

benefit

Fussball

Diese 5 Fair-play-Regeln verhindern teure Unfälle.

Suva-Prämien

779 Millionen fließen 2022 an die Kunden zurück.



Suva-Sicherheitsspezialist
**Gratistipps vom
Fachmann**

**«Ich kann nie
mit meinem
Sohn Fussball
spielen.»»**

Stanislav Machovsky (36)



Vor Ort

Harte Realität

Bulgarien, 4. August 2019

«Die elektronische Winde zog mich zur Tau-Trommel, mein Bein war in der Leine verheddert. Die Kollegen eilten mir zu Hilfe, aber es war zu spät: Das Bein war bereits übel zugerichtet. Ein Routinemanöver, das ich in meinen 9 Jahren als Matrose für die Avalon Europe AG/River Nautical GmbH schon ungezählte Male gemacht hatte, war schiefgegangen. Zur Erstversorgung kam ich in ein bulgarisches Spital. Die Suva veranlasste zum Glück eine Überweisung ins Kantonsspital Aarau. Wegen eines Infekts hätte ich andernfalls nicht überlebt. Die Ärzte mussten das Bein amputieren. Während des Aufenthalts in der Rehaklinik Bellikon bekam ich die Prothese. Mein Vorgesetzter, Mika Mihic, versicherte mir, dass ich weiterbeschäftigt würde. Gott sei Dank hatte ich das Kapitänspatent für Donau und Elbe und konnte als Steuermann zurückkehren. Wenige Monate nach dem Unfall kam mein Sohn zur Welt. Er hat mir Glück ins Leben zurückgebracht. Ich mache mir aber grosse Sorgen, dass ich nicht der Vater sein kann, der ich sein möchte. Rumtoben oder Fussballspielen wird nicht möglich sein. Das macht mich traurig.»

Stanislav Machovsky

Die andere Seite

«Seine gesamte Lebenseinstellung, seine Zuverlässigkeit und sein enormer Wille liessen uns keine Sekunde zweifeln, dass Stanislav



Machovsky die Wiedereingliederung schaffen würde. Noch während der Pandemie konnte er beweisen, dass er ein gutes Gefühl für ein 135 Meter langes Schiff hat.»

**Mika Mihic, Senior Manager
Nautic; Avalon Europe AG**

suva.ch/wiedereingliederung

Nach einem Unfall begleitet und unterstützt die Suva die Betroffenen auf ihrem Weg zur Rehabilitation.

FOTO: MIRO MIRANOVYCH





Regula Müller,
Chefredaktorin



Partnerschaftlich zu mehr Arbeitssicherheit

Der Druck auf den Polier einer Baustelle ist hoch. Er muss die Arbeiten koordinieren und vorantreiben, damit er den Zeitplan einhalten kann. Gleichzeitig ist er vor Ort aber auch für die Arbeitssicherheit seiner Mitarbeitenden zuständig. Er schult diese in den lebenswichtigen Regeln und kontrolliert, ob sie auch eingehalten werden. Die Suva fördert die Arbeitssicherheit mit unangekündigten Besuchen auf Baustellen.

Der Suva-Experte Sicherheit und Gesundheit, René Muoser, macht in diesem Heft zusammen mit dem Geschäftsführer der Estermann AG, Peter Moos, einen Rundgang durch die Baustelle. Muoser kritisiert nicht nur die Mängel. Er macht auch konkrete Lösungsvorschläge, die er sogleich mit dem Polier bespricht.

Nachdem die Schweizer Fussballnationalmannschaft im Sommer Grossartiges geleistet hat, ist diese Sportart wohl beliebter als je zuvor. Jährlich verletzen sich dabei jedoch 45 000 Menschen. Zahlen des Sozialforschungsinstituts Lamprecht und Stamm belegen, dass jeder dritte Unfall im Schweizer Klubfussball auf ein Foul zurückzuführen ist. Wie man das ändern könnte, lesen Sie ab Seite 12.

Viel Spass beim Lesen wünscht

Regula Müller, Chefredaktorin

Impressum

Herausgeberin: Suva, Postfach, 6002 Luzern, suva.ch; benefit@suva.ch
Chefredaktion: Regula Müller; **Redaktion:** Alois Felber
Übersetzungen: Sprachenmanagement der Suva
Fotografie: Miro Miranovych, Herbert Zimmermann, Erwin Auf der Maur
Konzeption und Layout: tnt-graphics AG; **Illustration:** tnt-graphics AG
Bestellungen: suva.ch/benefit; **Adressänderungen:** Suva, Kundendienst, Postfach, 6002 Luzern, 041 419 58 51, kundendienst@suva.ch
 Dieses Magazin wird klimaneutral in der Schweiz gedruckt: myclimate.org

Für
Sie im
Einsatz

Kursleitende ASGS

Was: Unsere Kursleitenden bilden jährlich rund 250 Spezialisten und Spezialistinnen aus den Branchen Bau, Gewerbe und Industrie sowie Dienstleistungen für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz (ASGS) aus. Die Ausbildung wird mit einer eidgenössischen Prüfung abgeschlossen.

