

# SicherheitsProfi

SCHIFFFAHRT

Das Magazin der BG Verkehr



## Das sagt die Sifa 18

**12** Gefahrstoffe  
Sicherer Umgang an Bord

**26** Beitragsfuß sinkt  
Berechnung für 2025 steht

**28** Heute wird's heiß!  
Worauf muss ich achten?



# Nur nicht *krebsrot* werden

Clever an Deck – mein Sonnenschutz wirkt.

**U**nbedingt  
**V**orbeugen



UV-Poster kostenfrei  
bestellen oder  
herunterladen:  
[www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de)  
Webcode: 26398842



## Gut gerüstet gegen Hitze und UV-Strahlung

Proaktives Arbeiten ist in der BG Verkehr eine Selbstverständlichkeit. Schließlich gehört die Prävention von Arbeitsunfällen und Berufskrankheiten zu den Kernaufgaben einer Berufsgenossenschaft. Da macht auch unser Mitgliedermagazin SicherheitsProfi keine Ausnahme. Unsere Autorinnen und Autoren müssen der Zeit immer etwas voraus sein. So entstanden unsere beiden Beiträge über den Schutz gegen natürliche UV-Strahlung und gegen Hitze jeweils an kühlen Märztagen. Und diese Ausgabe erscheint so rechtzeitig vor den Hitzemonaten, dass Sie für Ihre Beschäftigten noch wichtige Schutzmaßnahmen umsetzen können.

Dies ist häufiger als noch vor zehn Jahren erforderlich. Die Meteorologie vermeldet auch für unsere gemäßigten Breiten eine zunehmende Zahl von Hitzetagen. Hohe Temperaturen bei der Arbeit gefährden nicht nur die Gesundheit – sie senken die Aufmerksamkeit und können somit zu Auslösern für Arbeitsunfälle werden. Über die Hautkrebsrisiken durch natürliche UV-Strahlung haben wir schon in den letzten Jahren viel berichtet. Für diese Ausgabe haben wir weitere Informationen zusammengetragen – und stellen Ihnen erstmals unseren UV-Schutz-Koffer vor, den unsere Prävention künftig bei Beratungsterminen einsetzt.

Geradezu zeitlos ist hingegen unser Beitrag zu Fahrsicherheitstrainings. Auch wer schon seit vielen Jahren einen Führerschein hat, kann dabei noch einiges lernen. Auf Übungsplätzen können Sie Ihr Fahrzeug bis an die technischen Grenzen bringen und Verkehrssituationen üben, in die Sie hoffentlich nur selten geraten. Wer Vorbehalte gegen die Funktion von Fahrerassistenzsystemen hat, kann sie in Trainings einbeziehen und dadurch abbauen. Deshalb fördert die BG Verkehr seit einigen Jahren die Teilnahme an diesen Trainings finanziell.

Ich wünsche Ihnen eine spannende und nützliche Lektüre.

Herzlichst

Stefan Höppner  
Vorsitzender der Geschäftsführung der BG Verkehr

*»Wer im geschützten Rahmen erlebt, dass sein Lkw trotz Vollbremsung übers Ziel hinauschießt, fährt danach vorsichtiger.«*



# Inhalt

## SCHNELL INFORMIERT

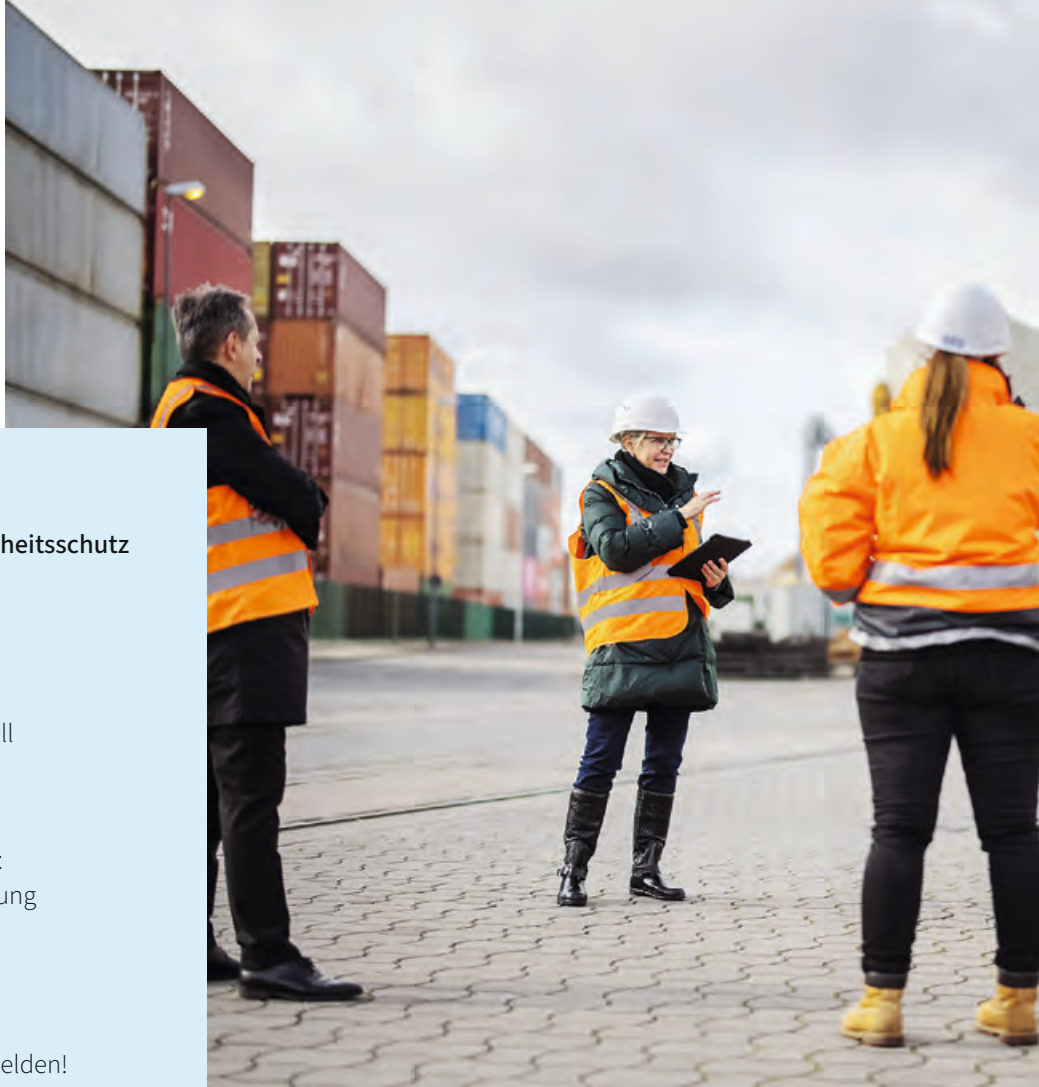
- 6 Arbeitssicherheit & Gesundheitsschutz**  
Unfallmeldungen

## SCHWERPUNKT

- 20 Fahrsicherheitstraining**  
Vorbereitung auf den Ernstfall

## SICHER ARBEITEN

- 10 Sommer, Sonne, Sicherheit**  
Starker Schutz vor UV-Strahlung
- 12 Gefahrstoffe**  
Sicherer Umgang an Bord
- 15 Cartoon „Autsch!“**  
Gefahr oder Mangel sofort melden!
- 16 Homeoffice**  
Zu Hause arbeiten – was gilt?
- 18 Gelebter Arbeitsschutz**  
Fachkräfte für Arbeitssicherheit



- 10**  
STARKER  
SCHUTZ VOR  
UV-STRAHLUNG



- 12** UMGANG MIT  
GEFAHRSTOFFEN



# 18 FACHKRÄFTE FÜR ARBEITSSICHERHEIT IM GESPRÄCH



DER DIGITALE SICHERHEITSPROFI



Sie möchten das Magazin online lesen?

Hier erfahren Sie mehr:

[www.sicherheitsprofi.de](http://www.sicherheitsprofi.de)

# 26

BEITRAGSFUSS SINKT FÜR 2025



## GUT VERSICHERT & GESUND

24 Gesundheitstipps & mehr

26 Beitragsfuß sinkt  
Berechnung für 2025 steht

28 Heute wird's heiß!  
Worauf muss ich achten?

## PRÄVENTION PERSÖNLICH

30 Martin Küppers:  
„Ich bin stolz auf unsere Mitgliedsunternehmen“

## SERVICE

30 Impressum

31 Kontaktübersicht  
So erreichen Sie die BG Verkehr

Titel und Inhalt: © gettyimages | Luis Alvarez; Freepik; contentova; iStock | Sergij Zhmurchak; BG Verkehr | Sebastian Vollmert

# 20 TRAINING FÜR DEN ERNSTFALL



## +++ Aktuelle +++ Unfallmeldungen

### Abgerutscht – Fuß gequetscht

Weil er die Achterleine einer Fähre vom Dalben lösen wollte, öffnete ein Decksmann die Tür im Schanzkleid und stellte sich mit einem Fuß auf die Wallschiene. Dabei rutschte er ab und sein rechter Fuß geriet zwischen Dalben und Wallschiene. Währenddessen bewegte sich die Fähre in Richtung Dalben und quetschte seinen Fuß ein. Die Folgen: schwere Quetschung und Bruch des Fußes.

### Gesprungen – Bein gebrochen

Der Lehrer einer Sportbootschule machte das Boot achtern an einem Steg fest. Danach nutzte er nicht die Leiter zum Verlassen des Boots. Stattdessen sprang er aus etwa einem Meter Höhe auf den Schwimmsteg. Beim Landen auf dem Betonboden kam er unglücklich auf und brach sich das Schienbein knapp unterhalb des Knies.

### Gestürzt – OP nötig

In einem Wäschekorb hatte Surfschullehrer P. allerlei Gegenstände gesammelt, um sie eine Etage hinunterzutragen. Auf der letzten Stufe der Treppe verlor er das Gleichgewicht und stürzte auf den Korb. Die Folge war ein komplizierter Bruch des Mittelfußes, der operiert werden musste.

© Christian Ahrens | BG Verkehr

## BINNENSCHIFFFAHRT

# Online lernen, im Wasser üben

Um das Tragen von Rettungswesten in der Binnenschifffahrt zu fördern, bietet die BG Verkehr ein neues Seminar an: „Die Rettungsweste als lebensrettende Schutzausrüstung“ verbindet digitales Selbstlernen mit einer Praxiseinheit. Der erste Teil des Seminars besteht aus einer Selbstlernphase mit den Grundlagen rund um Rettungswesten auf der E-Learning-Plattform „Lernwelt“. Der folgende Präsenzteil umfasst zwei halbe Tage: Die Teilnehmenden üben den praktischen Umgang mit der lebensrettenden Schutzausrüstung in einem See und unter realen Bedingungen. Ziel ist es, dass die Teilnehmenden ihre Kenntnisse und Erfahrungen an die Beschäftigten in ihrem Betrieb weitergeben können.

Das Seminar richtet sich an Sicherheitsbeauftragte, Fachkräfte für Arbeitssicherheit, Führungskräfte sowie an Unternehmerinnen und Unternehmer. Sie müssen aus Betrieben kommen, in denen die Rettungsweste als persönliche Schutzausrüstung eingesetzt wird.



#### Lernwelt

Die digitale Lerneinheit finden Sie in der „Lernwelt“.

Hierfür müssen Sie sich kurz und kostenfrei registrieren.

<https://lernwelt.bg-verkehr.de>



© Landkreis Vorpommern-Rügen

## Neues Schiff für das Havariekommando

Das neue Ölbekämpfungs- und Mehrzweckarbeitsschiff „Lütt Matten“ steht dem Havariekommando künftig für die Bekämpfung von Verschmutzungen in der Ostsee zur Verfügung. Mit einem Tiefgang von rund zwei Metern ist ein Einsatz in flachen Küstengewässern möglich. Um auch Gewässermonitoring zu übernehmen, verfügt das Schiff über einen Moonpool (Öffnung im Rumpf des Schiffs), über die sich spezielle Messsonden aussetzen lassen. Bei Bau und Betrieb des Schiffs greift ein neues Konzept: Die Küstenländer beschafften die „Lütt Matten“. Der nautische und technische Betrieb erfolgt durch Reedereien, die das Schiff im Alltagsbetrieb auch für gewerbliche Aufträge einsetzen und es im Einsatzfall innerhalb von zwei Stunden bereitstellen müssen. Das reduziert die laufenden Kosten für die öffentliche Hand.

