

Unterweisungsnachweis	
Thema:	Grundunterweisung Arbeitssicherheit
Firma	Laurat GmbH
Abteilung	alle Mitarbeiter
Vorgesetzter	Christian Heimbach

Allgemeine Sicherheitshinweise

- Arbeiten Sie nur an Arbeitsplätzen an denen Sie unterwiesen wurden sind (Unterschrift auf Unterweisungsnachweis).
- Halten Sie Ordnung an Ihrem Arbeitsplatz.
- Arbeiten Sie umsichtig und fragen Sie nach, wenn Sie etwas nicht verstanden haben.
- Melden Sie sicherheitstechnische Mängel sofort Ihrem Vorgesetzten.
- Bedienen Sie nur Maschinen, an denen Sie eingewiesen wurden.
- Schutzvorrichtungen an Maschinen und Betriebsmitteln sind zu verwenden.
- Benutzen Sie Arbeitsmittel nur in einwandfreiem Zustand und ihrem Zweck entsprechend, z.B.: Leitern, Arbeitsbühnen und Gerüste.
- Beim Transportieren von Lasten muss das Blickfeld frei bleiben.
- Schwere Lasten mit Kran transportieren. Nicht unter schwebenden Lasten aufhalten. Beim Abstellen von Lasten auf Standsicherheit achten. Gegen Herabfallen, Umfallen und Wegrollen sichern.
- Achten Sie auf Rutsch- und Stolperstellen.
- Befolgen Sie keine sicherheitswidrigen Anweisungen.
- Achten Sie auf einen sachgerechten Umgang mit Arbeitsstoffen.

Erste Hilfe, Brandschutz, Flucht- und Rettungswege

- Informieren Sie sich über den Namen des Ersthelfers in Ihrem Betrieb und den Standort des Verbandkastens.
- Alarmpläne und Anweisungen zum Brandschutz sind unbedingt zu befolgen.
- Informieren Sie sich über den Standort des Feuerlöschers und über den Umgang mit diesem.
- Halten Sie Verkehrswege, Flucht- und Rettungswege stets frei.
- Verschließen oder verstellen Sie keine Notausgänge.
- Finden Sie sich im Gefahrfall am Sammelplatz ein.
- Persönliche Schutzausrüstung tragen

Sicherheitskennzeichnung

- Es gibt eine Reihe von Zeichen, die u. a. auf Gefahren, Verbote und Gebote sowie auf Rettungseinrichtungen am Arbeitsplatz hinweisen.
- Gebotszeichen schreiben ein bestimmtes Verhalten vor, z. B. das Tragen von Kopfschutz.
- Verbotsszeichen untersagen ein Verhalten, durch das eine Gefahr entstehen kann, z. B. Rauchen.
- Warnzeichen warnen vor einem Risiko oder einer Gefahr, z. B. vor elektrischer Spannung.

- Rettungszeichen kennzeichnen einen Rettungsweg oder Notausgang, den Weg zu einer Erste-Hilfe-Einrichtung oder diese Einrichtung selbst.
- Brandschutzzeichen kennzeichnen Standorte von Feuermelde- und Feuerlöscheinrichtungen.
- Gefahrensymbole geben ein Gefährlichkeitsmerkmal eines gefährlichen Stoffes an, z. B. giftig.
- Verhalten Sie sich in gekennzeichneten Bereichen entsprechend dem Kennzeichen.
- Bei Unklarheit über die Bedeutung einer Kennzeichnung fragen Sie Ihren Vorgesetzten oder Ihren Sicherheitsbeauftragten.

