

suva



STOP RISK
10 Tipps gegen
Sturzunfälle



1 Lueg uf e Wäg.

- Ich gehe auf dem Schotter. Wegen der Ausrutschgefahr trete ich nie auf Schienenköpfe, Schwellen oder Weichenzungen.
- Sicherheitsschuhe und Warnkleider sind wichtig für meine Sicherheit.



2 Sicher auf- und absteigen ...

- Ich benutze immer beide Handgriffe.
- Beim Absteigen achte ich auf Boden-
unebenheiten und Hindernisse.
- Ich steige nur auf oder ab, wenn das Fahrzeug
stillsteht.



3 ... auch bei Personenwagen.

- Zuerst stelle ich das Material ab.
- Ich halte mich mit mindestens einer Hand fest und lasse erst los, wenn ich wieder sicheren Stand habe.



4 Keine Stolperfallen!

- Ich beseitige Stolperfallen – auch aus Rücksicht auf meine Kolleginnen und Kollegen.
- Wenn ich die Stolperfalle nicht selber beseitigen kann, informiere ich meine Vorgesetzten.



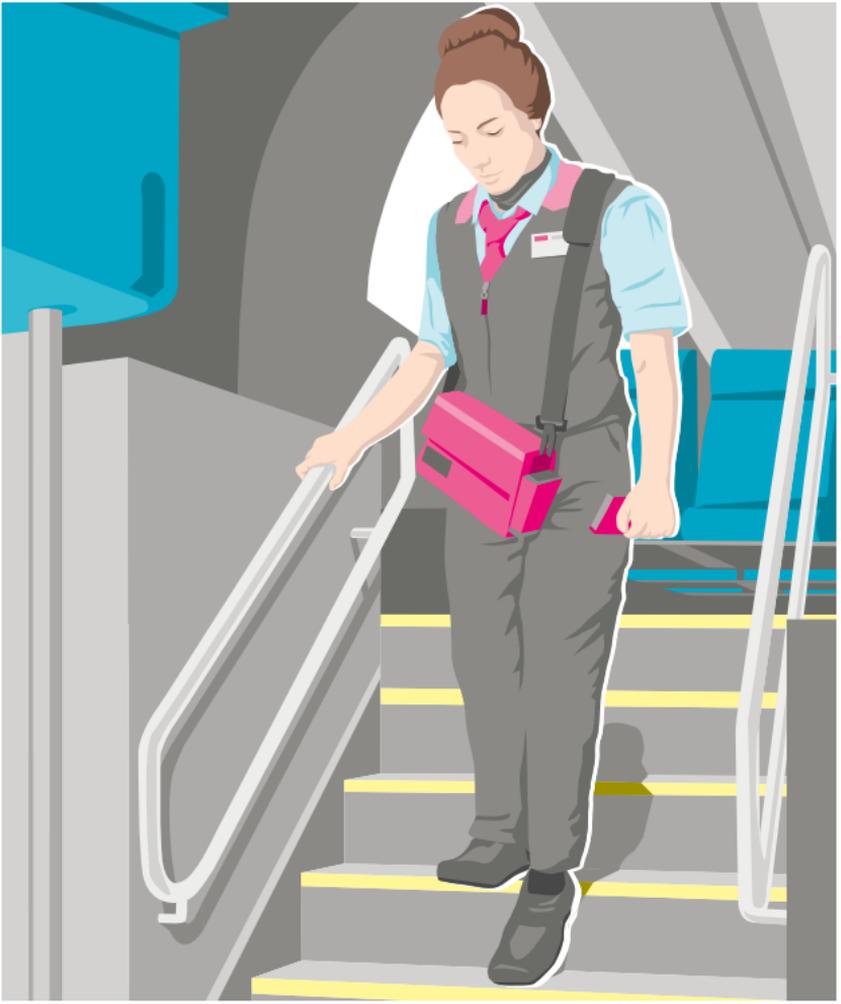
5 Temporäre Gefahrenstellen signalisieren.

- Ich signalisiere Baustellen und andere temporäre Hindernisse.
- Wenn nötig bringe ich eine Beleuchtung an.