Warum: Durch den eidgenössischen Fachausweis erlangen die Teilnehmenden die Grundlagen, um ihre Funktion als Sicherheitsbeauftragte in einem Unternehmen wahrzunehmen. In dieser Funktion stellen sie sicher, dass die gesetzlichen Bestimmungen bezüglich ASGS in den Betrieben praktisch umgesetzt werden. Die Kursleitenden vermitteln den Stoff und fördern die Entwicklung von Kompetenzen in einer Mischung aus Selbstlernphasen und Präsenzunterricht.

Wer: Alle Kursleitenden der Suva sind Expertinnen und Experten mit langjähriger Erfahrung. Somit lernen die Teilnehmenden vom Profi, der praktisches Handeln und typische Arbeitssituationen ins Zentrum stellt.

Anmeldung zum ASGS-Kurs und viele weitere Kurse:
suva.ch/kurse



GUTE FRAGE

Wie sind Auffangnetze einzusetzen?



Michael Kaufmann, Spezialist Sicherheit und Gesundheit

Bei der Montage von Dach- und Deckenelementen sind Mitarbeitende ab einer Absturzhöhe von drei Metern mit Auffangnetzen gegen Absturz nach innen zu schützen. Michael Kaufmann, Spezialist Sicherheit und Gesundheit der Suva, präzisiert: «Auffangnetze sind wo immer möglich von Hubarbeitsbühnen aus zu montieren. Die Montage mit Leitern ist zu riskant.» Ausserdem dürfen nur geschulte Fachleute die Auffangnetze montieren. Die Auffangnetze müssen mindestens alle zweieinhalb Meter mit Aufhängeseilen oder spezifischen Verbindungsmitteln aufgehängt sein. «So ist ein sicheres Auffangen von Stürzen gewährleistet.» Um einen Absturz zwischen festen Bauteilen und den Auffangnetzen zu verhindern, darf der Abstand am Netzrand an keiner Stelle 30 Zentimeter überschreiten. «Auffangnetze sind täglich einer Sichtkontrolle zu unterziehen. Um die Funktionalität der Auffangnetze zu gewährleisten, müssen diese jährlich kontrolliert werden.»

suva.ch/ribi
suva.ch/33001.d

Sicher in den Bergen unterwegs

Gute Wanderschuhe, Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und körperliche Fitness sind die wichtigsten Grundvoraussetzungen für eine sichere Wanderung auf Schweizer Wanderwegen. Laut einer Studie der Beratungsstelle für Unfallverhütung bfu erfüllen allerdings viele Wandernde diese Grundbedingungen nicht. Das führt jährlich zu 40 tödlichen und 4000 schweren Unfällen auf unseren Wanderwegen.

Hier finden Sie Tipps, wie Sie sicher wandern:

suva.ch/wandern

FOTO: MIKE PALMOWSKI/UNSPASH



Vorteile der elektronischen Schadenmeldung

Ab sofort können Unternehmen mit einer Swisdec-KLE-zertifizierten Lohnbuchhaltungssoftware die Schadenabwicklung mit der Suva 100 % digital erledigen – von der Schadenmeldung über die Leistungsabrechnung bis zum Fallabschluss. **Das bietet viele Vorteile:**

- 1 hohe Effizienz und Real-Time-Feedback bei der Verarbeitung und der Abwicklung
- 2 keine manuellen Prozesse für die Datenübertragung
- 3 elektronische Übermittlung von UVG-, UVG-Z- und KTG-Meldungen an angeschlossene Versicherer
- 4 jederzeit aktuelle Statusinformationen zur Fallabwicklung abrufbar
- 5 elektronischer Versand von Arbeitsunfähigkeitsdaten aus der Lohnbuchhaltung
- 6 automatisierte Verarbeitung von Taggeldabrechnungen in der Lohnsoftware
- 7 Austausch von Nachrichten und Dokumenten direkt aus der Lohnsoftware

Weitere Infos unter suva.ch/schadenmeldung



25 %

Ein Viertel aller Stolper- und Sturzunfälle geschehen auf Treppen. Rutschfeste Tritte, hindernisfreie Treppen und Handläufe schützen davor. suva.ch/stolpern



Gratistipps während Kontrollen

Mit unangekündigten Besuchen fördert die Suva die Sicherheit auf Baustellen. Der Suva-Experte Sicherheit und Gesundheitsschutz René Muoser besichtigt gemeinsam mit Peter Moos, dem Geschäftsführer der Estermann AG, eine Baustelle.