Weitere wichtige Hinweise

- Beachten Sie die Einschränkungen zum **Alkoholkonsum**, und nehmen Sie keine berauschenden Mittel bzw. Drogen zu sich.
- Essen und Trinken ist nur an den vorgesehenen Orten gestattet.
- Beachten Sie ein bestehendes Rauchverbot.
- Benutzen Sie Hautschutzmittel vor und nach der Arbeit.
- Umrüst-/Wartungs-/und Reparaturarbeiten dürfen nur durch Fachpersonal durchgeführt werden.
- Bei der Berufsgenossenschaft sind Sie gegen Arbeits- und Wegeunfälle versichert. Beachten Sie die Aushänge.
- Verständigen Sie bei einem Arbeits- oder Wegeunfall oder bei Verdacht einer Berufserkrankung sofort Ihren Vorgesetzten.
- Bei Fragen zur Arbeitssicherheit wenden Sie sich an Ihren Sicherheitsbeauftragten oder Ihre Fachkraft.
- **Beachten Sie:** Sicherheitswidriges Verhalten bzw. Verstöße gegen die genannten Regeln können arbeitsrechtliche Konsequenzen nach sich ziehen.

Datum:

.....
Unterschrift des Unterweisenden

.....
Unterschrift des Unterwiesenen

Unterweisungsnachweis	
Thema:	Bildschirmarbeitsplätze
Firma	Laurat GmbH
Abteilung	alle Mitarbeiter
Vorgesetzter	Christian Heimbach

Bildschirmarbeitsplätze:

- den Arbeitsplatz so einrichten, dass die Sehentfernung zum Bildschirm ca. 70 cm beträgt
- zur Vermeidung ständiger Kopfbewegungen Konzepthalter installieren
- Bürostuhl so einstellen, dass man aufrecht sitzen kann, Arme und Beine einen Winkel von ca. 90 Grad einnehmen und die Füße auf dem Boden stehen (ggf. eine leicht geneigte Fußstütze verwenden)
- Schreibtischfläche möglichst frei halten, um sich ungehindert bewegen zu können
- Bildschirm so aufstellen, dass der Lichteinfall hauptsächlich von der Seite her kommt, hierdurch werden Überblendungen oder Spiegelungen vermieden
- bei zu starkem Lichteinfall (z.B. Sonne) vorhandene Jalousien so einstellen, dass Blendung vermieden wird

Datum:

.....
Unterschrift des Unterweisenden

.....
Unterschrift des Unterwiesenen

Unterweisungsnachweis	
Thema:	Brandschutz / Brandbekämpfung
Firma	Laurat GmbH
Abteilung	alle Mitarbeiter
Vorgesetzter	Christian Heimbach

vor Beginn

- feuergefährlicher Arbeiten:**
- brennbare Stoffe entfernen
 - Kollegen informieren
 - brennbare Stoffe sicher aufbewahren

in brandgefährdeten Bereichen:

- Rauchverbot beachten
- Zündquellen vermeiden
- Feuerschutztüren nicht blockieren

bei Entstehungsbrand:

- Handfeuerlöscher einsetzen:
 - Sicherheitssplint ziehen
 - in Windrichtung löschen
 - von vorne nach hinten löschen
 - wenn möglich, mehrere Feuerlöscher gleichzeitig einsetzen
 - Elektrobrand mit CO₂ löschen
 - Feuerlöscher freihalten

bei größeren Bränden:

- Feuerwehr alarmieren
- Fluchtwege freihalten
- gefährdete Mitarbeiter informieren
- Aufzüge in keinem Fall benutzen
- nach Verlassen der Gebäude: Sammelpunkt aufsuchen
- Feuerwehr einweisen

Datum:

.....
Unterschrift des Unterweisenden

.....
Unterschrift des Unterwiesenen

Unterweisungsnachweis	
Thema: Büroarbeitsplätze	
Firma	Laurat GmbH
Abteilung	alle Mitarbeiter
Vorgesetzter	Christian Heimbach

Gefährdungen

- Ausrutschen, Stolpern und Umknicken auf Verkehrswegen.
- Stürzen über Kabel oder geöffnete Schubladen.
- Defekte oder schadhafte Betriebsmittel.
- Belastung durch einseitige Körperhaltung.
- Belastung durch Bildschirmarbeit.