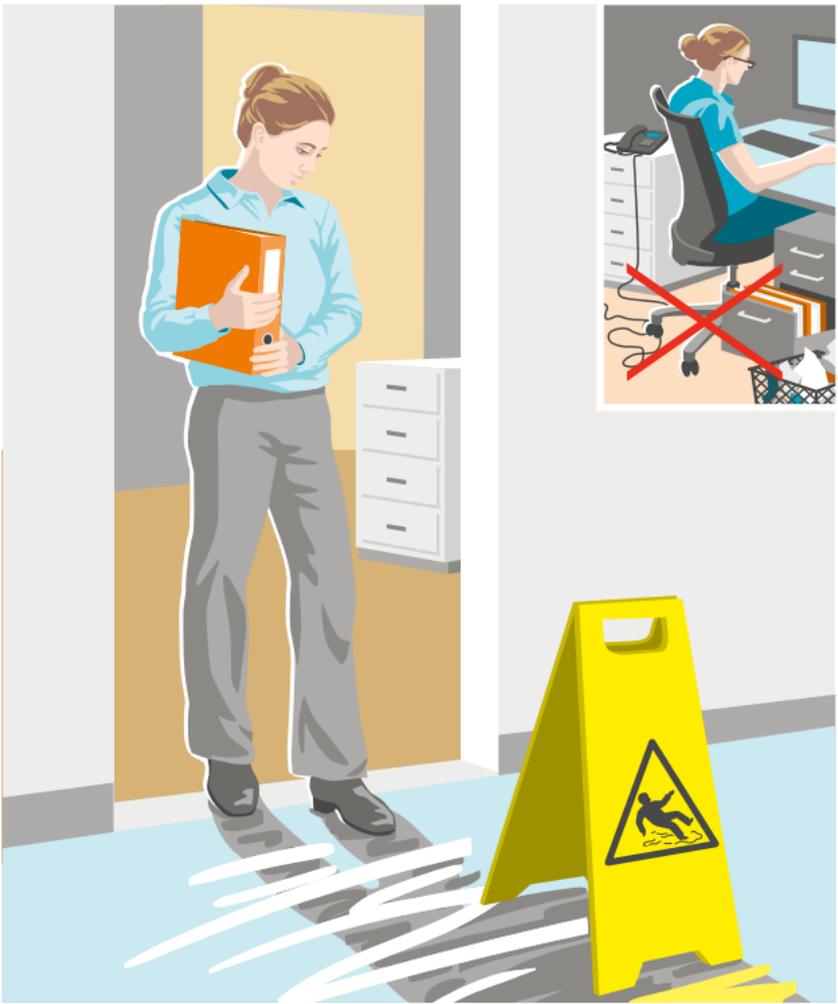
6 Vorsicht beim Mitfahren.

- Ich nehme einen sicheren, festen Stand ein.
- Wenn immer möglich halte ich mich mit beiden Händen fest.
- Ich achte auf Gegenstände, die in den Fahrweg ragen.



7 Handlauf benutzen.

- Auf Treppen benutze ich den Handlauf.
- Ich nehme immer nur eine Stufe auf einmal.



8 Stürzen kann man auch im Büro.

- Ich achte auf Rutschgefahren und beseitige Stolperfallen und Hindernisse (Ordnung!).



9 Leitern haben ihre Tücken.

- Ich achte auf einen sicheren Stand der Leiter. Wenn nötig sperre ich den Arbeitsbereich ab.
- Bei einer Bockleiter stehe ich nie auf die obersten zwei Sprossen. Ich prüfe, ob die Spreizsicherung gestreckt ist.
- Bei einer Anstellleiter stehe ich nie auf die obersten drei Sprossen. Ich wähle einen sicheren Anstellwinkel.
- Im Gleisbereich setze ich Leitern nur ein, wenn ich dafür ausgebildet bin.



10 Lueg uf e Wäg – auch in der Freizeit.

- Ich achte auch in der Freizeit auf meine Sicherheit und Gesundheit – beim Sport, im Haus und im Garten, auf Treppen und Leitern.

Ein Drittel aller Berufsunfälle sind Sturzunfälle.

Bei den Eisenbahnen ereignet sich ein Grossteil dieser Unfälle beim Gehen und Arbeiten im Gleisfeld und beim Auf- und Absteigen von Fahrzeugen.

Wir neigen dazu, das Unfallrisiko bei einfachen, gewohnten Tätigkeiten wie «Gehen» oder «Auf- und Absteigen» zu unterschätzen. Um so wichtiger ist es, dass Sie die Tipps in diesem Faltprospekt bei der täglichen Arbeit bewusst umsetzen – Ihrer Sicherheit und Gesundheit zuliebe.

Suva

Postfach, 6002 Luzern

Auskünfte

Bereich Gewerbe und Industrie

Tel. 058 411 12 12

kundendienst@suva.ch

Bestellungen

www.suva.ch/84022.d

Titel

STOP RISK – 10 Tipps gegen Sturzunfälle

Gedruckt in der Schweiz

Abdruck – ausser für kommerzielle Nutzung – mit Quellenangabe gestattet.

Erstausgabe: März 2003

Überarbeitete Ausgabe: April 2021

Publikationsnummer

84022.d



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Finanziert durch die EKAS
www.ekas.ch