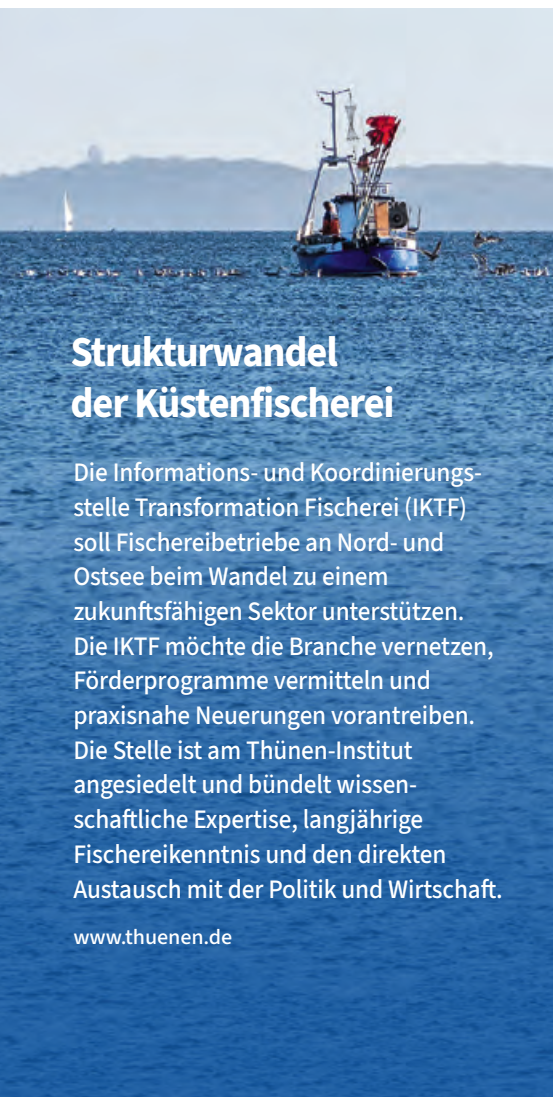
[www.havariekommando.de](http://www.havariekommando.de)



Mit Praxisteil



**Anmeldung zum Rettungswesten-Präsenzseminar**  
 Nutzen Sie die Buchungsfunktion unter:  
[www.bg-verkehr.de/seminare/seminare-buchen](http://www.bg-verkehr.de/seminare/seminare-buchen)  
 Seminarnummer: 707



© Thünen-Institut/Beate Büttner

## Strukturwandel der Küstenfischerei

Die Informations- und Koordinierungsstelle Transformation Fischerei (IKTF) soll Fischereibetriebe an Nord- und Ostsee beim Wandel zu einem zukunftsfähigen Sektor unterstützen. Die IKTF möchte die Branche vernetzen, Förderprogramme vermitteln und praxisnahe Neuerungen vorantreiben. Die Stelle ist am Thünen-Institut angesiedelt und bündelt wissenschaftliche Expertise, langjährige Fischereikennntnis und den direkten Austausch mit der Politik und Wirtschaft.

[www.thuenen.de](http://www.thuenen.de)

## Verfügbar: Digitale Pegelvorhersagen

Amtliche Vorhersagen für den Wasserstand der Bundeswasserstraßen lassen sich ab sofort über den Dienst PEGELONLINE als Open Data abrufen. Das heißt, sie sind maschinenlesbar und in individuelle Applikationen oder Darstellungen übertragbar. Damit erweitert das Informationstechnikzentrum Bund (ITZBund) sein Datenangebot.

[www.pegelonline.wsv.de](http://www.pegelonline.wsv.de)



© Freepik

## Testen Sie Ihr Wissen!



**1. Auf einem Motorrad werden Sie leicht von anderen Fahrzeugfahrenden übersehen. Wie können Sie dieses Risiko verringern?**

- a** Ich vermeide es, längere Zeit im seitlichen toten Winkel eines anderen Kraftfahrzeugs zu fahren.
- b** Ich versuche, mich in die Perspektive der beteiligten Kraftfahrenden zu versetzen.
- c** Ich versuche, vor dem Abbiegen Blickkontakt zu beteiligten Kraftfahrenden herzustellen.

**2. Was kann Aquaplaning (Wasserglätte) zur Folge haben?**



- a** Eine eingeschränkte Lenkfähigkeit des Fahrzeugs
- b** Eine vergrößerte Haftreibung der Reifen
- c** Eine verringerte Bremsfähigkeit des Fahrzeugs

**3. Sie fahren auf einer schmalen Straße. 20 Meter vor Ihnen betritt plötzlich ein Kind die Fahrbahn. Wann ist ein Zusammenprall trotz Gefahrenbremsung unvermeidbar? Bei einer Geschwindigkeit von ...**

- a** ... 20 km/h
- b** ... 30 km/h
- c** ... 50 km/h

**Alles richtig?  
 Die Lösungen stehen auf Seite 31.**

## Neu erschienen



### Vorsicht bei Brandbegrenzungsdecken

In der Logistik und in Werkstätten nimmt der Einsatz sogenannter Brandbegrenzungsdecken zu, die sich deutlich von klassischen Löschdecken zur Bekämpfung von Kleinbränden unterscheiden. Aus brandschutztechnischer Sicht ist dieser Einsatz kritisch. Darüber informiert eine „Fachbereich AKTUELL“.



**Einsatz von Brandbegrenzungsdecken bei Bränden**  
 FBFB-041  
<https://publikationen.dguv.de>  
 Webcode: p022870

### Dokumentationshilfe

Der DGUV Grundsatz 309-006 bietet die Vorlage für ein Prüfbuch, um die wiederkehrenden Prüfungen zu dokumentieren (gemäß DGUV Grundsatz 309-001 „Prüfung von Kranen“).



**Prüfbuch für den Kran**  
 DGUV Grundsatz 309-006  
<https://publikationen.dguv.de>  
 Webcode: p309006

### Für die passenden Schuhe

Wer auf der Suche nach dem richtigen Fuß- und Knieschutz ist, findet in der DGUV Regel 112-191 neben grundlegenden Informationen zu Sicherheitsschuhen auch zahlreiche Praxishilfen wie Checklisten. Erklärt werden außerdem die wichtigsten Piktogramme und Kennzeichnungen.



**Benutzung von Fuß- und Knieschutz**  
 DGUV Regel 112-191  
<https://publikationen.dguv.de>  
 Webcode: p112191



Melden Sie sich an!

## Gemeinsam für sichere Arbeitswege

Wer sich über erfolgreiche Verkehrssicherheitsarbeit im Betrieb informieren möchte und Praxisbeispiele sowie den fachlichen Austausch sucht, der hat am 6. und 7. Oktober beim DGUV Fachgespräch Verkehrssicherheit „Arbeit. Wege. Sicherheit.“ in Dresden eine gute Gelegenheit dazu.

Im Mittelpunkt des Fachgesprächs steht die Frage, wie Unternehmen dazu beitragen können, die Sicherheit ihrer Beschäftigten im Straßenverkehr zu erhöhen. Denn das bedeutet weniger Unfälle und Fehlzeiten. „Wir möchten Unternehmen zu Wort kommen lassen, die als gutes Vorbild vorangehen, indem sie die betrieblichen Rahmenbedingungen für mehr Verkehrssicherheit schaffen“, sagt Maraike Tonzel, Leiterin des Sachgebiets Verkehrssicherheit in der Arbeitswelt der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung.



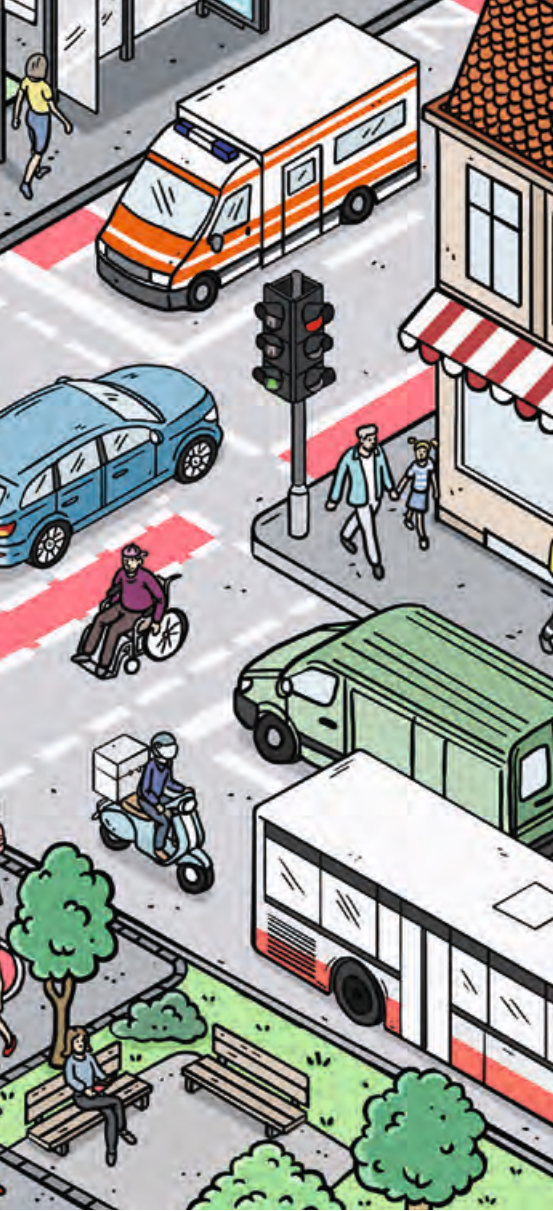
**Arbeit. Wege. Sicherheit.**  
 DGUV Fachgespräch an der DGUV Akademie in Dresden  
 6. Oktober (ab 13 Uhr) und 7. Oktober (bis 12 Uhr)  
<https://www.bg-verkehr.de/dguv-fachgespraech>



**Online-Schulung**  
 Sicher mit dem Fahrrad zur Arbeit  
[www.ukbw.de](http://www.ukbw.de)

## Unterweisungshilfe: Mit dem Rad zur Arbeit

Mehr als 170.000 Wegeunfälle verzeichnet die Statistik pro Jahr. Häufig trifft es auch Radfahrende zwischen ihrem Zuhause und der Arbeit. Um diese Zahl zu senken, sollten Informationen zum sicheren Pendeln mit dem Fahrrad in eine Unterweisung gehören. Die Unfallkasse Baden-Württemberg beispielsweise bietet eine Online-Schulung an, die mit kurzen Videoclips wichtige Inhalte vermittelt. Nach den Erklärvideos gibt es eine Erfolgskontrolle mit einem Quiz. Und zum Schluss erhalten alle eine Teilnahmebestätigung.



© Andreas Denzer

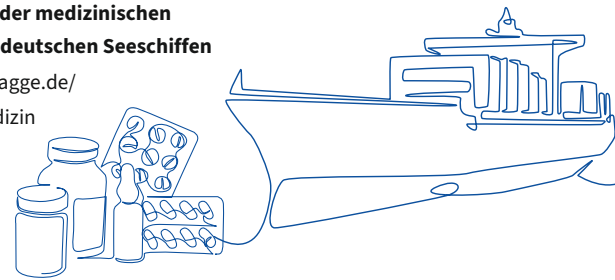
## Neue medizinische Ausstattung

Im Februar 2026 sind einige neue Vorgaben für die medizinische Ausstattung an Bord von Handelsschiffen unter deutscher Flagge in Kraft getreten. Das betrifft unter anderem Medikamente. Neu ist, dass Kranken- und Betäubungsmittelbücher auch in elektronischer Form möglich sind. Eine Übersicht mit farblicher Markierung der Änderungen lässt sich auf der Website der Deutschen Flagge herunterladen.



### Änderungen bei der medizinischen Ausstattung auf deutschen Seeschiffen

[www.deutsche-flagge.de/de/maritime-medicin](http://www.deutsche-flagge.de/de/maritime-medicin)



## Stiftung erweitert Förderangebot

Im Förderjahr 2026 erweitert die Stiftung Schifffahrtsstandort Deutschland ihr Förderangebot für Fortbildungen: Erstmals bekommt auch die überbetriebliche Ausbildung für elektrotechnische Offiziersassistenten und -assistentinnen eine Förderung. Unterstützt werden Lehrgänge, die vom Bundesamt für Seeschifffahrt und Hydrographie oder von der BG Verkehr anerkannt sind und der Ausstellung von Dokumenten für nautisches und technisches Seepersonal dienen.