Text: Regula Müller; Fotos: Herbert Zimmermann



René Muoser (links) und Peter Moos bereiten sich auf die Besichtigung vor.

René Muoser übt auf dem Rundgang nicht nur Kritik. Er macht auch konkrete Lösungsvorschläge (Foto rechts).



Im Video zeigt Ihnen René Muoser, wie eine Baustellenbegehung im Sinne der Arbeitssicherheit abläuft. suva.ch/kontrolle-beratung



Der erste Eindruck einer Baustelle ist nicht immer aussagekräftig», sagt René Muoser. Die Baustelle könne aufgeräumt wirken, aber im Detail lebensgefährliche Mängel aufweisen. Oder aber es wirke auf den ersten Blick chaotisch, die wichtigsten Sicherheitsbestimmungen würden jedoch eingehalten. «Im Idealfall stimmt beides.» René Muoser hat in seiner 11-jährigen Tätigkeit als Experte Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Suva schon unzählige Baustellen besucht. Dabei ist seine Aufgabe, in dem ihm zugeteilten geografischen Gebiet zu kontrollieren, ob die Anforderungen an die Arbeitssicherheit und den Gesundheitsschutz eingehalten werden. Der gelernte Tiefbauzeichner und Bauingenieur ist sich bewusst, dass seine Kontrollen lediglich eine Momentaufnahme zeigen. «Einige Stunden später sieht die Baustelle bereits wieder anders aus.»



Partnerschaftlich

In Unterägeri (ZG) baut das Bauunternehmen Estermann AG aus Geuensee derzeit ein Schulhaus. Hier trifft Muoser heute auf den Geschäftsführer Peter Moos. «Ich sehe diese Kontrollen als Chance», erklärt Moos. «Wenn ich bereit bin, zuzuhören, erhalte ich wertvolle Tipps, um Mängel einfach zu beheben.»

Als Erstes fallen Muoser vorstehende Bewehrungseisen auf: «Hier braucht es eine Abdeckung zur Sicherung. Vor allem die Eisenspitzen auf Augenhöhe können schwere Verletzungen verursachen.» Mit Augenverletzungen haben die Mitarbeitenden der Estermann AG schon negative Erfahrungen gemacht. Daher gilt seit 2016 die Schutzbrillenpflicht. 2020 kam es dank dieser Massnahme zu keiner einzigen Augenverletzung. >

«Wenn ich bereit bin, zuzuhören, erhalte ich wertvolle Tipps, um Mängel einfach zu beheben.»

Peter Moos

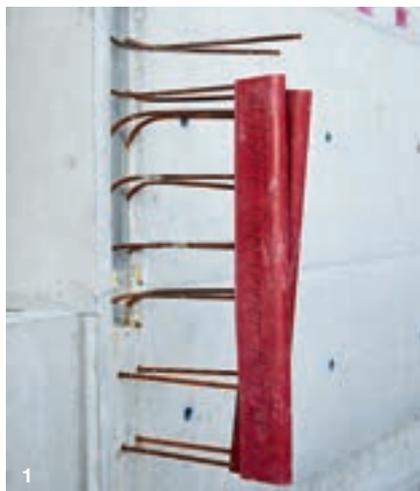
1 Vorstehende Bewehrungseisen müssen abgedeckt sein.

2 Kontrolle des Abstands zwischen Gerüst und Fassade.

3 Gehörschutz am Helm: alles korrekt umgesetzt.

4 Muoser kontrolliert auch den Zustand der Maschinen.

5 Hinweise auf Sicherheitsvorschriften.





Der Abstand des Gerüsts zur Fassade ist in diesem Bereich zu gross. Gebäudeseitig fehlt die entsprechende Absturzschutzmassnahme.



3



4



5



René Muoser macht beim Baustellenrundgang auf Gefahren aufmerksam.



Neue Themen für das Präventionsprogramm

Kennen Sie schon unseren digitalen Service «Mein Präventionsprogramm»? Neu finden Sie die Themen «Unfallfrei zu Hause» und «Strassentransport» in diesem Angebot. «Mein Präventionsprogramm» unterstützt Sie bei der Präventionsarbeit im Unternehmen. suva.ch/praeventionsprogramm

Präventionsmodule zur Arbeitssicherheit

Die Suva bietet drei neue Workshops zur Organisation der Arbeitssicherheit an. Die von einer Fachperson der Suva im Betrieb durchgeführten Workshops unterstützen Führungsverantwortliche dabei, drei wichtige Themen mit den passenden Hilfsmitteln umzusetzen: die Gefährdungsermittlung, die Ereignisabklärung und das Sicherheitsaudit. suva.ch/praeventionsmodule



«Der erste Eindruck einer Baustelle ist nicht immer aussagekräftig.»