Berufsspezifische Sicherheitshinweise

- Benützen Sie zum Erreichen höherer Standorte auf Regalen oder Schränken geeignete Aufstiege (Trittstufen oder Leitern).
- Bedienen Sie Bürogeräte/Maschinen entsprechend der Betriebsanleitung.
- Schließen Sie Schubladen oder Türen von Schränken unmittelbar nach der Benutzung.
- Legen Sie keine Unterlagen und Akten auf dem Boden ab.
- Stellen Sie Ihren Bildschirm so auf, dass Reflexionen und Blendung vermieden werden.
- Achten Sie auf eine ergonomische Körperhaltung bei der Bildschirmtätigkeit.
- Stellen Sie Ihren Bürodrehstuhl nach ergonomischen Grundsätzen ein.
- Sitzen sie dynamisch und vermeiden Sie einseitige Körperhaltungen.
- Stehen Sie zwischendurch auf und erledigen Sie Arbeiten (z. B. Telefonieren) im Stehen.
- Organisieren Sie Ihre Bildschirmarbeit so, dass Unterbrechungen durch andere Tätigkeiten möglich sind.
- Gehen Sie ohne Hektik auf Verkehrswegen und Treppen.

Persönliche Schutzausrüstungen

- Tragen Sie geeignetes Schuhwerk mit festem, sicherem Sitz am Fuß und rutschhemmender Sohle.

Umgang mit Arbeitsmitteln

- Lassen Sie sich in Betriebsmittel wie Kopierer, Schneidegeräte usw. einweisen.
- Entfernen Sie an Arbeitsmitteln und Geräten keine Schutzeinrichtungen.
- Benützen Sie Arbeitsmittel und Geräte nur zweckentsprechend.
- Bringen Sie keine privaten Geräte wie Heizlüfter, Wasserkocher oder Tauchsieder mit, da von defekten Geräten Brandgefahr ausgehen kann.
- Stellen Sie bei der Arbeit mit Abspielgeräten und Kopfhörern (Head-Sets) die Lautstärke so ein, dass Ihr Gehör nicht gefährdet wird und andere Mitarbeiter nicht gestört werden.

Weitere wichtige Hinweise

- Beachten Sie Rauchverbote im gesamten Haus.
- Aufzüge dürfen bei Brandgefahr nicht benützt werden.
- Nehmen Sie die angebotene arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchung wahr.

Datum:

.....
Unterschrift des Unterweisenden

.....
Unterschrift des Unterwiesenen

Der Heilverlauf nach Unfällen hängt wesentlich von einer schnellen und wirksamen Ersten Hilfe ab. Auch leichte Verletzungen, die nicht behandelt werden, können nach einiger Zeit zu Komplikationen, insbesondere zur Blutvergiftung führen.

Nach schweren Unfällen ist besondere Sorgfalt bei der Ersten Hilfe notwendig. Von ihr hängt häufig das Überleben ab. Aktive Hilfe in den ersten Minuten nach einem Unfall ist für den Erfolg der Heilung wesentlich.

Jeder Mensch, auch wenn er kein Ersthelfer ist, ist verpflichtet in einer Notsituation zu helfen. Sofortmaßnahmen müssen ergriffen werden und der Rettungsdienst ist zu alarmieren.

- **Notfallsituation erkennen und beurteilen**
- **Vor zusätzlichen Gefahren und Schäden bewahren**
- **Sofortmaßnahmen ergreifen**

Wir ein Verletzter angetroffen oder aufgefunden, so ist folgende Vorgehensweise hilfreich:

- Verletzten ansprechen/anfassen
Ansprechbar - ja
 Hilfeleistung nach Notwendigkeit (z.B. Verband anlegen)
- Verletzten ansprechen/anfassen
Ansprechbar – nein
 Atemkontrolle – Atmung nicht vorhanden
 Atemspende – Pulskontrolle am Hals
Puls nicht vorhanden
 Herz-Lungen-Wiederbelebung
- Verletzten ansprechen/anfassen
Ansprechbar – nein
 Atemkontrolle – Atmung vorhanden
 Stabile Seitenlage
 Ständige Kontrolle von Bewusstsein, Atmung, Kreislauf

Puls vorhanden
Fortsetzung Atemspende

Seite 1

Notfallmeldung

Es ist erforderlich, jeden Unfall an die Rettungsstelle oder die zuständige Betriebsstelle (z.B. Abt. Personalwesen) zu melden.