[www.stiftung-schifffahrtsstandort.de](http://www.stiftung-schifffahrtsstandort.de)

## Sichere Offshore-Wartung und -Inspektion

Ein deutsch-niederländisches Projekt untersucht autonome Technologien, mit denen Inspektion und Wartung von Offshore-Windparks einfach, sicher und wetterunabhängig werden sollen. Unter dem Titel „Smart Maintenance At Sea“ (SMAS) entwickeln die Projektpartner ein System aus autonomen Schiffen, Drohnen und KI-gestützten Kontrollzentren. Kernstück ist ein schnelles, autonomes SMAS-Schiff mit integrierter Drohnenbox, das Ersatzteile transportieren sowie Inspektionsdrohnen aussetzen und wieder aufnehmen kann. Zwei KI-basierte Kontrollzentren in Eemshaven und Emden steuern und optimieren den Einsatz der Systeme in Echtzeit.

<https://greenshipping-niedersachsen.de>

## GEHÖRSCHUTZ-OTOPLASTIKEN

### Umfrage zur Funktionskontrolle

Nutzen Beschäftigte einen individuell angepassten Gehörschutz, sogenannte Gehörschutz-Otoplastiken, muss man direkt am Ohr überprüfen, ob dieser auch richtig vor Lärm schützt. So eine Funktionskontrolle ist in der Praxis oft schwierig. Mit einer anonymen Umfrage will die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung mehr über diese Schwierigkeiten herausfinden, um effektive Lösungen zu entwickeln.

Die Online-Umfrage läuft noch bis zum 30. Juni.



#### Online-Umfrage

<https://umfrage.bgn-akademie.de/otoplastiken>

© Freepik; contentnova; Adobe Stock | Welinhofer Designs; contentnova





**UV-Schutz-Koffer:  
Alles drin, was Sie brauchen**

Aufsetzen, anfassen, ausprobieren: Die BG Verkehr informiert über alltagstaugliche Möglichkeiten zum persönlichen Schutz vor UV-Strahlung. Der neue UV-Schutz-Koffer kommt in Seminaren zum Einsatz. Verschaffen Sie sich selbst einen Überblick!

*»Keine Frage: Wer im Sommer im Freien arbeitet, braucht Sonnenschutz! Nutzen Sie unsere Medien, die Infos im Internet und lernen Sie den Inhalt des neuen UV-Schutz-Koffers in einem Seminar kennen.«*

**Dr. Gabriele Meyer**  
Team Biostoffe und  
UV-Strahlung

# Starker Schutz vor UV-Strahlung

**Oh Schreck!**

Eine UV-Kamera zeigt, ob das Sonnenschutzmittel lückenlos aufgetragen wurde. Auch Pigmentveränderungen der Haut lassen sich darstellen. Außerdem interessant: Sie sehen, ob die Gläser Ihrer Korrekturbrille über einen UV-Filter verfügen. Die BG Verkehr setzt diese Kamera zum Beispiel auf Messen und in Seminaren ein.



**Flyer: „Schutz vor natürlicher UV-Strahlung bei der Arbeit im Freien“**

[www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de)  
Webcode: 22800332



**Unterweisungskarte A11: UV-Schutz**

[www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de)  
Webcode: 25843735



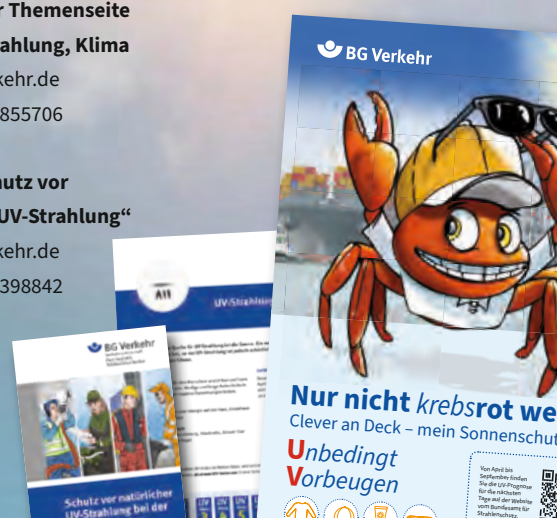
**Infos auf der Themenseite zu Hitze, Strahlung, Klima**

[www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de)  
Webcode: 24855706



**Poster: „Schutz vor natürlicher UV-Strahlung“**

[www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de)  
Webcode: 26398842





### Zweite Haut als Sonnenschutz

Kleidung mit einem UV-Schutzfaktor von 40+ nach DIN EN 13758-1 oder aus dicht gewebten Materialien schützt besser als Sonnencreme. Die BG Verkehr hat verschiedene Langarmshirts mit UV-Schutz getestet. Weitere Infos und eine Checkliste zur Auswahl finden Sie im Internet.



Checkliste „Was Sie bei der Auswahl von Langarmshirts mit UV-Schutz beachten sollten“

[www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de)

Webcode: 24257622

### Im Sommer Fenster zu

Ultraviolette Strahlung (UV-A- und UV-B-Strahlung) trifft mit unterschiedlichen Wellenlängen auf die Erdoberfläche.

Problematisch ist vor allem die UV-B-Strahlung, denn sie kann Haut und Augen schon nach relativ kurzer Zeit schädigen. Verbundglas hält beide Strahlungsarten fern. Es wird in den Frontscheiben von Fahrzeugen verbaut. Etwas anders sieht es bei den Seitenfenstern aus: Sie bestehen in der Regel aus Vollglas, genau wie die Fenster in Gebäuden. Das Institut für Arbeitsschutz der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung hat die Durchlässigkeit dieses Glastyps für UV-Strahlung überprüft. Ergebnis: Vollglasscheiben lassen zwischen fünf und zehn Prozent der UV-A-Strahlung hindurch, halten aber die UV-B-Strahlung zurück. Solange das Fenster zubleibt, ist also ein Sonnenbrand nicht zu befürchten.



## Richtig oder falsch?

**Ich trage meine Sonnenschutzcreme immer mehrmals auf, damit ich länger in der Sonne bleiben kann.**

**Falsch!** Das Nachcremen schließt nur Lücken, die zum Beispiel durch Abrieb entstehen. Die Schutzzeit insgesamt kann man dadurch nicht verlängern!

**Wer eine Kopfbedeckung mit langem Schirm trägt, braucht trotzdem eine Sonnenbrille.**

**Richtig!** Ein Schirm beschattet zwar die obere Gesichtshälfte, kann die UV-Strahlung aber nicht immer vollständig fernhalten. Weiße Wände oder der Wasserspiegel reflektieren zum Beispiel die Strahlung.

**Wenn ich den Körper bedeckende Kleidung trage, kann ich auf Sonnencreme verzichten.**

**Falsch!** Der Körper ist selten komplett mit Kleidung bedeckt. Achten Sie zum Beispiel auf Gesicht und Hände!

### Creme & Co.: Nur viel ist genug

Wissen Sie wirklich, wie man sich gründlich eincremt? Viele Menschen nehmen zu wenig! Als Faustregel gilt: Körper in elf Zonen aufteilen: Kopf, oberer Rücken, unterer Rücken, Brust, Bauch, je ein Arm, Ober- und Unterschenkel. Auf Zeige- und Mittelfinger großzügig einen Streifen Creme geben – das ist die Menge pro Zone. Wichtig: Denken Sie an Scheitel und Haaransatz, Kopfhaut (kahle Stellen), Augenlider, Lippen, Nacken (auch bei langen Haaren), Ohren, Armbeugen, Kniekehlen und Fußrücken. Wenn Sie es richtig machen, ist eine 200-Milliliter-Flasche nach fünf- bis sechsmaligem Eincremen des gesamten Körpers leer.

Spray oder Creme? Je flüssiger ein Sonnenschutzmittel ist, desto weniger Substanz gelangt auf die Haut. Außerdem verteilen sich Sprays oft ungleichmäßig, sodass Schutzlücken entstehen. Die BG Verkehr empfiehlt deswegen, cremige Produkte zu verwenden.

Regelmäßiges Nachcremen sorgt für eine lückenlose Schutzschicht – verlängern kann man die Wirksamkeit des Lichtschutzfaktors damit allerdings nicht. Das heißt: Menschen mit heller Haut haben eine Eigenschutzzeit von fünf bis zehn Minuten. Bei Lichtschutzfaktor 30 werden daraus höchstens 300 Minuten, also fünf Stunden. Fachleute raten, diese Zeit nicht maximal auszuschöpfen.



# Sicherer Umgang an Bord

Die Betriebsstoffe im Maschinenraum, an Deck und in der Küche kennen alle an Bord. Aber wie erfolgt der Umgang mit diesen Stoffen? Inwieweit ist bekannt, welche Gefahren von ihnen ausgehen und wie man sich davor schützen kann?

## Kennzeichnung verstehen

Der Einsatz von Gefahrstoffen erfordert, sich mit deren Kennzeichnung zu befassen und diese zu verstehen. Die Kennzeichnung zeigt, welche Gefahren auftreten können und welche Schutzmaßnahmen man umsetzen muss.

- ▶ **Piktogramme** zeigen Gefahren an.
- ▶ **Signalwörter** „Gefahr“ kennzeichnet schwerwiegende Gefährdungen. „Achtung“ wird bei geringeren Gefährdungen verwendet.
- ▶ **H-Sätze** beschreiben die konkrete Gefahr (H = Hazard, Gefahr)
- ▶ **P-Sätze** geben Hinweise zum sicheren Umgang (P = Precautionary, Vorsorge)

Die Kennzeichnung gibt nur eine erste Orientierung. Entscheidend sind die Informationen im Sicherheitsdatenblatt. Es enthält auch Informationen zur Handhabung und Lagerung, zur persönlichen Schutzausrüstung und zur Ersten Hilfe.

## Gefahrstoffe an Bord

Gefahrstoffe werden im täglichen Schiffsbetrieb als Arbeits- und Betriebsstoffe eingesetzt. Typische Beispiele sind:

- ▶ Kraftstoffe,
- ▶ Lösungs- und Anstrichmittel,
- ▶ Rostschutz- und Entrostungsmittel,
- ▶ Reinigungsmittel, Desinfektionsmittel und Schädlingsbekämpfungsmittel,
- ▶ Schmierstoffe und Hydrauliköle,
- ▶ Kühl- und Frostschutzmittel.

## Aufnahme von Gefahrstoffen in unseren Körper

Gefahrstoffe können auf drei Wegen in den menschlichen Körper gelangen:

- ▶ über die Atemwege durch Gase, Dämpfe, Stäube und Aerosole,
- ▶ über die Haut und Schleimhäute durch Stäube und Flüssigkeiten sowie
- ▶ durch Verschlucken von Stäuben und Flüssigkeiten.

In der Folge können akute Gesundheitsschäden wie zum Beispiel Reizungen der Haut, der Augen oder der Atemwege auftreten. Bei wiederholtem Kontakt sind auch chronische Gesundheitsschäden wie Allergien oder Asthma möglich. Diese entwickeln sich oft schleichend und werden daher leicht unterschätzt.

*So viel Schutz wie  
nötig – so wenig  
Risiko wie möglich.*

### » Handschutz: Kleine Maßnahme, große Wirkung

Handschuhe schützen vor direktem Hautkontakt mit Gefahrstoffen. Es gibt keinen Handschuh, der für alle Stoffe geeignet ist, aber das Sicherheitsdatenblatt der Hersteller der Gefahrstoffe liefert wertvolle Hinweise. Die an Bord häufig verwendeten Handschuhe aus Leder schützen nur gegen mechanische Einflüsse, nicht aber gegen Chemikalien. Wählen Sie beim Umgang mit Gefahrstoffen Handschuhe aus geeignetem Material.

Typische Fehler:

- ▶ arbeiten ohne Handschuhe, weil es „nur kurz“ dauert,
- ▶ ungeeignete oder beschädigte Handschuhe verwenden oder
- ▶ verschmutzte Handschuhe weiter benutzen.

### » Atemschutz richtig einsetzen

Wenn bei Reinigungs-, Schleif- oder Anstricharbeiten Gase oder Stäube entstehen können, müssen Sie einen geeigneten Atemschutz verwenden. Das Sicherheitsdatenblatt hilft Ihnen dabei, den passenden Schutz auszuwählen. Wählen Sie Masken und Filter so aus, dass sie zu den konkreten Arbeits- und Einsatzbedingungen passen.

- ▶ Setzen Sie geeignete Gasfilter ein, wenn bei den Arbeiten gesundheitsgefährdende Gase entstehen können.
- ▶ Verwenden Sie Partikelfilter, wenn feine Stäube oder Partikel auftreten.
- ▶ Nutzen Sie Kombinationsfilter, wenn gleichzeitig Gase und Partikel entstehen.