René Muoser

Vorausschauend

Die Firma Estermann AG fokussiert sich derzeit bei der Arbeitssicherheit auf korrekte Arbeitsgerüste. Allzu rasch käme es da zu Ungenauigkeiten mit Absturzgefahren. Eine engere Zusammenarbeit zwischen dem Gerüstbauer und dem Polier würde Abhilfe schaffen. Tatsächlich macht Muoser auf dem Rundgang eine Entdeckung am Gerüst, die zu Abstürzen führen könnte. «An vereinzelt Stellen ist der Abstand zwischen dem Gerüst und der Fassade grösser als 30 cm», erklärt Muoser dem Geschäftsführer und dem dazugerufenen Polier. «Zwingend braucht es da eine Innenkonsole.» Moos, der viel Wert auf die Gesundheit und die Arbeitssicherheit seiner Mitarbeitenden legt, sagt: «In diesem Jahr schulen wir die Poliere in der Gerüstabnahme. Ein geführtes Protokoll soll solche Fehler künftig vermeiden.» Seit 2017 ist Moos Geschäftsführer der Estermann AG und seit der ersten Stunde ein Verfechter von mehr Arbeitssicherheit. Er wolle, dass seine Mitarbeitenden am Abend gesund nach Hause zurückkehrten. «Ich bin aber vor allem auch überzeugt davon, dass sicheres Arbeiten die Arbeitsqualität und -effizienz steigert. Ordnung auf der Baustelle und sorgfältig geplante Arbeiten unter Einbezug der Arbeitssicherheit sparen Zeit und Nerven.»

Automatisiert

Während des Rundgangs spricht Muoser einzelne Mitarbeitende direkt an. Entweder weist er sie auf das Tragen der persönlichen Schutzausrüstung hin oder aber er fragt nach den lebenswichtigen Regeln. «Unsere Poliere müssen wöchentlich die acht wichtigsten Regeln im Hochbau schulen», sagt Moos. «Die Regeln müssen in Fleisch und Blut übergehen.» Denn der Polier, der letztlich vor Ort für die Sicherheit zuständig sei, fokussiere auf die Bauarbeiten und darauf, dass die Termine eingehalten würden. «Die Regeln müssen daher automatisiert sein und ohne gross nachzudenken umgesetzt werden.» Solche Aussagen motivieren Muoser in seiner Arbeit: «Mir macht es Freude, mein Wissen weiterzugeben und so sicheres Arbeiten zu unterstützen.»

Geld zurück

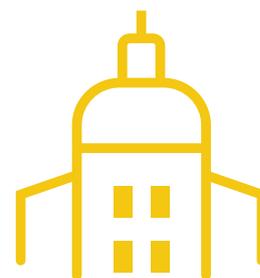
Die Suva arbeitet nicht gewinnorientiert. Überschüsse gibt sie in Form von tieferen Prämien an die Versicherten zurück. 2022 wird die durchschnittliche Prämienbelastung historisch tief sein.

[suva.ch/erstattungen](https://www.suva.ch/erstattungen)



82 000 Renten

Das Vermögen der Suva ist vollumfänglich zweckgebunden. Es deckt die Verpflichtungen der Suva für rund 82 000 Renten sowie künftige Heilkosten und Taggelder aus bereits passierten Unfällen.



779

Millionen Franken

Durch die Erstattung der Überschüsse von 779 Millionen Franken ist die durchschnittliche Prämienbelastung sowohl in der Berufsunfallversicherung als auch in der Nichtberufsunfallversicherung im Jahr 2022 historisch tief.

253

Mio. Franken

Rückgabe durch Covid-Überschuss.
Wegen der Covid-Massnahmen sank die Zahl der Unfälle stark.

526

Mio. Franken

Erstattung dank Anlageertrag.
2020 erreichte die Anlageperformance 5,3 Prozent.

-10,8 %

161 468 Berufsunfälle im Jahr 2020

-10,9 %

248 415 Freizeitunfälle im Jahr 2020

Prämienreduktion

Überschüsse fliessen in Form von tieferen Prämien an die Versicherten zurück!