Halten Sie sich bitte an die **5-W Regel**:

- **Wo** ist der Unfallort?
Genaue Beschreibung z.B. Weiterverarbeitung
- **Was** ist geschehen?
z.B. Maschinenunfall, Elektrounfall, eingeklemmte Verletzte
- **Wieviele** Verletzte?
Zahl der Verletzten am Unfallort
- **Welche** Verletzungen?
Lebensbedrohliche Zustände, starke Blutungen, Verbrennungen, Vergiftungen ect.
- **Wer** ruft an?
Angabe des eigenen Namens und Rufnummer

Erst auflegen, wenn die Rettungsstelle oder die Betriebsstelle das Gespräch beendet!

Bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes muss der Patient betreut und getröstet werden.
Weisen Sie die Rettungskräfte ein, aber behindern Sie auf keinen Fall die Rettungsarbeiten.

Bei kleineren/leichteren Verletzungen handeln Sie entsprechend ihrer Einweisung, z.B.

- kleine Verletzungen:**
- selbst versorgen (z.B. Pflaster), oder Ersthelfer herbeiholen
 - ins Verbandbuch eintragen
 - Vorgesetzten informieren

- Beispiele:**
- leichte Verbrennungen kühlen
(mit Wasser)
 - Fremdkörper im Auge mit Wasser ausspülen (fließend Wasser/Augendusche)
 - mit ätzenden Stoffen benetzte Kleidung ausziehen und benetzte Körperstellen mit Wasser abspülen
 - Verstauchungen kühlen

gegebenenfalls anschließend Durchgangsarzt aufsuchen.

Datum:

.....
Unterschrift des Unterweisenden

.....
Unterschrift des Unterwiesenen

Wie können wir uns vor den Gefahren schützen?

- **Beachtung der Betriebsanweisungen der jeweiligen Gefahrstoffe.**
Durch Einhaltung der arbeitsplatz- und stoffbezogenen Festlegungen in den Betriebsanweisungen ist eine Gefährdung weitgehend auszuschließen.
- **Einhaltung der Arbeitsplatzgrenzwerte.**
Als Arbeitsplatzgrenzwert (AGW) wird die Konzentration eines Stoffes in der Luft am Arbeitsplatz bezeichnet, bei der im Allgemeinen der Arbeitnehmer nicht beeinträchtigt wird.
Die AGW dürfen nicht überschritten, da es sonst zu gesundheitsschädigenden Einwirkungen auf den menschlichen Organismus kommen kann.
- **Beachtung der Sicherheitskennzeichnungen**
Die an den Arbeitsplätzen angebrachten Sicherheitskennzeichnungen sind zu beachten.
 - Schutzhandschuhe benutzen
 - Augenschutz benutzen
 - Atemschutz benutzen



- **Lüftungsmaßnahmen**
Absaugungen und Raumlüftung
- **Durch die Beachtung der Hinweise zum sicheren Umgang und Gefahrensymbole auf den jeweiligen Gefahrstoffbehältern.**
- **Persönliche Schutzmaßnahmen**
Beim offenen Umgang mit reizenden und ätzenden Stoffen sind auf alle Fälle persönliche Schutzmaßnahmen anzuwenden bzw. einzuhalten. Hierzu gehören:
 - Das Tragen von persönlicher Schutzausrüstung (PSA)
 - Striktes Verbot von Trinken, Essen, Rauchen und Schnupfen am Arbeitsplatz (sh. BA's).

Richtiges Verhalten im Gefahrfall

Die Anweisungen über das richtige Verhalten im Gefahrfall und über die Erste Hilfe sind zu beachten.

Die Betriebsanweisungen und alle betriebsinternen Anweisungen müssen von jedem Mitarbeiter verstanden werden (sh. Unterweisungen / oder Betriebsanweisung Gefahrstoffe).

Datum:

Unterschrift des Unterweisenden

Unterweisungsnachweis	
Thema:	Gefahrstoffe Brennbare Flüssigkeiten
Firma	Laurat GmbH
Abteilung	alle Mitarbeiter
Vorgesetzter	Christian Heimbach

Was sind Gefahrstoffe?