## Verhalten und Verantwortung

Oft lassen sich Risiken mit einfachen Maßnahmen deutlich reduzieren. „Achten Sie auf die Umgebung, in der die Arbeiten durchgeführt werden sollen“, sagt Ingo Tappert, der dieses Thema regelmäßig in den Seminaren der BG Verkehr anspricht. „Sorgen Sie für gute Belüftung oder verlegen Sie Arbeiten nach Möglichkeit ins Freie.“

Achten Sie bei Arbeiten mit Gefahrstoffen besonders darauf, dass:

- ▶ während der Arbeit nicht gegessen, getrunken oder geraucht wird,
- ▶ Hände vor der Pause und nach der Arbeit gründlich mit einem Hautreinigungsmittel gereinigt und anschließend mit einem Hautpflegepräparat eingecremt werden und
- ▶ verschmutzte Kleidung sofort gewechselt wird.

„Sicherheit ist immer Teamarbeit“, sagt Tappert. „Führungsverantwortliche müssen mit gutem Beispiel vorangehen. Aber jede und jeder Einzelne trägt Verantwortung für sich und für die anderen an Bord.“ (msg)

### Umfüllen und Lagerung

- ▶ nur die unbedingt notwendige Menge bereitstellen
- ▶ geeignete Hilfsmittel wie zum Beispiel aufsetzbare Pumpen oder Trichter zum Umfüllen verwenden

Wichtig für die Lagerung:

- ▶ Gefahrstoffe nur in geeigneten Räumen lagern, in deren Nähe sich keine wirksamen Zündquellen befinden
- ▶ Gefahrstoffe in Auffangwannen stellen
- ▶ Spraydosen und Druckgaskartuschen dürfen nicht erwärmt werden, zum Beispiel durch Sonnenstrahlung
- ▶ Gefahrstoffe nur im verschlossenen Originalgebinde aufbewahren
- ▶ **Gefahrstoffe dürfen niemals in Trinkflaschen, die für die Aufbewahrung von Lebensmitteln gedacht sind, sowie in Gefäße, die mit solchen verwechselt werden können, gefüllt und in diesen gelagert werden!**

Unklare oder fehlende Kennzeichnung führt immer wieder zu gefährlichen Situationen.



#### Handbuch Binnenschifffahrt

[www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de)

Webcode: 21908833



#### Gefahrstoffverordnung

[www.baua.de](http://www.baua.de)

# Autsch!

Der Cartoon für  
mehr Sicherheit

Ich hab's  
vergessen zu  
melden, Chef. Ich  
kümmere mich  
später um das  
defekte Kabel.



## Gefahr oder Mangel sofort melden!

### Das betrifft zum Beispiel:

- defekte Maschinen oder Werkzeuge,
- beschädigte oder fehlende Schutzvorrichtungen,
- fehlerhaft verpackte oder gekennzeichnete Arbeitsstoffe sowie
- unsichere Arbeitsverfahren oder -abläufe.

Melden Sie solche Gefahren sofort Ihren Führungsverantwortlichen. Zusätzlich können Sie auch die Fachkraft für Arbeitssicherheit, die Betriebsärztin, den Betriebsarzt oder die Sicherheitsbeauftragten informieren.

Wichtig: Wenn es zu Ihrer Aufgabe gehört und Sie dafür qualifiziert sind, sollten Sie kleinere Mängel direkt beheben. **Ist das nicht möglich, müssen Sie den Mangel umgehend melden.**

Tun Sie dies rechtzeitig, helfen Sie, Unfälle zu vermeiden sowie Kolleginnen und Kollegen zu schützen. So tragen Sie aktiv zu einem sicheren Arbeitsplatz bei.

# Zu Hause arbeiten – was gilt?

„Da habe ich Homeoffice.“ Wie reagieren Sie auf diesen Satz? Nicht alle verstehen unter diesem Begriff dasselbe, einige haben Vorurteile, andere beklagen fehlendes Vertrauen. Unabhängig von persönlicher Sichtweise: Wenn es um die Organisation von Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit geht, ist eine klare Definition sehr wichtig. Niels Vinnay von der BG Verkehr gibt regelmäßig Seminare zum Thema und beantwortet hier die häufigsten Fragen.



MINIMAL

FUNKTIONAL

OPTIMAL

## **Meine Beschäftigten arbeiten auch von zu Hause. Ist das jetzt „Telearbeit“ oder „mobile Arbeit“?**

„Homeoffice“ ist ein umgangssprachlicher Begriff für das Arbeiten von zu Hause. Ob es sich dabei aus Arbeitsschutzsicht um Telearbeit oder mobile Arbeit handelt, hängt davon ab, wie der Betrieb oder das Unternehmen diese Arbeit organisiert:

**Telearbeit** findet an einem fest eingerichteten Bildschirmarbeitsplatz im privaten Umfeld der Beschäftigten statt. Der Arbeitgeber ist für die Einrichtung und Ausstattung dieses Arbeitsplatzes verantwortlich.

**Mobiles Arbeiten** ist eine Bildschirmtätigkeit an einem Ort außerhalb der Betriebsstätte (Café, Zug, Hotel, bei Familienangehörigen). Eine Form des mobilen Arbeitens kann so aussehen, dass Beschäftigte in Abstimmung mit dem Arbeitgeber zeitweilig aus dem Privatbereich arbeiten können.

## **Bin ich als Arbeitgeber bei Telearbeit für die Arbeitsplatzgestaltung zu Hause verantwortlich?**

Auf jeden Fall! Ein Telearbeitsplatz muss den Anforderungen des Anhangs 6 der Arbeitsstättenverordnung (ArbStättV) entsprechen. Technik und Mobiliar muss der Arbeitgeber zur Verfügung stellen. Die Technische Regel für Arbeitsstätten „Bildschirmarbeit“ ASR A6 gibt den Stand der Technik wieder. Wer sich daran hält, erfüllt die Anforderungen der ArbStättV. Im Anhang der ASR 6 finden sich beispielsweise die Abmessungen von Arbeitsstühlen.

## **Wie ist es bei mobiler Arbeit geregelt?**

Bei der mobilen Arbeit muss der Arbeitgeber lediglich die mobilen Arbeitsmittel zur Verfügung stellen. Für diese gelten die Anforderungen aus dem Anhang 6, Abschnitt 6.4 der ArbStättV.

### Brauche ich eine Gefährdungsbeurteilung und eine Unterweisung?

Beim regelmäßigen Arbeiten von zu Hause sind Gefährdungsbeurteilung und Unterweisung Pflicht, egal ob Telearbeit oder mobile Arbeit. Grundlage dafür ist die ArbStättV (§3) bei **Telearbeit**, beim **mobilen Arbeiten** ist es das Arbeitsschutzgesetz (§5). Übrigens: Aus der Gefährdungsbeurteilung kann sich auch ergeben, dass ein Arbeiten von zu Hause mit Blick auf Sicherheit und Gesundheit für die Beschäftigten nicht infrage kommt.

### Muss ich etwas schriftlich vereinbaren, wenn meine Beschäftigten von zu Hause arbeiten?

**Telearbeitsplätze** werden vom Arbeitgeber fest eingerichtet. Das muss mit Angaben zu festen Arbeitstagen und -zeiten schriftlich geregelt sein (Arbeitsvertrag oder Vereinbarung).

Für **mobile Arbeit** ist eine Betriebsvereinbarung empfehlenswert. Darin sollten die Ziele dieser Arbeitsform und die Anforderungen an den Arbeitsschutz beschrieben sein, zum Beispiel, dass man Beruf und Privatleben besser vereinen oder Berufspendeln vermeiden möchte. Oder es müssen Beschäftigte nach längerer Krankheit wiedereingegliedert werden.

Mehr  
zum  
Thema

### Seminare und Medien zur Büroarbeit

Der Titel „Büroarbeit im Wandel“ verrät es: Das Seminar richtet sich an alle Beschäftigten, die auf die Veränderungen in der Arbeitswelt Büro reagieren müssen. Dazu gehört nicht nur das Thema „Homeoffice“, sondern auch „Desksharing“ und andere Formen der modernen Büroarbeit. Mit dem Seminar hilft die BG Verkehr, sich in den zahlreichen rechtlichen Rahmenbedingungen zurechtzufinden. Gleichzeitig bekommen die Teilnehmenden praktische Hilfestellungen, zum Beispiel zur ergonomischen Arbeitsplatzgestaltung und zu Bewegungsübungen. Auch die Beurteilung der psychischen Belastungen ist ein Thema. Wesentliche Bestandteile des Seminars sind die aktive Gruppenarbeit, der Erfahrungsaustausch und die Vernetzung der Teilnehmenden untereinander.



#### Seminar „Büroarbeit im Wandel“

Seminarnummer 115  
www.bg-verkehr.de  
Webcode: 20279827



#### Arbeiten im Homeoffice

Fachbereich Aktuell FBVW-402  
www.dguv.de  
Webcode: p021569



#### ASR A6 Bildschirmarbeit

Technische Regel für Arbeitsstätten  
www.baua.de



#### Check-up Homeoffice

Praxishilfe des Instituts für Arbeit und Gesundheit der DGUV  
www.dguv.de | Webcode: p021663

Mobiles Arbeiten hat viele Gesichter und sollte je nach Art und Dauer entsprechende Standards erfüllen.

**Minimal:** für kurze, einfache Aufgaben zwischendurch geeignet.

**Funktional:** für regelmäßiges, auch mehrtätiges Arbeiten gut nutzbar.

**Optimal:** für dauerhaft ergonomisches Arbeiten ausgelegt.

© VBG Office Team

### Das gehört in eine Unterweisung fürs „Homeoffice“

- ▶ Wie sind Arbeitszeiten und Erreichbarkeit sowie Arbeits- und Ruhepausen geregelt?
- ▶ Wer sind die Ansprechpartner für Fragen der Arbeitssicherheit im Betrieb?
- ▶ Wie muss ein ergonomisch gestalteter Arbeitsplatz aussehen?
- ▶ Wie nutzen die Beschäftigten die bereitgestellten Arbeitsmittel richtig?
- ▶ Wie nimmt man eine ergonomische Sitzhaltung ein und warum ist das häufige Wechseln von Sitzpositionen (dynamisches Sitzen) wichtig?
- ▶ Wie lüften und beleuchten die Beschäftigten den Arbeitsplatz richtig?
- ▶ Wie lassen sich kurze Bewegungspausen als sinnvolle Unterbrechungen der Arbeit einbauen?

© Freepik

# Können „Sifas“ einen Unfall verhindern?

„Auf jeden Fall“, sagen unsere Interviewpartner. Drei erfahrene Fachkräfte für Arbeitssicherheit (Sifa) sprechen darüber, was den Alltag mitunter schwierig macht und welche Strategien zum Erfolg führen.

**Wenn Sie nur eine Eigenschaft nennen dürften: Welche ist für den Job unverzichtbar?**

**Klaus\*:** Kommunikativ sein: Wer ein Gefühl dafür bekommen will, was los ist, erfährt vieles im Dialog. Man sollte nie als „Besserwisser“ auftreten.

**Nina\*:** Man braucht Durchsetzungsvermögen und die Fähigkeit, Maßnahmen auf ihre Machbarkeit zu überprüfen.

**Jan\*:** Ich sage immer, eine gute Sifa hat so ein dickes Fell, dass sie auch ohne Knochen stehen kann.

**In welchen Situationen ist Ihre Einschätzung besonders gefragt?**

**Nina:** Vor allem bei den Basics des Arbeitsschutzes, also Gefährdungsbeurteilung, Änderung von Arbeitsprozessen, Beschaffung von neuen Arbeitsmitteln, Regelkonformität.

**Klaus:** Oft geht es auch um die Einführung neuer Produkte, etwa Chemikalien oder Sicherheitsequipment.

**Haben Sie schon einmal zugunsten der Arbeitssicherheit während einer laufenden Tätigkeit eingegriffen und jemanden zur Rede gestellt?**

**Jan:** Immer wieder kritisiere ich, dass die erforderliche PSA nicht getragen wird oder die notwendige Schutzkleidung nicht vorhanden ist. Auch bei Leitern gibt es oft Handlungsbedarf ...

**Klaus:** ... oder der Bohrfutterschutz an der Bohrmaschine fehlt ...

**Nina:** ... bei Beleuchtung und Sonnenschutz im Büro zum Beispiel – bis hin zu Einlagen bei Sicherheitsschuhen.

**Und wurde auf Ihre Veranlassung hin etwas geändert?**

**Klaus:** Selbstverständlich – ich spreche das Fehlverhalten vor Ort sofort an und gebe außerdem an die richtige Stelle weiter, was ich gesehen und erlebt habe. Bei Bedarf folgt

*Als Sifa muss ich gut argumentieren und dabei gelassen und freundlich bleiben.*



daraus kurzfristig eine anlassbezogene Unterweisung.