Die Corona-Prämienreduktion wird durch den effektiven Kostenrückgang der jeweiligen Risikoklasse definiert und fällt je nach Branchenzugehörigkeit des Betriebs sehr unterschiedlich aus. Über alle Risikoklassen und die beiden Versicherungszweige (BUV und NBUV) betragen die Rückerstattungen im Durchschnitt rund 7 % der Nettoprämie. Die zusätzliche Prämienreduktion aufgrund guter Anlageerträge beträgt für alle Versicherten 15 % der Nettoprämie.

-22%

Fairplay gewinnt

Jede dritte Fussballverletzung ist auf ein Foul zurückzuführen. Daraus resultieren schwere Verletzungen. Mit den fünf Fairplay-Regeln lässt sich Fussball sicherer machen.

Text: Regula Müller; Grafik: tnt-graphics

Bevor ich dem Gegner erlaube, ein Tor zu schiessen, muss ich ihn mit allen Mitteln daran hindern – und wenn ich das nicht mit fairen Mitteln tun kann, dann muss ich es eben mit einem Foul tun.» Dieser Satz schrieb Paul Breitner, deutscher Fussballweltmeister von 1974, in einem seiner Bücher in den 80er-Jahren. 40 Jahre später sieht es in diesem Sport nicht viel besser aus. Ein Drittel aller Fussballunfälle im Schweizer Klubfussball passieren wegen eines Foulspiels. Dies belegen die Zahlen des Sozialforschungsinstituts Lamprecht und Stamm.

Es ginge auch anders. Davon ist Christian Fassnacht, Profifussballer bei den Berner Young Boys, überzeugt: «Fairplay bedeutet für mich, den Gegner und den Schiedsrichter zu respektieren. Auch wenn ich dadurch Entscheide provoziere, die dem Gegner einen Vorteil verschaffen.» Diese Erkenntnis hat sich im Breitensport noch längst nicht durchgesetzt: Im Suva-Fussballtest geben fast die Hälfte der Befragten an, ihre Gesundheit für einen Sieg aufs Spiel zu setzen. Anders sieht

das Lara Dickenmann, Schweizer Rekord-Nationalspielerin und Champions-League-Siegerin: «Für mich ist Fairplay die Grundlage des Sports und des Fussballs. Ohne Fairplay kann kein Spiel ausgetragen werden.»

Wichtige Einflüsse

Trainer und Trainerinnen sind zentrale Figuren, wenn es um fairen Fussball geht. Über drei Viertel geben an, dass sie ihre eigenen Spielerinnen und Spieler zur Brust nehmen, wenn diese unfair spielen. Das bestätigt auch der Nachwuchstrainer

«Für mich ist Fairplay die Grundlage des Sports und des Fussballs. Ohne Fairplay kann kein Spiel ausgetragen werden.»

Lara Dickenmann

beim FC Basel und Klublegende beim FC Thun, Dennis Hediger: «Ein Tor oder ein Sieg kann nie mehr wert sein als Fairplay. Es ist mir als Nachwuchstrainer wichtig, dass meine Jungs diesen Grundsatz verstehen.» Fairplay sei eine Kompetenz, die nicht nur im Fussball, sondern auch im Leben wichtig sei. «Am schönsten ist es natürlich, wenn mit Fairplay ein Sieg erreicht wird.»

Auch Schiedsrichtende spielen eine zentrale Rolle bei der Unfallprävention. Pro Jahr verteilen sie rund 125 000 gelbe und rote Karten – jede zweite wegen gesundheitsgefährdenden Vergehen. Das kommt nicht überall gut an: In 2 von 100 Spielen kam es bei den Junioren-A-Spielen zu Vergehen gegen die Unparteiischen. Die Profis agieren deutlich besonnener: Auf 100 Spiele kommen nur gerade 0,3 Vorfälle gegen den Schiedsrichtenden.

Verletzungsrisiko steigt

Die Entwicklung auf Schweizer Fussballplätzen ist alarmierend: Das Verletzungsrisiko hat zwischen 2008 und 2015 um fast ein Viertel massiv zugenommen. >



Fairplay-Quiz

Welche Rolle spielt Fairplay für Sie? Und wie gut kennen Sie sich mit den Fairplay-Regeln und den Fussballstars aus? Nehmen Sie am Fussballquiz teil und gewinnen Sie Reisegutscheine im Wert von bis zu 3000 CHF.

suva.ch/fairplay

Wichtige Vorbilder



Spieler/Spielerin

Für 45 Prozent zählt ein gutes Spiel mehr als ein Sieg. Neben Fitness und Ausrüstung sind die 5 Fairplay-Regeln zentral, um Verletzungen vorzubeugen.



Trainer/ Trainerin

Über drei Viertel tolerieren unfaires Spiel nicht. Über 85 % fördern die körperliche Fitness der Spieler.



Schiedsrichter/ Schiedsrichterin

Über 60 000 gelbe und rote Karten pro Jahr wegen gesundheitsgefährdenden Vergehen.