Arbeitsstoffe sind dann Gefahrstoffe, wenn sie u.a. folgende Eigenschaften besitzen

- giftig
- gesundheitsschädlich
- umweltgefährlich
- leichtentzündlich
- entzündlich
- ätzend
- reizend

Wie sind Gefahrstoffe gekennzeichnet?

Gefahrstoffe werden immer mit Gefährlichkeitsmerkmalen und Gefahrensymbolen versehen, z.B.



Durch die GHS-Verordnung werden die Gefahrensymbole bis 2015 weltweit durch einheitliche Symbole ersetzt.

Was sind brennbare Flüssigkeiten?

Brennbare Flüssigkeiten sind Stoffe, deren Dämpfe mit dem Sauerstoff der Luft explosionsfähige Gemische bilden und durch eine Zündquelle entzündet werden können. Grundsätzlich gehören hierzu alle Stoffe, die entflammbare Lösemittel enthalten, wie z.B.:

- Walzentuchwaschmittel
- Gummituchwaschmittel
- Universalwaschmittel
- Speziallöser
- Verdünner

- Filmreiniger

Welche Gefahren bestehen?

Jedes Lösemittel verdunstet mehr oder weniger in die Umgebungsluft. In Abhängigkeit vom Dampfdruck und der Temperatur kommt es zur Bildung von brennbaren und explosionsfähigen Dampf/Luft-Gemischen, die durch eine Zündquelle gezündet werden können. Der Unterschied zwischen einem Brand und einer Verpuffung/Explosion besteht in der Geschwindigkeit der ablaufenden Reaktionen:

- **Brandgefahr**
Der Brand verläuft als chemische Reaktion relativ langsam.
- **Verpuffungs- und Explosionsgefahr**
Verpuffung bzw. Explosion verlaufen als chemische Reaktion sehr schnell.

Wie können wir uns vor den Gefahren schützen?

- **Beachtung der Betriebsanweisungen der jeweiligen Gefahrstoffe.**
Durch Einhaltung der arbeitsplatz- und stoffbezogenen Festlegungen in den Betriebsanweisungen ist eine Gefährdung weitgehend auszuschließen.
- **Einhaltung der Arbeitsplatzgrenzwerte.**
Als Arbeitsplatzgrenzwert (AGW) wird die Konzentration eines Stoffes in der Luft am Arbeitsplatz bezeichnet, bei der im Allgemeinen der Arbeitnehmer nicht beeinträchtigt wird.
Die AGW dürfen nicht überschritten, da es sonst zu gesundheitsschädigenden Einwirkungen auf den menschlichen Organismus kommen kann.
- **Beachtung der Sicherheitskennzeichnungen**
Die an den Arbeitsplätzen angebrachten Sicherheitskennzeichnungen sind zu beachten.
 - Schutzhandschuhe benutzen
 - Augenschutz benutzen
 - Atemschutz benutzen



- **Einsatz von Lösemittel mit hohem Flammpunkt**
Alle verwendeten lösemittelhaltigen Produkte sollen einen möglichst hohen Flammpunkt (über 40°C, besser über 55°C) besitzen.
Gesundheitsschädliche oder umweltgefährliche Produkte sollten durch weniger gefährliche ersetzt werden.
- **Lüftungsmaßnahmen**
Absaugungen und Raumlüftung
- **Persönliche Schutzmaßnahmen**
Beim offenen Umgang mit reizenden und ätzenden Stoffen sind auf alle Fälle persönliche Schutzmaßnahmen anzuwenden bzw. einzuhalten. Hierzu gehören:
 - Das Tragen von persönlicher Schutzausrüstung (PSA)

- Striktes Verbot von Trinken, Essen, Rauchen und Schnupfen am Arbeitsplatz (sh. BA's).

Richtiges Verhalten im Gefahrfall

Die Anweisungen über das richtige Verhalten im Gefahrfall und über die Erste Hilfe sind zu beachten.

Die Betriebsanweisungen und alle betriebsinternen Anweisungen müssen von jedem Mitarbeiter verstanden werden (sh. Unterweisungen / oder Betriebsanweisung Gefahrstoffe).