**Nina:** Eine gewisse Routine ist die Anpassung der PSA. Aber ich war auch schon in die Untersuchung eines sehr schweren Arbeitsunfalls eingebunden, die zu baulichen Veränderungen führte. So etwas geschieht natürlich im Dialog mit der Schiffsführung.

**Wie ist der Austausch mit den Beschäftigten und zwischen Sifa und Sibe?**

**Jan:** Gut – und nur so funktioniert es meiner Ansicht nach. Sind die Mitarbeitenden in Veränderungsprozesse eingebunden und bei der Lösungssuche dabei, ist die Akzeptanz für das Thema Arbeitsschutz da.

**Nina:** Bei einigen Akteuren ist das Rollenverständnis noch nicht so gefestigt. (lächelt) Wichtig ist die persönliche Begegnung, denn bei Begehungen und bei Fragen kommt man sich näher. Auch die Beratungen und Impulse kommen gut an.

**Klaus:** Bei den regelmäßigen Audits an Bord führe ich intensive Gespräche mit der Schiffsbesatzung und auch mit Sicherheitsbeauftragten.

**Welche Hindernisse erleben Sie im Alltag?**

**Jan:** Der Klassiker ist: „Das haben wir schon immer so gemacht.“ Diese Personen umzustimmen und zu Neuem zu bewegen, ist eine der größten Herausforderungen.

**Klaus:** Es dauert definitiv, bis sich neue Schutzmaßnahmen an Bord etablieren. Wenn wir zum Beispiel einführen, dass bei der Lotsenübernahme an der Pforte eine Arbeitssicherheitsweste getragen werden soll, klappt das nicht ohne Kontrolle.

**Nina:** Eine weitere Herausforderung ist die „Ferne“: Das Seeschiff ist weltweit unterwegs, deswegen dauern manche Prozesse länger als im Landbetrieb. Anspruchsvoll sind außerdem die unterschiedlichen Schiffsklassen und Anforderungen der Flaggenstaaten.



„Im Dialog mit der Sifa finde ich praxistaugliche Lösungen, ohne beim Arbeitsschutz Kompromisse zu machen.“

**Alexander Engel**

Aufsichtsperson bei der BG Verkehr

„Riskantes Fehlverhalten kann ich im Austausch mit Sifa und Sibe oft besser analysieren, weil sie die Abläufe an Bord gut kennen.“

**Hannes Riemenschneider**

Aufsichtsperson bei der BG Verkehr

© Gettyimages | Luis Alvarez

## Sicherheitsbeauftragte sind eine wertvolle Unterstützung, weil sie den Alltag an Bord kennen.

### Wie äußern Sie konstruktive Kritik, ohne Ihr Gegenüber zu verärgern?

**Nina:** Möglichst entspannt und freundlich: Ich biete Lösungen als Vorschlag an, indem ich sage, dass wir etwas ausprobieren können.

**Jan:** Genau, ich sage oft: Ich hab da eine Idee, lass uns doch mal schauen, ob das vielleicht schon eine Lösung ist.

### Gibt es Probleme, wenn sich eine Kritik an Führungskräfte richtet?

**Jan:** Ja und nein. Es kommt darauf an, wen man vor sich hat. Einige fühlen sich in ihrer Autorität verletzt. Andere hören sich meine Vorschläge gern an. Am Ende findet man aber immer eine Lösung.

**Nina:** Als Sifa muss ich gut argumentieren, aber die letzte Entscheidung haben natürlich die Verantwortlichen im Betrieb.

**Klaus:** Wenn nötig erinnere ich daran, dass Führungskräfte eine Vorbildfunktion haben!

### Gibt es Situationen, in denen Sie wütend oder frustriert sind?

**Klaus:** Ich musste anfangs erst in die Aufgabe hineinwachsen, mich gut organisieren und einen Weg finden, meine Vorhaben umzusetzen. Mit der Zeit gewinnt man einen Überblick, kennt die Prozesse und weiß, wen man ansprechen muss. Es ist manchmal belastend, gegen unnötige Widerstände zu kämpfen.

**Jan:** Wenn ich trotz ständiger Hinweise immer wieder den gleichen Mangel finde. Ein typisches Beispiel dafür ist die Lagerung von Chemikalien oder Ölen in Trinkflaschen!

**Nina:** Die Aufgabe als Sifa ist sehr interessant, aber man muss dafür geschaffen sein. Man kann nicht immer allen gerecht werden und man muss Rückschläge in Kauf nehmen. Auch die Tatsache, dass man nicht sofort das Ergebnis seiner Arbeit sehen kann, muss man akzeptieren. Langfristig sieht man den Erfolg, wenn man merkt, dass Unfälle ausbleiben und sichere Arbeitsverfahren sich etablieren. Wenn man am Ball bleibt, wird es auch gut.

### Glauben Sie, dass Sifas und Sicherheitsbeauftragte wichtig sind, um Arbeitsunfälle zu verhindern?

**Nina:** Selbstverständlich. Auf den gesunden Menschenverstand kann man sich nicht immer verlassen – oder anders gesagt: Manchmal sehen die Leute den Wald vor lauter Bäumen nicht, weil sie so stark in ihre Tätigkeit eingebunden sind und Gefährdungen übersehen. Es besteht sehr viel Beratungsbedarf.

**Klaus:** Es gibt gesetzliche Vorgaben, die darauf abzielen, Unfälle zu verhüten. Trotzdem wissen die Verantwortlichen nicht immer genau, welche Verpflichtungen sie haben. Fachkräfte für Arbeitssicherheit und Sicherheitsbeauftragte sind vor Ort und sehen, was wirklich los ist. Man kann als Sifa allerdings nicht überall sein. Daher sind die Sicherheitsbeauftragten, die oft mit an Bord arbeiten, wichtige Helfer vor Ort.

**Jan:** Arbeitsschutz muss gelebt werden, das funktioniert nur mit Fachleuten! Die Sicherheitsbeauftragten sind sehr wichtig als ständige Beobachter vor Ort und verlängertes Sprachrohr der Sifas.

Die Gespräche führten unsere Aufsichtspersonen Alexander Engel und Hannes Riemenschneider.

# „Hier geht es um euch!“

Auf den Menschen hinter dem Lenkrad kommt es an, sagt Torsten Brendler. Der Fahrtrainer schult regelmäßig Bus- sowie Lkw-Fahrerinnen und -Fahrer, um Ihnen die Möglichkeiten und Grenzen ihrer Fahrzeuge bewusst zu machen. Die BG Verkehr fördert solche Fahrsicherheitstrainings. Eines davon haben wir besucht.

**M**it voller Kraft tritt Martin Ceral auf die Bremse. Kreischend rutschen die Reifen über den Asphalt. Das Heck des Aufliegers kommt näher und näher. Aber der Lkw ist immer noch viel zu schnell. 50 km/h, 40. Immer noch über 30!

„Du kannst jetzt aussteigen“ – als die Zugmaschine zum Stehen kommt, meldet sich Trainer Torsten Brendler über Funk. Es riecht nach Gummi. Ceral kommt zurück zur Gruppe. „Wie schnell warst du noch, als du neben dem Auflieger warst?“ – „Etwa 37 km/h!“ – „Seht ihr“, sagt Brendler zur Gruppe, „so viel zum Abstand innerorts.“ Der Fahrtrainer hat auf dem Übungsgelände in der Nähe von Leipzig ein Szenario aufgebaut: Zwei Sattelzüge stehen hintereinander mit einem Abstand von 10 Metern. In der Spur daneben soll ein Teilnehmer mit 50 km/h heranfahren und auf Höhe der hinten stehenden Zugmaschine eine Gefahrenbremsung machen.

Daraufhin rutschte Cerals Lkw selbst bei trockener Fahrbahn eine Fahrerhauslänge am Heck des vorn stehenden Aufliegers vorbei. Erkenntnis: Der Abstand der beiden Fahrzeuge war viel zu gering, ein Aufprall mit rund 30 km/h wäre die Folge gewesen. Nachdenkliches Schweigen in der Gruppe. Alle wissen, wie schnell man mit genau so einem Abstand im Alltag unterwegs ist. Und das nicht nur bei 50 km/h, auch bei höheren Geschwindigkeiten von 80 km/h und mehr auf Autobahnen ist der Abstand oft viel zu gering. Auch Brendler weiß das – und will genau dort ansetzen. „Seid jederzeit wach, hinterfragt eure Gewohnheiten. Dabei kann ich euch heute helfen!“

## Ein Training, das selbst Erfahrene beeindruckt

Zwölf Teilnehmer sind an diesem Samstag in das ADAC Fahrsicherheitszentrum Leipzig-Halle gekommen. Alle fahren für die Transport- und Speditionsgesellschaft

**»Seid jederzeit hellwach und hinterfragt eure Gewohnheiten!«**

**Torsten Brendler**

Fahrtrainer im ADAC Fahrsicherheitszentrum Leipzig-Halle



Nach dem Start im Seminarraum (Bild oben) gibt Torsten Brendler am Fahrzeug Tipps, unter anderem zur Spiegeleinstellung (rechts).



Schwarze Pumpe (TSS) aus Spremberg, die meisten haben jahrelange Erfahrung am Steuer großer Fahrzeuge, bei einigen sind es Jahrzehnte. Doch auch diejenigen, die ihr Fahrzeug gut kennen, erleben es heute noch einmal ganz anders. Thomas Ntompres fährt seit den 1980er-Jahren Lkw, war lange Zeit im Nahverkehr unterwegs. Jetzt fährt er Tankauflieger. „Es ist mein erstes Fahrtraining und ich bin beeindruckt. Obwohl ich schon viel erlebt habe – hier kann ich noch eine Menge mitnehmen.“ >>



Alles geben: Fahrer Martin Ceral bremst seine Zugmaschine mit aller Kraft von 50 km/h bis zum Stillstand.

## So kommen Sie an unseren Zuschuss

Bis zu 80 Euro gibt die BG Verkehr pro Person für Fahrsicherheitstrainings dazu. Dafür buchen die Mitgliedsunternehmen ein Fahrsicherheitstraining bei einem externen Anbieter und stellen bei uns online den Antrag auf einen Zuschuss. Wichtig: Der Antrag muss spätestens drei Wochen vor dem Trainingstag eingehen. Nach dem abgeschlossenen Fahrsicherheitstraining zahlt die BG Verkehr das Geld aus. Das Verfahren läuft komplett digital. Auf unserer Internetseite finden Sie alle Details und die Förderbedingungen.



**Jetzt die Förderung für ein Fahrsicherheitstraining beantragen**

[www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de)

Webcode: 20954048

„Voll draufbleiben!“ – über Funk gibt Torsten Brendler Anweisungen und Feedback.



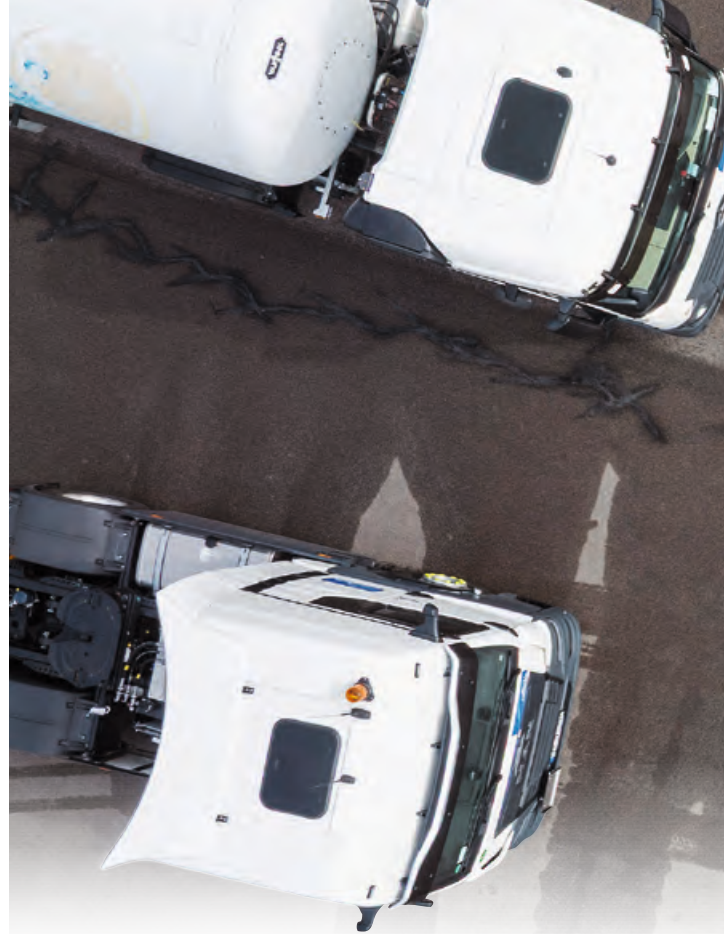
## »Ich habe schon viel erlebt – aber hier nehme ich noch eine Menge mit.«

**Thomas Ntompre**  
Fahrer bei der TSS

Wenn Trainer Brendler spricht, hört man sofort, dass sein Herz für die Verkehrssicherheit schlägt. Hauptberuflich ist er Fahrlehrer bei einem Nahverkehrsunternehmen und auch dort für Schulungen zuständig. Er kennt die Sorgen und Nöte der Fahrerinnen und Fahrer und weiß: Theorie allein hilft nichts. „Der Job als Fahrtrainer ist so etwas wie das i-Tüpfelchen. Das macht man nur, wenn man das Thema lebt.“

### **Vor dem Training: Richtig einsteigen, gut sitzen**

Nach einer Einleitung ins Thema mit ein paar handfesten Zahlen und einigen erschütternden Unfallschilderungen geht es direkt raus an die Fahrzeuge. Vier Tankauflieger und zwei Solo-Zugmaschinen aus dem TSS-Fuhrpark stehen heute zur Verfügung. Toter Winkel, Sitzeinstellung und das richtige Einsteigen demonstriert Brendler kurz und prägnant, bindet die Fahrergruppe immer wieder aktiv ein. Dann heißt es: Ans Lenkrad! Neben den Bremsmanövern üben die Fahrer auch das Ausweichen auf trockener und nasser Fahrbahn. Brendler ist vor allem wichtig, dass alle mitbekommen, wie der komplette Sattelzug sich in außergewöhnlichen Situationen verhält.



