlich, wie grundlegend sich unsere Arbeitswelten derzeit verändern. Arbeit findet längst nicht mehr zu definierten Kernarbeitszeiten im Büro statt. Aufgaben und Anforderungen werden vielfältiger und gehen mit steigender Projektarbeit einher. Die Digital Natives – oder Generation Y – treffen mit ganz anderen Erwartungshaltungen und Forderungen auf den Arbeitgeber als die Generationen davor.

**Mit dem Buch möchten die Autoren ein Bewusstsein für den Arbeitsplatz der Zukunft schaffen.** Sie zeigen, dass die grundlegenden Veränderungen der Arbeitswelt keine Bedrohung sind, sondern eine Chance darstellen. Deshalb ist es genau jetzt an der Zeit, den Arbeitsplatz der Zukunft zu gestalten!

**Dipl.-Ing. Dipl.-Wirtsch.-Ing. Michael Bartz** leitet den Forschungsbereich „New World of Work“ an der IMC Fachhochschule Krems.  
**Mag. Thomas Schmutzer** ist Geschäftsführer der HMP Beratungs GmbH

WAS MOTIVIERT UND FÖRDERT, HÄLT GESUND

# Sicherheit und Gesundheit strategisch denken

Arbeitssicherheit, Arbeitsmedizin, Evaluation psychischer Belastungen und betriebliche Gesundheitsförderungsangebote aufeinander abgestimmt umsetzen.



„Zuerst Gesundheitsziele definieren und dann die Maßnahmen dazu entwickeln“

Mag. Ernst Neudorfer, ASZ-Psychologe

In der Praxis ist oft eine von Aktionismus geprägte anstatt einer strategischen und zielgerichteten Vorgehensweise zu beobachten. Dabei ließe sich mit wenigen Schritten eine unternehmensspezifische Gesundheitsstrategie erarbeiten, die eine gute Grundlage für eine strukturierte und abgestimmte Förderung von Gesundheit und Arbeitsfähigkeit der Belegschaft darstellt und gleichzeitig auch die Möglichkeit für die Unternehmensführung zur gezielten Steuerung eröffnet. Nur so könnten gesundheitsrelevante Warnzeichen (z.B. Absentismus, Präsentismus, Mobbing, innere Kündigung, Burnout etc.) frühzeitig identifiziert und bearbeitet sowie Gesundheitspotentiale (Führung, Unternehmenskultur, zwischenmenschliche Beziehungen) ausreichend gefördert werden.



Dazu braucht es neben einem **ganzheitlichen und positiven Gesundheitsverständnis** (Schritt 1) eine umfassende **Analyse der betrieblichen Ausgangslage** (Schritt 2). Konkret geht es darum, alle vorhandenen Informationen zusammen zu tragen und daraus die wesentlichen gesundheitlichen Herausforderungen abzuleiten. Nach der Analyse wird der gewünschte Soll-Zustand in Form von (mehrjährigen) **Gesundheitszielen** (samt messbaren **Kennzahlen**) abgebildet (Schritt 3). Erst nach Festlegung der konkreten Ziele geht es darum, mit welchen **Maßnahmen** die Ziele erreicht werden können (Schritt 4). **Erst Ziele, dann Maßnahmen** – nicht umgekehrt! Die betrieblichen Herausforderungen stehen im Zentrum – die jeweiligen Herangehensweisen sind darauf bestmöglich abzustimmen. Beispielsweise kann beim Thema altersgerechte Arbeitswelt, beim zunehmend ungesünderen Lebensstil oder beim Anstieg von psychischen Belastungen und Erkrankungen bei der Arbeitssicherheit, bei der Arbeitsgesundheit, im Bereich der Personalentwicklung oder bei der Tertiärprävention angesetzt werden – aber am besten koordiniert in allen Bereichen im Rahmen der jeweiligen Kompetenzen und Möglichkeiten. Mit einer gut aufeinander abgestimmten Vorgehensweise kann daraus ein deutlicher Mehrwert für das Unternehmen entstehen.

**Arbeit mit der Gesundheitsstrategie:** Die Strategie bildet den Rahmen für eine strukturierte Umsetzung von Sicherheits- und Gesundheitsaktivitäten und ist Grundlage für die jeweiligen Jahresplanungen, Ein regelmäßiges Monitoring unterstützt eine nachhaltige Umsetzung. Ziel ist ein ganzheitliches, integriertes Gesundheitsmanagement anstelle von Einzelaktionen.

Anhand o.g. Schritte können sich auch kleinere Unternehmen eine gute Grundlage für ein aktives Management von Sicherheit, Gesundheit und Arbeitsfähigkeit erarbeiten. Es muss nicht gleich ein ausgeklügeltes Managementsystem sein – wichtig ist zu beginnen.

## > ASZ

*Das ASZ berät Ihr Unternehmen gerne bei der Erstellung einer betrieblichen Gesundheitsstrategie. Wir freuen uns auf Ihren Anruf: 0664/88581592, Mag. Ernst Neudorfer, Arbeitspsychologe im ASZ*