60 000



Zuschauer/Zuschauerin

Auch die Fans leiden mit, wenn auf dem Spielfeld unfair gespielt wird: suva.ch/77246.d



5

Fairplay-Regeln

In Zusammenarbeit mit dem Schweizerischen Fussballverband (SFV) hat die Suva fünf Fairplay-Regeln definiert.

1 Ich handle vorbildlich



Auf und neben dem Platz begegne ich allen mit Respekt und Anstand. Bei Sieg und Niederlage bewahre ich Haltung.

2 Ich akzeptiere Entscheide



Ich akzeptiere alle Entscheide des Schiedsrichters und des Trainers – auch wenn ich anderer Meinung bin.

3 Ich spiele verantwortungsvoll



Ich spiele verantwortungsvoll und fühle mich für die körperliche und seelische Unversehrtheit meiner Gegenspieler verantwortlich.

4 Ich bleibe cool



Ich bewahre auch in hitzigen und spielentscheidenden Situationen einen kühlen Kopf. Bei Konflikten wirke ich beruhigend ein.

5 Ich denke und handle positiv



Ich zeige im Spiel und im Training eine positive Einstellung und Körpersprache.

3 Übungen für verletzungsfreien Fussball

Rumpfmuskulatur kräftigen

- 1 Bäuchlings auf den Boden legen.
- 2 Den Körper vom Boden abheben, auf die Ellenbogen und Zehen abstützen. Die Ellenbogen liegen direkt unter dem Schultergelenk. Der Körper bildet eine gerade Linie. Das Gesäss flach halten.
- 3 Die Übung gilt als beendet, sobald der Oberkörper durchhängt.
- 4 Die Übung bei Schmerzen sofort abbrechen.



Einbeinstand trainieren

- 1 Auf das rechte Bein stellen und die Arme zur Seite strecken.
- 2 Die linke Hand zum Fuss des Standbeins führen und kurz den Boden berühren. Dann wieder ganz aufrichten.
- 3 Diesen Bewegungsablauf so oft wie möglich wiederholen. Danach die Seite wechseln.
- 4 Das Standbein ist nie ganz gestreckt, das Knie zeigt immer in Blickrichtung und darf sich nicht verdrehen.
- 5 Das freie Bein darf den Boden nicht berühren, der Rücken sollte gerade bleiben (kein Katzenbuckel).

Hintere Oberschenkelmuskulatur kräftigen

- 1 Auf den Rücken legen, die Beine geschlossen und angewinkelt. Zwischen Gesäss und Ferse etwas weniger als eine Schuhlänge Abstand.
- 2 Arme mit der Handfläche nach unten neben den Körper legen.
- 3 Hüfte nach oben drücken, Oberschenkel und Rücken bilden eine Gerade. Den Fuss heben, bis das Bein gestreckt ist.
- 4 Das Gewicht verteilt sich auf den Schultern und dem Bein. Der Kopf liegt entspannt auf dem Boden.
- 5 Übung beenden, sobald die Position nicht mehr zu halten ist oder man Schmerzen empfindet.



Unter anderem hat das auch mit der höheren Intensität im Spiel zu tun. Zwischen 2004 und 2015 stieg die Zahl der Kontaktverletzungen von 4,7 auf 5,6 Verletzungen pro 1000 Spielstunden. Im gleichen Zeitraum stieg auch die Zahl der Unfälle ohne Gegnerkontakt während des Trainings: von 1,8 auf 2,2 Verletzungen pro 1000 Spielstunden. Alter und Geschlecht spielen beim Unfallgeschehen ebenfalls eine Rolle: So sind über 30-jährige doppelt so häufig von Unfällen betroffen wie A/B-Junioren. 93 Prozent der Verunfallten sind Männer.

Hohe Kosten durch Verletzungen

Der unbedingte Wille zum Sieg hat aber einen hohen volkswirtschaftlichen Preis: 45 000 unfallversicherte Arbeitnehmende verletzen sich in der Schweiz jährlich beim Kicken. Das entspricht der Einwohnerzahl des Kantons Nidwalden. Durch Fussballverletzungen entstehen der Suva jährlich laufende Kosten von rund 198 Mio. Franken. Im Schnitt kostet ein Unfall gegen 3500 Franken. Besonders gefährlich sind Tacklings und Kollisionen, deren Folgen am häufigsten ärztlich behandelt werden müssen. Überdurchschnittlich langwierig ist die Behandlung von Knieverletzungen, die häufig eine

Heilungszeit von über einem Monat verursachen. Zur körperlichen Verletzung kommt die psychische Belastung, betont Dennis Hediger: «Verletzungen gehören beim Sport dazu. Wenn diese aber durch

Fussballverletzungen führen im Jahr zu bis zu 500 000 Ausfalltagen. Das kostet den Betrieb im Schnitt 6000 bis 10 000 Franken.

unfares Verhalten zugefügt wurden, ist eine Reha viel schwieriger zu ertragen.» Christian Fassnacht ergänzt: «Eine Verletzung ist für mich als Sportler das Schlimmste. Das will ich unbedingt vermeiden. Deswegen gilt es für mich, den Gegner zu respektieren und im Zweikampf kein Verletzungsrisiko in Kauf zu nehmen.»