„Mit Auflieger zu fahren ist euer tägliches Geschäft – dann sollt ihr auch erfahren, wie sich das anfühlt.“

Natürlich steht die Sicherheit dabei im Vordergrund. Langsam tasten sich die Fahrer an eine Maximalgeschwindigkeit heran – auf trockener Fahrbahn sind es am Ende 65 km/h, auf nasser Fahrbahn ist bei 30 km/h Schluss. „Hier soll heute nichts und niemand zu Schaden kommen“, betont Brendler. Die Kraft, mit der Fahrer und Beifahrer bereits bei diesen Geschwindigkeiten durch-

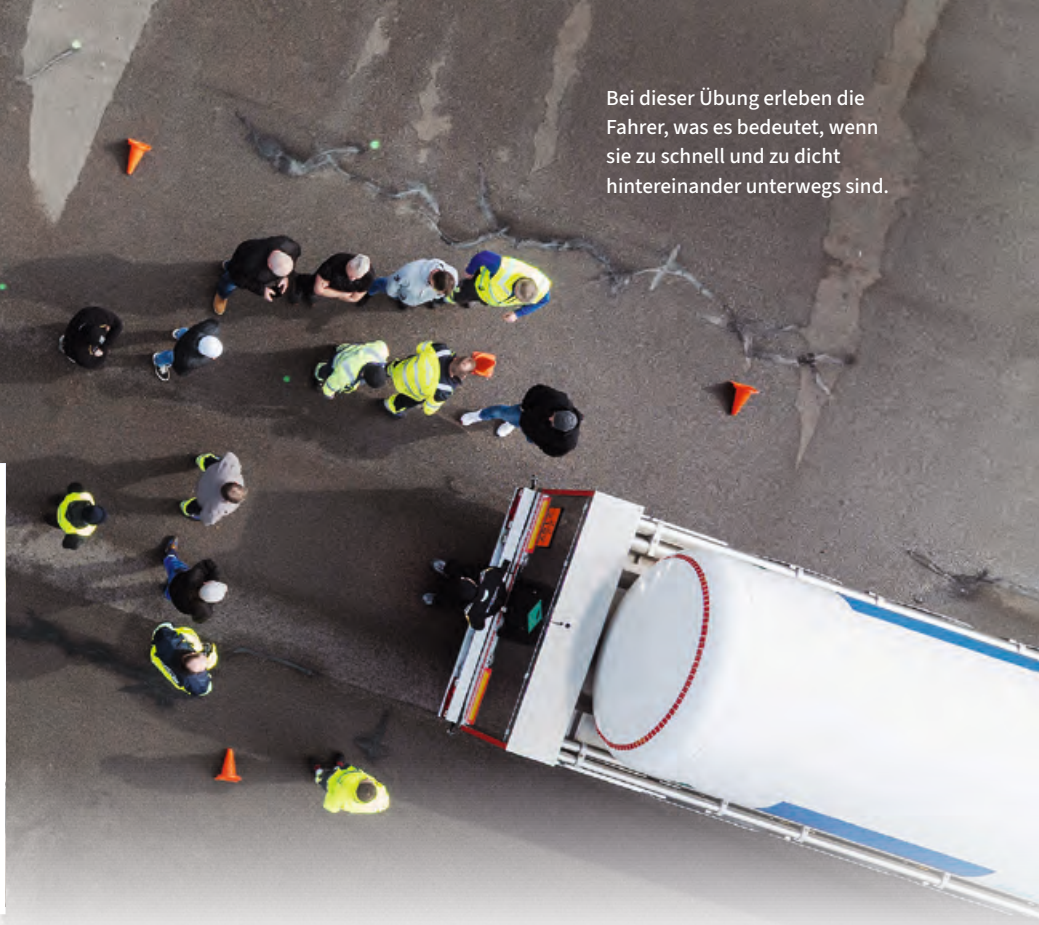


Das richtige Ein- und Aussteigen (unten) gehört genauso zum Training wie das Bremsen bei Aquaplaning (links).



Bei dieser Übung erleben die Fahrer, was es bedeutet, wenn sie zu schnell und zu dicht hintereinander unterwegs sind.

Torsten Brendler erklärt das Verhalten der Lkw beim Bremsen auf rutschigem Untergrund.



geschüttelt werden, reicht auch so schon aus, um bei den Teilnehmern bleibende Eindrücke zu hinterlassen. Wer gerade nicht selbst am Steuer sitzt, macht Aufnahmen mit dem Smartphone. Doch die persönliche Erfahrung des heutigen Tages lässt sich nicht durch einen Videoclip ersetzen. Was bleiben soll, fasst Brendler so zusammen: „Denkt in erster Linie an euch und eure Sicherheit. Die ganze Technik hilft euch dabei, euren Job gut zu machen. Aber wenn die 30 Zentimeter zwischen Sitz und Lenkrad – nämlich ihr! – nicht funktionieren, dann funktioniert nichts. Ihr habt es letztendlich in der Hand.“

Text: Moritz Heitmann

Fotos: Sebastian Vollmert



Deshalb ist Spiegeleinstellen so wichtig: Mit farbigen Schnüren demonstriert Torsten Brendler den toten Winkel der einzelnen Spiegel.

## Das sagt die TSS zum Training

### Warum nehmen Sie an Fahrsicherheitstrainings teil?

Einige unserer Auftraggeber geben uns vertraglich vor, dass wir die für diese Unternehmen zugeteilten Fahrerinnen und Fahrer regelmäßig praktisch und theoretisch trainieren. Seit 15 Jahren finden die Trainings regelmäßig statt.

### Wie aufwendig ist es, die Trainings neben dem normalen Fahrbetrieb zu organisieren?

Da wir 24/7 für unsere Kunden, also auch am Wochenende im Einsatz sind, stellt uns das vor Herausforderungen. Dazu kommt die Anreise mit unseren eigenen Fahrzeugen, die dann ausfallen. Und das Training ist natürlich Arbeitszeit, die in den darauffolgenden Wochen ausgeglichen werden muss. Aber das ist es uns wert, denn wir merken, dass solche Trainings unsere Fahrerinnen und Fahrer motivieren.

### Wie ist denn die Resonanz der Teilnehmenden?

Zu Beginn ist die Erwartungshaltung eher gering, das ändert sich aber sofort auf der Teststrecke. Seinen eigenen Lkw bis an die technischen Grenzen zu bringen, finden alle hochinteressant und die meisten sind mit Spaß dabei. Was es ausmacht, auf verschiedenen Fahrbahuntergründen, mit unterschiedlichen Reifen und Fahrgestellen zu fahren, lässt so manchen „alten Hasen“ noch erstaunen. Wegen der positiven Erfahrungen planen wir, dass künftig alle Fahrerinnen und Fahrer im Unternehmen an den Fahrtrainings teilnehmen.

© BG Verkehr | Sebastian Vollmert



IHRE FRAGE:

***Ich habe gehört, dass sich bei uns immer mehr Insekten ausbreiten, die gefährliche Krankheiten übertragen. Stimmt das?***

### **Unsere Antwort von Dr. Kerstin Einsiedler, Arbeitsmedizinerin bei der BG Verkehr**

Auf jeden Fall! Gemeint sind hier die Arbovirose, also Krankheiten, die von einigen Insekten auf Menschen übertragen werden. Bekannt ist zum Beispiel die Übertragung der Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME) durch Zecken. Relativ neu ist ein Infektionsrisiko mit tropischen Krankheiten: Die inzwischen heimisch gewordene Asiatische Tigermücke (> siehe Bild) kann das Chikungunya-, Dengue- oder Zika-Virus übertragen. Hier steht am Anfang ein kranker Reiserückkehrer, den eine Mücke sticht. Die Krankheitserreger vermehren sich nun in der Mücke. Mit jedem Stich überträgt sie ein Mückenleben lang das Virus – fertig ist das lokale Ausbruchsgeschehen. Unsere einheimische

Stechmücke kann über Zugvögel das West-Nil-Virus aufnehmen und an Menschen weitergeben.

All diese Erkrankungen machen grippeähnliche Symptome von mild bis schwerkrank und bleiben daher oft unerkannt. Der Einfluss von Klimawandel und Tagestemperaturen auf die Verbreitung ist komplex: Erste tropische Viren sind an bestimmten Mückenbrutplätzen in Mitteleuropa bereits dauerhaft anzutreffen. Mücken nutzen stehendes Wasser zur Eiablage – dazu reichen auch kleine Mengen im eigenen Garten. Die Auflösung der Brutplätze und der persönliche Insektenschutz sind deswegen besonders wichtig.

## **Vibrationen als Gesundheitsrisiko**

Ist der menschliche Körper regelmäßig mechanischen Schwingungen ausgesetzt, können Knochen, Gelenke und Gefäße Schaden nehmen. Vibrationen entstehen zum Beispiel in Transportmitteln, Maschinen, Werkzeugen oder Gebäuden. Die BG Verkehr informiert in einem Themenschwerpunkt im Internet über Risiken sowie Möglichkeiten zur Prävention und beantwortet häufig gestellte Fragen.



**Themenschwerpunkt  
Vibrationen**

[www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de)  
Webcode: 19869907



## **Gesundheits-Check-up schafft Klarheit**

Wer gesetzlich krankenversichert ist, hat ab 35 alle drei Jahre Anspruch auf einen Gesundheits-Check-up, um Risiken für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Typ-2-Diabetes früh zu erkennen. Auch Untersuchungen zur Früherkennung bestimmter Krebsarten gehören je nach Lebensalter zum kostenfreien Leistungsangebot der Krankenkassen.

Obwohl 84 Prozent der Deutschen Vorsorge für wichtig halten, nutzt sie nicht einmal die Hälfte regelmäßig (42 Prozent). Laut einer YouGov-Umfrage gehen nur 34 Prozent der Männer zur Vorsorge, bei den Frauen sind es 49 Prozent.



## Kühlen und kochen

Im Sommer vermehren sich Salmonellen und Bakterien besonders schnell, denn sie lieben warme Temperaturen. Verdorbene Lebensmittel können zu einer Vergiftung führen – mögliche Anzeichen sind Bauchkrämpfe, Durchfall, Übelkeit und Erbrechen. Das Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit rät, bereits beim Transport auf ausreichende Kühlung zu achten. Eier, Fisch und Fleisch sollte man nur gut durchgekocht genießen, also bei mindestens 70 Grad Celsius gründlich garen, um Krankheitserreger zuverlässig abzutöten. Nach dem Kochen nicht warmhalten, sondern direkt essen oder wieder kühl stellen. Außerdem wichtig: Rühr- und Spiegeleier durchbraten, Frühstückseier mindestens fünf Minuten kochen, frischen Fisch erst essen, wenn er undurchsichtig und leicht zerteilbar ist. Um Infektionen zu vermeiden, sollte man penibel auf Sauberkeit achten sowie rohe und gekochte Lebensmittel strikt voneinander trennen.