Datum:		
	Unterschrift des Unterweisenden	Unterschrift des Unterwiesenen

Unterweisungsnachweis	
Thema:	Hautschutz
Firma	Laurat GmbH
Abteilung	alle Mitarbeiter
Vorgesetzter	Christian Heimbach

Welche Gefahren bestehen?

Die äußerste Hautschicht, die sogenannte Oberhaut, übernimmt eine wichtige Schutzfunktion gegen äußere Einflüsse. Wenn diese Schicht der Haut von einem Stoff durchdrungen wird, kann er in die Blutgefäße gelangen und so im ganzen Körper verteilt werden.

Je nach Art des Stoffes und dessen Konzentration können Organe und das Nervensystem angegriffen werden.

In der Oberhaut befinden sich frei bewegliche Zellen, die bestimmte eingedrungene Fremdstoffe an sich binden und Allergien auslösen können. Berufliche Hauterkrankungen sind meistens Handekzeme, die man an folgenden Erscheinungen erkennt:

- Entzündungen der äußeren Haut
- Juckreiz
- Rötungen
- Bläschenbildung
- Schuppung
- Bildung von Schrunden und Rissen

Einwirkungen auf die Haut, die zu Schädigungen führen können:

- **Physikalische Einwirkungen**, entstehen vor allem durch Kälte, Hitze, den häufigen Kontakt mit Wasser und durch mechanische Beanspruchungen.
- **Chemische Einwirkungen**, erfolgen durch reizende, ätzende und giftige Stoffe. Die Zeitspanne zwischen Einwirkung und Hautreaktion ist relativ kurz. Bei dauerhafter Einwirkung kann es zu einer Abnutzung der Haut kommen, so dass ihr ständig Feuchtigkeit und Fett entzogen und damit die obere Hautschicht geschädigt wird.
- **Biologische Stoffe**, für biologische Einwirkungen sind Mikroorganismen verantwortlich.

Nicht rechtzeitig behandelte Hauterkrankungen können zu langandauernden Beschwerden und Berufskrankheiten führen, welche die betroffenen Mitarbeiter meist zur Aufgabe der schädigenden Tätigkeit zwingen.

Wie können wir uns vor den Gefahren schützen?

Hauterkrankungen lassen sich vermeiden, wenn man den schädigenden Einfluss verhindert.

Ist dies nicht vollständig möglich, muss die Haut geschützt werden.

Ein universelles Hautschutzmittel gibt es nicht.

So muss ein spezieller Hautschutz für die spezifische Hautgefährdung eingesetzt werden.

- **Schutzhandschuhe**

Für den individuellen Hautschutz ist das Tragen von Schutzhandschuhen die sicherste Art zur Vermeidung des Kontaktes mit dem Schadstoff.

Auch wenn Schutzhandschuhe getragen werden, muss die Haut täglich durch Hautschutzcremes regeneriert und gepflegt werden.

3-stufiger Hautschutzplan

Der Hautschutzplan enthält Angaben, an **welchem** Arbeitsplatz, **wann** und **wie oft** Maßnahmen zum Hautschutz anzuwenden sind.

Der Plan umfasst folgende Stufen:

- **Hautschutzcreme**

Vor Arbeitsbeginn aufragen, die Hautschutzcreme kann die Haut zwar nicht vollständig isolieren, jedoch wird die Haut entlastet und behält somit länger ihre natürliche Schutzfunktion. Es gibt wasserlösliche und wasserunlösliche Hautschutzcremes. Die Anwendung erfolgt auf saubere und trockene Haut.

- **Hautreinigungsmittel**

Sind je nach Art und Grad der Verschmutzung auszuwählen. Dabei sollte auf eine gute Hautverträglichkeit geachtet werden.

- **Hautpflegecremes**

unterstützen die Regeneration der Haut nach der Arbeit. Verloren gegangene Feuchtigkeit und Fettstoffe werden der Haut wieder zugeführt.

Schutzhandschuhe und Hautschutzcremes gehören zu den persönlichen Schutzausrüstungen!