Auch für Amateurspieler und -spielerinnen können Fussballverletzungen teilweise schwerwiegende Konsequenzen haben. Pro Jahr erleiden 34 Verunfallte sogar eine dauerhafte Invalidität.

Einschneidend für den Betrieb

Arbeitgebende spüren die Folgen all dieser Unfälle sehr direkt. Fussballverletzungen führen im Jahr zu bis zu 500 000 Ausfalltagen. Das kostet den Betrieb im Schnitt 6000 bis 10 000 Franken. Nach einem Unfall fehlt der Angestellte im Durchschnitt zwei Wochen.

Die Unternehmen müssen aber nicht nur die unfallbedingten Ausfälle mit zusätzlichem Personaleinsatz stemmen, sondern erleiden auch wirtschaftliche Einbussen: Ersatzpersonal muss eingearbeitet oder Aufträge können nicht rechtzeitig ausgeführt werden. Mit Prävention im Betrieb können fussballbegeisterte Mitarbeitende für das Verletzungsrisiko beim Fussballspielen sensibilisiert werden, um Verletzungen und Ausfällen vorzubeugen. ●

suva.ch/fussball

Weniger Verletzungen im Fussball bedeuten weniger Ausfalltage im Geschäft.

suva.ch/praeventionsmodule

Neues Fussball-Präventionsmodul: Das Do-it-yourself-Modul «Fairplay-Quiz mit Torwand» verbindet Fussballwissen, Prävention und Spielspass.



Augenschutz

Beim Ausblasen von Sacklöchern, Nutentischen und Ähnlichem können wegfliegende Teile ins Auge geraten. Decken Sie die Blasstelle mit einem Lappen ab, um diese Gefahr zu minimieren. Tragen Sie immer eine Schutzbrille.

Gehörschutz

Der maximal zulässige Lärmpegel von Sicherheitsblaspistolen beträgt 85 dB(A). Mehrlochdüsen reduzieren zwar den Lärm, beim Ausblasen von Sacklöchern oder beim Anblasen von Kanten wird dieser Pegel jedoch überschritten. Tragen Sie daher einen Gehörschutz.

Schutz vor Druckluft

Durch kleine Wunden kann Druckluft unter die Haut dringen. Mehrlochdüsen verteilen den Luftstrom auf mehrere Einzelstrahlen und minimieren dadurch diese Gefahr. Reinigen Sie Kleider am Körper nie mit Druckluft.

Rückschlagschutz

Sicherheitskupplungen dürfen den Anschlussschlauch erst freigeben, wenn der Druck im Schlauch auf einen ungefährlichen Wert gesunken ist ($\leq 1,5$ bar). So besteht keine Gefahr, dass der Anschlussschlauch zurückschlägt. Die Komponenten Düsen, Blasrohr und Blaspistole müssen fest miteinander verbunden sein.

Das
Ding

Sicherheitsblaspistole

Die Arbeit mit Druckluft birgt Unfall- und Gesundheitsgefahren: Augenverletzungen, Gehörschäden oder das Eindringen von Druckluft in den Körper. Mit geeigneten Schutzmassnahmen verhindern Sie Unfälle und Krankheiten.

Weitere Infos auf [suva.ch/88310.d](https://www.suva.ch/88310.d) und [suva.ch/44085.d](https://www.suva.ch/44085.d)

Adrian Bloch ist
Bereichsleiter
Bau bei der Suva
und arbeitete
an der neuen
Verordnung mit.

«Die Verordnung ist breit abgestützt»

Am 1.1.2022 tritt die neue Bauarbeitenverordnung in Kraft. Diese wurde in Zusammenarbeit mit Arbeitnehmer- und Arbeitgeberverbänden erarbeitet und schützt die Mitarbeitenden auf dem Bau noch besser. Adrian Bloch, Bereichsleiter Bau bei der Suva, erklärt, worum es geht.

Interview: Regula Müller; Foto: Herbert Zimmermann

«Der Schutz vor einem Absturz musste vereinheitlicht werden, was in der Planung gewisse Veränderungen nötig macht.»