[www.bvl.bund.de](http://www.bvl.bund.de)

## Rente statt Job

Arbeitsbelastung, Stress und hohe körperliche Beanspruchung sind die Hauptgründe dafür, dass Erwerbstätige vorzeitig aus dem Berufsleben ausscheiden. Dies ergab eine repräsentative Umfrage des Meinungsforschungsinstituts forsa im Auftrag der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). Veröffentlicht wurden die Daten im jährlich erscheinenden DGUV Barometer Arbeitswelt. Die Publikation steht 2026 unter dem Leitthema „Krisenresilienz“.



**DGUV Barometer  
Arbeitswelt 2026 – Krisenresilienz**  
[www.dguv.de](http://www.dguv.de)  
Webcode: p022474



## KI und Psyche

Menschen, in deren Arbeitsumfeld künstliche Intelligenz zum Einsatz kommt, empfinden dies oft nicht nur als Bereicherung. Die Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung beleuchtet im Magazin „DGUV forum“, woran man bei der Einführung denken sollte.



**DGUV forum**  
Psychische Belastung durch  
Künstliche Intelligenz  
<https://forum.dguv.de>

## Arbeiten weltweit

Die Broschüre „Arbeiten weltweit – Sozialversicherung und Haftung im Blick“ bietet einen Überblick über die wichtigsten Regelungen beim internationalen Einsatz von Beschäftigten. Sie informiert über das anwendbare Sozialversicherungsrecht, klärt Haftungsfragen und zeigt auf, wie Unternehmen und Beschäftigte sich absichern können.



**Arbeiten weltweit –  
Sozialversicherung und  
Haftung im Blick**  
[publikationen.dguv.de](http://publikationen.dguv.de)  
Webcode: p022833

## Aushang Erste Hilfe

Wenn es drauf ankommt, hat man wenig Zeit zum Überlegen. Das Erste-Hilfe-Plakat der gesetzlichen Unfallversicherung zeigt die wichtigsten Maßnahmen. Erhältlich in Deutsch und vielen weiteren Sprachen.



**Erste Hilfe (Plakat, DIN A2)**  
DGUV Information 204-001  
[www.dguv.de](http://www.dguv.de)  
Webcode: p204001

# Beitragsfuß sinkt für 2025

Im April verschickt die BG Verkehr zwei Bescheide:  
einen für den Umlagebeitrag 2025 und einen  
für den Vorschussbeitrag 2026.



## Beitrag bedeutet Solidarität

Die Finanzierung der Berufsgenossenschaften basiert auf dem Solidarprinzip: Alle Unternehmen zahlen ein, sodass alle Versicherten dieselbe Leistung erhalten können. Dabei müssen die Berufsgenossenschaften kostendeckend arbeiten, ohne Gewinnorientierung.



## Warum versichert?

Damit Unternehmen für verunfallte Mitarbeitende nicht haften müssen, übernimmt die BG Verkehr die Kosten. Diese umfassen nach einem Arbeitsunfall alle notwendigen Maßnahmen rund um die Heilbehandlung, Rehabilitation und Entschädigung der verletzten oder erkrankten Person. Ziel ist es, dass die Versicherten wieder in ihrem Beruf arbeiten können. Ist der Fall so schwer, dass dies nicht mehr möglich ist, finanziert die BG Verkehr Umschulungen oder bei dauerhaften Schäden eine Rente. Unternehmen müssen für diese kostenintensiven Heilbehandlungen nicht aufkommen. Sie sind durch ihren jährlichen Beitrag befreit, selbst wenn die Kosten des Unfalls die Höhe des Beitrags übersteigen.

## Berechnung erklärt

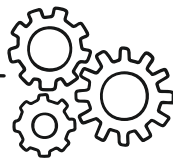
$$\frac{\text{Entgelte}^* \times \text{Gefahrklasse} \times \text{Beitragsfuß}}{1.000} = \text{Beitrag}$$

\*Lohnsumme oder Versicherungssumme

- ▶ **Entgelte** sind die Bruttoentgelte der Beschäftigten, die von den Unternehmen mit dem Entgeltnachweis gemeldet wurden.
- ▶ Die **Gefahrklasse** steht für das Unfallrisiko im Unternehmen. Je höher das Risiko, desto höher ist die Gefahrklasse und damit auch der Beitrag. Über die Gefahrklasse wird der Beitrag risikogerecht verteilt.
- ▶ Der **Beitragsfuß** errechnet sich aus den Entgelt- und Versicherungssummen, den Gefahrklassen und den Aufwendungen der BG Verkehr des abgelaufenen Jahres. Er wird jährlich vom Vorstand neu festgesetzt und ist für alle Beitragspflichtigen gleich.

## Beiträge unterschiedlich hoch

Der jährliche Beitrag wird individuell nach den Entgelten der Beschäftigten in den Unternehmen, dem Beitragsfuß und der Gefahrklasse festgesetzt. Zudem hat die Anzahl der Arbeitsunfälle in einem Unternehmen Einfluss. Bei wenigen Unfällen bekommen Unternehmen unter bestimmten Bedingungen einen Nachlass. Die BG Verkehr muss allerdings einen Zuschlag erheben, sobald ein Unfall gemeldet wird. Die Höhe hängt von der Anzahl und Schwere der Arbeitsunfälle ab.



### Weitere Informationen zum Beitrag

[www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de)

Webcode: 16486615

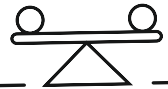


## Nachlass erhalten

Unternehmen erhalten einen Nachlass von maximal fünf Prozent auf den Beitrag zur Arbeitnehmerversicherung und 25 Prozent auf den Beitrag zur Unternehmensversicherung sowie Zusatz- und freiwilligen Versicherung. Dabei müssen folgende drei Kriterien beachtet werden:

- ▶ Das Unternehmen bzw. der oder die Versicherte gehört seit drei vollen Umlagejahren zur BG Verkehr.
- ▶ Es wurden keine Arbeitsunfälle berücksichtigt.
- ▶ Der Mindestbeitrag von 62 Euro wird durch die Nachlassgewährung nicht unterschritten.

Die Anzahl der Arbeitsunfälle in einem Unternehmen wirkt sich also auf den Beitrag aus – das reicht von einem Nachlass in maximaler Höhe über einen reduzierten Nachlass bis hin zu Zuschlagszahlungen. Ausgenommen von Zuschlagszahlungen ist die Zusatzversicherung.



## Lastenverteilung hilft

Die Lastenverteilung ist ein Finanzausgleich unter den gewerblichen Berufsgenossenschaften zur Entlastung der Branchen, die von Strukturveränderungen besonders betroffen sind. Der Vorstand hat den Beitragsfuß für die Lastenverteilung nach Entgelten für 2025 bei 1,90 je 1.000 Euro Arbeitsentgelt festgesetzt.

Der Lohnsummen-Freibetrag für das Jahr 2025 beträgt 270.000 Euro. Bis zu dieser Lohnsummengrenze besteht für die Mitgliedsunternehmen der BG Verkehr bei dieser Umlage keine Beitragspflicht. Damit werden kleinere Unternehmen vor zusätzlichen finanziellen Belastungen geschützt.



## In Raten bezahlen

Fast immer wird die Beitragsforderung auf elf Monatsraten aufgeteilt. Die Raten sind vom 15. Mai 2026 bis zum 15. März 2027 fällig. Beachten Sie also, dass die Vorschussraten für 2026 auch noch in 2027 fällig sind. Am einfachsten ist ein Lastschriftmandat, dann brauchen Sie sich um die Fristen nicht zu kümmern.

Durch den Iran-Krieg sind die Kraftstoffpreise gestiegen. Um Liquiditätseingüssen entgegenzuwirken, bewilligt die BG Verkehr auf Anfrage eine Stundung. Dafür sind keine Sicherheitsleistungen erforderlich (bis 31. Juli 2026). Auch erhebt die BG Verkehr keine Stundungszinsen (bis 31. Dezember 2026). Dies gilt nur für neu festgestellte Forderungen aus den Bescheiden ab dem 12. April 2026.



## Umlage 2025

Anzahl der Unternehmen am 31.12. ....	215.446
Gesamtentgelt ..... (Lohn- und Versicherungssummen)	51,99 Mrd. €
Umlageforderung .....	796,7 Mio. €
Beitragsfuß ..... (inklusive Lastenverteilung nach Neurenten)	2,70
Umlageforderung Lastenverteilung ..... nach Entgelten	71,1 Mio. €
Beitragsfuß Lastenverteilung ..... nach Entgelten	1,90
Freibetrag Lastenverteilung ..... nach Entgelten	270.000 €



## Abschaffung der Durchschnittsheuer

Zum 1. Januar 2027 wird die Durchschnittsheuer (D-Heuer) aufgrund eines Beschlusses des Bundestags abgeschafft. Für die Umlagejahre 2025 und 2026 bilden die D-Heuern weiterhin die Grundlage zur Beitragsberechnung des seemannischen Personals. Ab dem 1. Januar 2027 basiert die Beitragsberechnung auf der Grundlage des tatsächlichen Arbeitsentgelts. Wir werden die Mitgliedsunternehmen im Laufe des Jahres regelmäßig informieren.

Franziska Lentz  
Stellvertretende Leiterin der Abteilung für Mitgliedschaft  
und Beitrag bei der BG Verkehr

## SPRECHSTUNDE

# Heute wird es heiß!

Hohe Temperaturen belasten alle Menschen – und ganz besonders diejenigen mit Gesundheitsproblemen. Unsere Arbeitsmedizinerin Dr. Kerstin Einsiedler beantwortet typische Fragen.

**Ayla, 22, ist Assistentin der Geschäftsführerin einer Möbelspedition, im dritten Monat schwanger: „Ich bin in letzter Zeit oft müde und vertrage es bei Hitze schlecht, wenn das Büro so heiß ist. Gelten für Schwangere besondere Regeln?“**

Liebe Ayla, zunächst gelten für Sie als Schwangere die gleichen Regelungen zur Temperatur im Büro wie für alle Beschäftigten. Handlungsbedarf besteht bei Temperaturen von 26 bzw. 30 Grad Celsius (Vorgaben aus der Technischen Regel für Arbeitsstätten – ASR A3.5 „Raumtemperatur“). **Benötigen Sie gesundheitlich schon bei niedrigeren Temperaturen Kühlungsmaßnahmen, sollten Sie zuerst ein aussagekräftiges Attest von Ihrem betreuenden Arzt ausstellen lassen.** Überlegen Sie dann mit Ihrer Arbeitgeberin: Oft lässt sich ein Einzelbüro sehr leicht mit einem kleinen mobilen Klimagerät kühlen. Oder ist Homeoffice eine sinnvolle Alternative an heißen Tagen? Im schlechtesten Fall wird Ihre Arbeitgeberin Sie für einzelne Tage freistellen müssen.

**Pawel, 61, ist Müllwerker in einer Kleinstadt und topfit: „Wir sind manchmal stundenlang in der prallen Sonne unterwegs, das schlaucht ganz schön! Haben Sie einen Tipp für mich?“**

Lieber Pawel, für Ihre beruflichen Aufgaben ist der Hitzeschutz am schwierigsten, denn Sie sind draußen unterwegs, arbeiten nicht an festen Orten und das noch verknüpft mit körperlicher Anstrengung. In der Abfallentsorgung gilt genauso wie bei der Post- oder



Paketzustellung und anderen Kurierdiensten: **UV-Schutzkleidung an, Kopfbedeckung auf, zusätzlich noch Kühlwesten tragen, wenn das mit Blick auf die Arbeitssicherheit möglich ist, und reichlich Getränke mit auf das Fahrzeug nehmen!** Nehmen Sie das Beratungsangebot beim Betriebsarzt an und achten Sie bitte auf sich und Ihr Team – ein Hitzschlag ist lebensgefährlich!

**Jana, 37, ist Taxifahrerin auf dem Land und hat Multiple Sklerose: „Eigentlich liebe ich die warmen Tage im Sommer – aber manchmal geht es mir dann beim Fahren ziemlich schlecht. Ist das ein Grund zur Sorge?“**

Liebe Jana, so wie Ihnen geht es vielen Menschen mit Multipler Sklerose: Egal ob Vollbad in der Badewanne, Schwitzen beim Sport oder Sommerhitze: Eine Erwärmung des Körpers verstärkt die Symptome der Erkrankung. Nach Abkühlung klingen auch die Beschwerden wieder ab. **Es hilft nichts, die Klimaanlage in Ihrem Fahrzeug ist wichtig und Sie sollten sie ohne schlechtes Gewissen im Dauereinsatz haben!** Bitte wegen der Hygiene an die Wartung der Klimaanlage denken.