Datum:

.....
Unterschrift des Unterweisenden

.....
Unterschrift des Unterwiesenen

Unterweisungsnachweis	
Thema:	Heben und Tragen von Lasten
Firma	Laurat GmbH
Abteilung	alle Mitarbeiter
Vorgesetzter	Christian Heimbach

Gefährdungen

- Schneiden an scharfkantigen Materialien/Blechen.
- Klemmen oder Scheren an Teilen.
- Ausrutschen, Stolpern und Stürzen auf unebenen Böden oder von erhöhten Standplätzen.
- Falsches Heben und Tragen (Schädigung der Bandscheiben und Rückenprobleme).

Berufsspezifische Sicherheitshinweise

- Achten Sie auf einen sicheren Stand und auf hindernisfreie Verkehrswege
- Prüfen Sie vor dem Anheben, ob Sie die Last wirklich heben müssen, oder ob Sie sie nicht schieben oder ziehen können.
- Prüfen Sie vor dem Anheben, ob Sie die Last überhaupt heben können.
- Informieren Sie sich über zumutbare Gewichte beim Heben und Tragen.
- Heben Sie schwere Gegenstände mit Hilfsmitteln oder zu zweit.
- Achten Sie auf die richtige Körperhaltung beim Anheben von Lasten:
 - a) Stellen Sie sich möglichst nahe und frontal zur Last, Füße hüftbreit auseinander.
 - b) Heben Sie die Last möglichst nahe am Körper an.
 - c) Halten Sie den Rücken gerade (keinen Rundrücken oder „Katzenbuckel“ machen).
- Achten Sie auf ausreichenden Bewegungsraum beim Anheben der Last.
- Heben Sie die Last gleichmäßig an durch Strecken im Hüft-, Knie- und Sprunggelenk.
- Heben Sie die Last nicht ruckhaft an.
- Drehen Sie nach dem Anheben der Last den ganzen Körper in die Richtung, in die Sie den Gegenstand absetzen wollen (nicht die Wirbelsäule verdrehen).
- Die geeignete Absetzhöhe beträgt zwischen 70 cm und 110 cm.
- Heben Sie keine schweren oder sperrigen Gegenstände mit Hilfe von Leitern in Regale.
- Lagern Sie Gegenstände so, dass sie nicht herabfallen, umfallen oder wegrollen können.
- Berücksichtigen Sie beim Stapeln die maximal zulässigen Stapelhöhen.
- Tragen Sie lange Gegenstände umsichtig.
- Halten Sie die Verkehrswege, Flucht- und Rettungswege, Feuerlöscheinrichtungen und Verteilereinrichtungen frei.
- Versuchen Sie nicht, scharfkantige fallende Gegenstände aufzufangen.

Persönliche Schutzausrüstungen

- Tragen Sie Sicherheitsschuhe S1.
- Tragen Sie Schutzhandschuhe, wenn die Gefahr von Handverletzungen besteht (z. B. Umgang mit Blechen, Gefahrstoffen).

Umgang mit Arbeitsmitteln

- Halten Sie sich nicht unter angehobenen Lasten auf.
- Bedienen Sie Hebezeuge nur, wenn Sie eingewiesen wurden.
- Beachten Sie beim Abstellen von Lasten auf die zulässige Bodenbelastbarkeit und die zulässige Belastbarkeit von Fächern und Regalen.

Weitere wichtige Hinweise

- Tragen Sie, wenn möglich, eine Last in kleineren Teilen statt den ganzen Gegenstand auf einmal.
- Nehmen Sie an den angebotenen arbeitsmedizinischen Vorsorgeuntersuchungen teil.

Datum:

.....
Unterschrift des Unterweisenden

.....
Unterschrift des Unterwiesenen

Unterweisungsnachweis	
Thema:	Persönliche Schutzausrüstung
Firma	Laurat GmbH
Abteilung	alle Mitarbeiter
Vorgesetzter	Christian Heimbach

Die Berufsgenossenschaftliche Vorschrift „DGUV Vorschrift 1“ schreibt dem Unternehmer vor:

- Der Unternehmer hat gemäß § 3 der PSA-Benutzungsverordnung den Versicherten geeignete persönliche Schutzausrüstungen bereitzustellen; vor der Bereitstellung hat er die Versicherten anzuhören.
- Der Unternehmer hat dafür zu sorgen, dass die persönlichen Schutzausrüstungen den Versicherten in ausreichender Anzahl zur persönlichen Verwendung für die Tätigkeit am Arbeitsplatz zur Verfügung gestellt werden. (...)
- Der Unternehmer hat dafür zu sorgen, dass persönliche Schutzausrüstungen entsprechend bestehender Tragezeitbegrenzungen und Gebrauchsdauern bestimmungsgemäß benutzt werden.