## Durch dünn und dick

## ASZ-VITALTIPP

**Manuela Rabengruber,**  
Dipl. Ernährungs-beraterin



### Ein gesunder Darm für mehr Wohlbefinden und Wohlfühlfaktor

Was wir schon lange wissen: Nachdem wir unser Essen gekaut und geschluckt haben gelangt es in den Magen und schlängelt sich dann durch Dünndarm und Dickdarm, wo wir grobteils die Nährstoffe in unseren Körper aufnehmen. Was wir gerade neu entdecken: Welche große Rolle die ca. 1,5 kg Bakterien, die unsere Darmschleimhaut besiedeln, dabei spielen. Diese Bakterien im Darm – auch Mikrobiom genannt – beeinflussen, wie gut wir unsere Nahrung aufschlüsseln, aufnehmen, vertragen oder nicht vertragen. Sie stellen sozusagen eine Zoll- und Grenzkontrolle zwischen unserer Umwelt und unserem Körper dar und beeinflussen damit sehr stark, ob wir uns wohlfühlen oder schlapp, ausgeglichen oder rastlos, angenehm satt sind oder aufgebläht, ob uns Fructose, Weizen, etc. Probleme verursacht oder nicht. Unverträglichkeiten, Allergien, entzündliche Darmerkrankungen, Autoimmunerkrankungen und auch bestimmte Nervenerkrankungen stehen mit einer Störung des Bakteriengleichgewichts in Zusammenhang. Funktioniert diese Grenzkontrolle gut, können wir mögliche Krankheitserreger in unserer Nahrung wie Salmonellen, Umweltgifte, Schimmelpilze viel besser abwehren, als wenn sie lückenhaft ist. Damit das Mikrobiom seine Aufgaben optimal erfüllen kann, ist nicht nur eine quantitative Besiedlung mit Bakterien erforderlich sondern auch die Vielfalt und Zusammensetzung. Forscher haben herausgefunden, dass die Verteilung der unterschiedlichen Bakterienarten bei schlanken Personen anders ist als bei Übergewichtigen. Was der Wissen-

schaft noch zu klären bleibt, ist die Frage nach der Henne und dem Ei. Bedingen schlechte Ernährungsgewohnheiten eine Veränderung des Mikrobioms oder ist diese eine Folge von Entzündungen. Müssen wir einfach die richtigen Bakterien in unseren Darm schicken und wir sind schlank, egal was und wie viel wir essen? Schon bei der Entdeckung des Hormons Leptin als Sattmacherhormon sind wir eines Besseren belehrt worden.

Damit sich die Bakterien bei uns richtig wohlfühlen können, ist eine entsprechend dicke und dichte Schleimhaut erforderlich. Was hier kontraproduktiv ist: Medikamentenmissbrauch (Antibiotika), Stress, einseitiges Essen im Übermaß.

### Gut für den Darm und gut für uns:

#### Mehrmals täglich frisches Obst und Gemüse

**Vollwertig statt einseitig:** dunkles Brot statt Industriesemmel, Apfel mit Schale statt Apfelsaft, Haferbrei statt Zuckerzealienmix

**Richtig zubereitet:** Leinsamen / Chiasamen einweichen, Karottensaft mit Leinöl, Hülsenfrüchte weich gekocht

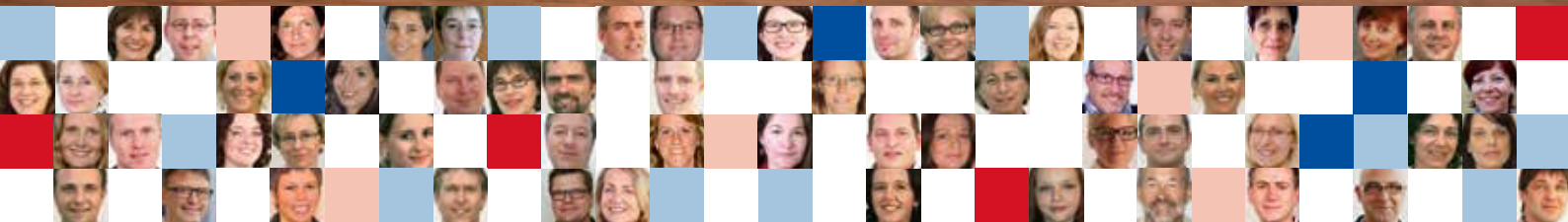
**Vernünftig trinken:** zwischen den Mahlzeiten über den Tag verteilt Wasser, Kräutertee

**Genießen:** Langsam essen, gut kauen, aufhören wenn man satt ist

**Darmbakterien regelmäßig mit ihrem Lieblingessen füttern:** Sauerteigbrot aus feinem Vollkornmehl, Artischocken, Topinambur, Nüsse, Samen, Kerne



# kompetent, menschlich & initiativ



Veränderungen in der Arbeitswelt und ständig neue Verordnungen aus dem Arbeitnehmerschutz sind große Herausforderungen an die Unternehmen von heute. Wie bekommt man **Gesetzesvorschrift, Mitarbeitergesundheit und notwendige Effizienz** unter einen Hut? Als Österreichs erstes Zentrum für Prävention in der Arbeitswelt, wissen wir die Antwort und bieten unseren Kunden **praxisnahe, rechtssichere und innovative Gesamtlösungen**. Wir geben der Präventiv-Arbeit innerhalb Ihres Unternehmens Struktur und Menschlichkeit und entwickeln sie auf qualitativem Weg laufend weiter. Über 100 ASZ-Experten aus den Bereichen Arbeitssicherheit und Arbeitsgesundheit arbeiten Hand in Hand mit Ihnen an einem gemeinsamen Ziel: die beste Gesundheitsbegleitung für die Menschen in Ihrem Unternehmen.

Österreichische Post AG  
Info.Mail Entgelt bezahlt

**Impressum:**

Herausgeber: ASZ – Das Arbeitsmedizinische und Sicherheitstechnische Zentrum in Linz GmbH,  
Redaktion: Mag. Christine Radmayr,  
Gesundheitsjournalistin,  
Grafische Gestaltung: ad.hroß  
ZENTRALE: A-4020 Linz, Europaplatz 7,  
Tel. 0732 /60 99 88 , FAX DW 666,  
E-Mail: office@asz.at

[www.asz.at](http://www.asz.at)