**Ramon, 55, arbeitet beim Bodenpersonal eines Flughafen-dienstleisters und hat häufig Migräne: „Ich habe das Gefühl, dass meine Kopfschmerzen mit den hohen Temperaturen zusammenhängen. Kann das sein?“**

Lieber Ramon, tatsächlich kann Hitze oder grelles Sonnenlicht ein Auslöser für Migräne sein. Sprechen Sie mit Ihrem Arbeitgeber, ob Sie an heißen Tagen oder auch durchgehend



Dr. Kerstin Einsiedler ist Fachärztin für Allgemeinmedizin und Arbeitsmedizin.



Infos zu  
UV-Schutz  
auf Seite 10

in den Sommermonaten innerhalb der Gebäude eingesetzt werden können. Wenn sich das Arbeiten draußen nicht vermeiden lässt: **Sonnenbrille und Kopfbedeckung auf und so oft wie möglich den Schatten suchen.** Sollten sich die Attacken häufen, ist unbedingt eine ärztliche (neurologische) Überprüfung erforderlich! Für den Hitzeschutz draußen, etwa auf dem Vorfeld, ist im letzten Jahr eine Empfehlung des Ausschusses für Arbeitsstätten (ASTA) herausgekommen, die dem Arbeitgeber als Handlungsanleitung dienen kann.

**Mathias, 45, arbeitet als Berufskraftfahrer, hat seit über zehn Jahren Diabetes Typ 2 und spritzt Insulin: „In der kühlen Jahreszeit habe ich meine Erkrankung gut im Griff. Im Sommer schwanken meine Werte dagegen stärker. Kann man dagegen etwas machen?“**

Lieber Mathias, Sie haben eine große Verantwortung im Straßenverkehr übernommen! Sommerhitze und Schwitzen bedeuten für Sie als Diabetiker: Der Flüssigkeitshaushalt und die Essgewohnheiten kommen durcheinander, die Wirkung der Medikamente verändert sich. Gerade bei insulinpflichtigen Diabetikerinnen und Diabetikern besteht dann die Gefahr einer Unterzuckerung. **Absolutes Muss ist, genügend Wasser zu trinken, den Ernährungsplan so gut wie möglich beizubehalten und häufiger Blutzucker zu messen als sonst.** Haben Sie eine kurzfristig erreichbare Ansprechperson in Ihrer betreuenden diabetologischen Praxis, wenn die Werte schwierig werden? Oder wäre eine aktuelle (Online-)Diabetes-Schulung eine Unterstützung?



## Hisetipp von Dr. Kerstin Einsiedler

„Joghurt und Gurke, in allen Variationen: ob Tsatsiki, kaltes Süsspchen oder gedünstete Gurke mit Hackfleischfüllung und Joghurt-Dip – bei Hitze unschlagbar gut. Vegane und vegetarische Alternativen eingeschlossen.“

### Rezept: Kalte Gurkensuppe

**Basis:** Joghurt und Salatgurke zu gleichen Teilen im Mixer pürieren (für vier Personen: etwa 500 g Gurke und 500 g Joghurt). Mit Dill, Salz, Pfeffer und edelsüßem Paprika abschmecken.

**Verfeinerung:** wahlweise angebratene Lachsstückchen oder Garnelen, Radieschen, Knoblauchbaguette in Scheiben, Kresse oder Sprossen und Zitrone auf die Suppe geben.

© Freepik; Portwest; Vizwell



**Technische Regel für Arbeitsstätten – ASR A3.5 „Raumtemperatur“**  
[www.baua.de](http://www.baua.de)



**Empfehlung des Ausschusses für Arbeitsstätten**  
„Beurteilung der Gefährdungen durch Hitze und Maßnahmen an Arbeitsplätzen ...“  
[www.baua.de](http://www.baua.de)



**Leitfaden zum Mutterschutz ...**  
**... für Schwangere und Stillende**  
Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend  
[www.bmbfsfj.bund.de](http://www.bmbfsfj.bund.de)



**... für Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber**  
[www.bmbfsfj.bund.de](http://www.bmbfsfj.bund.de)

## »Ich bin stolz auf unsere Mitgliedsunternehmen!«



### Martin Küppers

leitet bei der BG Verkehr die Abteilung Handlungsfelder und Präventionskonzepte zur Verhütung von Arbeitsunfällen und Berufskrankheiten.

### Herr Küppers, Sie haben in Ihrem Berufsleben Hunderte von schweren Unfällen analysiert. Welcher ist Ihnen besonders im Gedächtnis geblieben?

Ein Lkw-Fahrer, ich nenne ihn mal Patrick, brachte zum Ende seiner Schicht Bauschutt zur einer mobilen Aufbereitungsanlage. Es hatte sich eingespielt, dass er außerhalb der Betriebszeiten die Anlage gelegentlich selbst einschaltete. Das war zwar gar nicht sein Job, aber er war sehr motiviert und die Zusammenarbeit erschien allen ganz normal. Patrick konnte weder ahnen noch sehen, dass sich die Abdeckung an einer Gefahrstelle gelockert hatte: Als er die Anlage bediente, geriet sein rechter Fuß in den Antrieb und wurde amputiert. Der junge Mann war auf dem abgelegenen Gelände ganz allein. Er hat den Unfall überlebt, allerdings ist er sein Leben lang davon gezeichnet.

### Ein Beispiel dafür, dass es keine hundertprozentige Sicherheit gibt?

Es ist ein Beispiel dafür, dass sich Änderungen in einen Ablauf einschleichen, ohne dass die dabei eingegangenen Risiken erkannt werden. Sicherheit hat viel mit Verlässlichkeit zu tun, besonders in der Verkehrswirtschaft. Wir müssen uns täglich auf andere verlassen – und riskieren dabei oft unsere Gesundheit. Deswegen setze ich mich dafür ein, kluge Regeln und Verfahrensabläufe zu ersinnen. Das betrifft besonders die Abstimmung bei der Zusammenarbeit mit Fremdbetrieben. Dafür braucht man praktikable Lösungen, die die Beschäftigten als sinnvoll erkennen und akzeptieren.

### Welch ein Verhältnis haben Sie persönlich zur Verkehrswirtschaft?

Ich fühle mich unseren Branchen sehr verbunden und bin stolz darauf, was die Profis dort Tag für Tag leisten. Diese vielgestaltige Arbeitswelt präsentiert ständig Gelegenheiten, Regeln zu brechen. Ich finde es großartig, dass davon so selten Gebrauch gemacht wird. Kürzlich habe ich beobachtet, wie ein Abfallwerker einem Anwohner klarmachte, niemals im letzten Moment mit seinem Müllsack hinter ein rückwärtsfahrendes Fahrzeug zu laufen. Eine Kleinigkeit vielleicht – aber keine Ausnahme! Die Ausnahme ist zum Glück ein schwerer Unfall. In der Regel sehe ich, dass etwas richtig gut läuft, und das gibt mir Energie. Gemeinsam mit unserem Team tue ich alles, um die Unfallzahlen noch weiter zu senken.

### Impressum

#### Herausgeberin:

Berufsgenossenschaft  
Verkehrswirtschaft  
Post-Logistik  
Telekommunikation  
Ottenser Hauptstraße 54  
22765 Hamburg  
Tel. 040 3980-0

#### Gesamtverantwortung:

Stefan Höppner,  
Vorsitzender  
der Geschäftsführung

#### Prävention:

Wolfgang Laske,  
Leiter des Geschäftsbereichs

#### Redaktionsleitung:

Dr. Marc Sgonina (msg)

#### Redaktion:

Moritz Heitmann (mh),  
Björn Helmke (bjh),  
Dorothee Pehlke (dp)

#### Leserbriefe:

redaktion@sicherheitsprofi.de

#### Gestaltung/Herstellung:

contenova UG  
Kollwitzstraße 66, 10435 Berlin

#### Druckerei:

Bonifatius GmbH  
Karl-Schurz-Straße 26, 33100 Paderborn



[www.blauer-engel.de/uz195](http://www.blauer-engel.de/uz195)

Dieses Druckerzeugnis ist mit dem Blauen Engel ausgezeichnet.

Redaktionsschluss dieser Ausgabe: 20. April 2026

Der SicherheitsProfi erscheint viermal jährlich. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

## So erreichen Sie die BG Verkehr



Fragen zu einem Arbeitsunfall, zum Versicherungsschutz oder zu einer Berufskrankheit beantwortet unser Servicecenter unter der Telefonnummer 040 3980-1010.

### Hauptverwaltung Hamburg

Ottenser Hauptstraße 54  
22765 Hamburg  
Tel. 040 3980-0  
E-Mail: mitglieder@bg-verkehr.de  
info@bg-verkehr.de  
praevention@bg-verkehr.de  
www.bg-verkehr.de

### Dienststelle Schiffssicherheit

Brandstwierte 1  
20457 Hamburg  
Tel. 040 36137-0  
E-Mail: schiffssicherheit@bg-verkehr.de  
www.deutsche-flagge.de

### ASD – Arbeitsmedizinischer und Sicherheitstechnischer Dienst der BG Verkehr

Tel. 040 3980-2250  
E-Mail: asd@bg-verkehr.de  
www.asd-bg-verkehr.de

### Bezirksverwaltung Hamburg

Ottenser Hauptstraße 54  
22765 Hamburg  
Tel. 040 325220-0  
E-Mail: hamburg@bg-verkehr.de

### Bezirksverwaltung Hannover

Waldseestraße 5  
30163 Hannover  
Tel. 0511 3995-6  
E-Mail: hannover@bg-verkehr.de

### Bezirksverwaltung Berlin

Axel-Springer-Straße 52  
10969 Berlin  
Tel. 030 25997-0  
E-Mail: berlin@bg-verkehr.de

### Bezirksverwaltung Dresden

Hofmühlenstraße 4  
01187 Dresden  
Tel. 0351 4236-50  
E-Mail: dresden@bg-verkehr.de

### Bezirksverwaltung Wuppertal

Aue 102  
42103 Wuppertal  
Tel. 0202 3895-0  
E-Mail: wuppertal@bg-verkehr.de

### Bezirksverwaltung Wiesbaden

Wiesbadener Straße 70  
65197 Wiesbaden  
Tel. 0611 9413-0  
E-Mail: wiesbaden@bg-verkehr.de

### Bezirksverwaltung München

Deisenhofener Straße 74  
81539 München  
Tel. 089 62302-0  
E-Mail: muenchen@bg-verkehr.de

### Bezirksverwaltung Tübingen

Europaplatz 2  
72072 Tübingen  
Tel. 07071 933-0  
E-Mail: tuebingen@bg-verkehr.de

### Datenschutz

Für den Magazinversand verwenden und speichern wir Ihre Adressdaten. Diese werden ausschließlich und unter Einhaltung der gesetzlichen Vorgaben zum Datenschutz für den Versand des SicherheitsProfi genutzt. Lesen Sie unsere Datenschutzhinweise zur Verarbeitung personenbezogener Daten unter: [www.bg-verkehr.de](http://www.bg-verkehr.de) | Webcode: 18709008

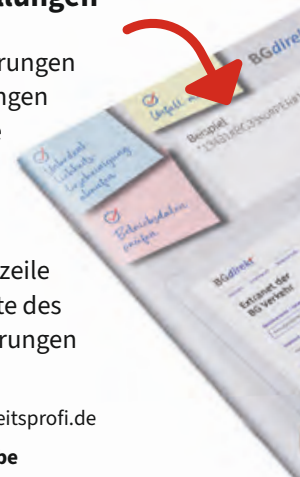
## Adressänderungen und Abbestellungen

Bei Adressänderungen und Abbestellungen den Zustellcode Ihrer Ausgabe angeben.

Sie finden ihn über der Adresszeile auf der Rückseite des Magazins. Änderungen per Mail an:

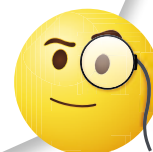
[redaktion@sicherheitsprofi.de](mailto:redaktion@sicherheitsprofi.de)

**Die nächste Ausgabe erscheint Mitte August 2026.**



## Die Lösungen für „Testen Sie Ihr Wissen“ von Seite 5

Frage 1 – a, b, c  
Frage 2 – a, c  
Frage 3 – c



## Neuer Service: Unser Onlinemagazin

Ab sofort gibt es unseren SicherheitsProfi auch als Onlinemagazin – immer und überall, egal ob am Computer, Tablet oder auf Ihrem Smartphone.

[www.sicherheitsprofi.de](http://www.sicherheitsprofi.de)





Unbedenklichkeitsbescheinigung abrufen



Unfall melden

**BGdirekt**



Betriebsdaten prüfen



**BGdirekt**

[Kontakt](#) [Impressum](#) [Datenschutz](#)

## Extranet der BG Verkehr

Benutzername / Unternehmensnummer

**Anmelden,  
ausfüllen,  
abhaken!**



**Direkt online!  
[bgdirekt.bg-verkehr.de](http://bgdirekt.bg-verkehr.de)**