Aber nicht nur der Unternehmer ist in der Pflicht, Schutzausrüstung zu stellen, sondern auch der Mitarbeiter ist verpflichtet, diese zu tragen.

Gemäß der entsprechenden Unfallverhütungsvorschriften (DGUV Vorschrift1) ist jeder Mitarbeiter zum Tragen von Persönlicher Schutzausrüstung verpflichtet.

- Die Versicherten haben die persönlichen Schutzausrüstungen bestimmungsgemäß zu benutzen, regelmäßig auf ihren ordnungsgemäßen Zustand zu prüfen und festgestellte Mängel dem Unternehmer unverzüglich zu melden

Was für Folgen hat die Nichtbeachtung?

Gesundheitliche Folgen

- Nichtbenutzung von Persönlicher Schutzausrüstung können gesundheitliche Schäden wie z.B. Verletzung Erkrankung oder Berufsunfähigkeit zur Folge haben.

Arbeitsrechtliche Folgen

- Durch das Nichtbeachten von Anweisungen des Unternehmers kann die Geschäftsleitung Konsequenzen ziehen, wie z.B. das Aussprechen einer Abmahnung oder der Kündigung.

Finanzielle Folgen

- Der Unternehmer kann es sich vorbehalten, bei einem Unfall, der durch das Tragen von Persönlicher Schutzausrüstung hätte vermieden werden können, Kürzungen oder Streichung der Lohnfortzahlung im Krankheitsfall vorzunehmen. Ein Ausfalltag eines Mitarbeiters können dem Unternehmer Kosten bis zu 500 €/Tag durch Lohnfortzahlung, Produktionsausfall, Einstellung einer Aushilfe (falls überhaupt möglich) usw. entstehen.

Versicherungstechnische Folgen

- Unfälle sind der Berufsgenossenschaft zu melden. Im Unfallmeldebogen muss angegeben werden, welche Persönliche Schutzausrüstung der Betroffene getragen hat. Sollte es sich herausstellen, dass keine Schutzausrüstung getragen wurde, so kann die Berufsgenossenschaft ebenfalls ihre Leistungen kürzen oder einstellen. Hierzu können z.B. Berufsunfähigkeits-Rentenansprüche gehören, die aufgrund der Verletzungen hätten gestellt werden können.

Welche Schutzausrüstung ist zu tragen?

- Die zu tragende Persönlichen Schutzausrüstung ist z. B. auf den aushängenden Betriebsanweisungen ersichtlich. Auch Hinweise und Schilder, die im Betrieb aushängen, wie z.B. Gehörschutz weisen auf die Schutzausrüstung hin.
- Weiterhin wird Ihr Vorgesetzter, der Sicherheitsbeauftragte oder die Sicherheitsfachkraft Sie auf das Tragen von Persönlicher Schutzausrüstung hinweisen und Fragen beantworten können.

Woher erhalte ich die Persönliche Schutzausrüstung?

- Die notwendige Persönliche Schutzausrüstung erhalten Sie von Ihrem Vorgesetzten. An einigen Arbeitsplätzen liegt die Schutzausrüstung aus. Bitte legen Sie sie nach Gebrauch auch dort wieder zurück.
- Bedenken Sie: Auch die Persönliche Schutzausrüstungen kosten Geld, welches verdient werden muss. Gehen Sie daher bitte pfleglich mit der Ihnen anvertrauten Ausrüstung um und nehmen Sie nur so viel, wie Sie wirklich benötigen.

Datum:

.....
Unterschrift des Unterweisenden

.....
Unterschrift des Unterwiesenen