Adrian Bloch



suva.ch/bauav2022

Hier finden Sie die Bauarbeitenverordnung zum Runterladen und eine Zusammenstellung der wichtigsten Änderungen.

Warum braucht es eine neue Bauarbeitenverordnung?

Die letzte Totalrevision der Bauarbeitenverordnung fand im Jahr 2005 statt, viele Bestimmungen stammen gar noch aus dem Jahr 2000. Im Anschluss gab es ab und an Ergänzungen; die letzte im Jahr 2011. Es ist sicher legitim, dass man nach 15 Jahren die Verordnung dem Stand der Technik anpasst und neu gewonnene Erkenntnisse aus der Prävention einfließen lässt.

Wer hat beschlossen, dass eine neue Verordnung in Kraft treten soll?

Der Input kam von der Eidgenössischen Koordinationskommission für Arbeitssicherheit (EKAS). Sie hat den Antrag an den Bundesrat gestellt, dass diese Verordnung überarbeitet werden muss. Die

Fachkommission Bau der EKAS hat die Suva und sämtliche Arbeitnehmer- und Arbeitgeberorganisationen, die wesentlich von den Änderungen betroffen sind, von Beginn an miteinbezogen. Dank der partnerschaftlichen Erarbeitung können wir eine breite Abstützung garantieren.

Bisher beinhaltete die Verordnung 86 Artikel. Nicht alle wurden erneuert. Wo konkret gab es Anpassungen?

Um ein Beispiel zu nennen: Der Schutz vor einem Absturz musste vereinheitlicht werden. Auf dem Bau galt die Regel, dass ab einer Absturzhöhe von zwei Metern Absturzsicherungsmaßnahmen getroffen werden müssen. Bei Arbeiten auf dem Dach galt die Absturzsicherung erst ab drei Metern. Das war verwirrend und musste harmonisiert werden. Dadurch werden in der Planung gewisse Veränderungen nötig. Bereits in der Offerte sind beispielsweise bei Arbeiten auf dem Dach ab einer Absturzhöhe von mehr als zwei Metern Absturzsicherungsmaßnahmen auszuschreiben.

Welche Veränderung sorgte bei den Beteiligten für die grösste Diskussion?

Der Einsatz von tragbaren Leitern. Dieser ist in der neuen Verordnung eingeschränkt worden. Es ereignen sich beim Einsatz von Leitern pro Jahr mehr als 5000 Berufsunfälle, leider enden sie oft mit schweren Folgen für die Verunfallten. In der neuen Verordnung steht, dass auf tragbaren Leitern nur noch dann gearbeitet werden darf, wenn kein anderes Arbeitsmittel in Bezug auf die Sicherheit besser geeignet ist.

Stehen auch gänzlich neue Artikel in der Verordnung?

Ja, davon gibt es zwei. Zum einen ist ein neues Schutzziel für Arbeiten bei Sonne, Hitze und Kälte formuliert worden. Zum anderen benötigt jetzt jede Baustelle ein schriftliches, objektspezifisches Sicherheits- und Gesundheitsschutzkonzept.

Konnten Artikel gestrichen werden?

Vieles, was bisher zum Thema Gerüst in der Verordnung stand, wird mittlerweile in Herstellernormen geregelt. Das muss daher nicht mehr drinstehen. Was aber neu verboten ist: ein Fassadengerüst aus vertikal tragenden Holzstangen zu bauen. ●

Wesentliche Änderungen in der Bauarbeitenverordnung

- Harmonisierung der Absturzhöhe auf 2 Meter.
- Arbeiten auf tragbaren Leitern nur, wenn keine sicherere Alternative möglich ist.
- Objektspezifisches, schriftliches Sicherheits- und Gesundheitsschutzkonzept für jede Baustelle obligatorisch.
- Schutzziel für Arbeiten bei Sonne, Hitze und Kälte.
- Fassadengerüste mit vertikal tragenden Holzstangen sind verboten.
- Gräben werden breiter, falls sie beim Verlegen der Leitung begangen werden müssen.



Online-Schulungsangebot

Gesund bleiben, auch im Homeoffice

Die Covid-19-Pandemie hat Homeoffice zur Normalität gemacht. Trotzdem bleibt das Arbeiten zu Hause in vielen Bereichen eine Herausforderung. Die optimale Gestaltung des Arbeitsplatzes und regelmässige Bewegung tragen viel zur Gesunderhaltung der Mitarbeitenden bei. Die Suva bietet dazu eine digitale Schulung für Führungspersonen und Mitarbeitende an. Angeleitet von einer Fachperson lernen die maximal 20 Teilnehmenden unter anderem, ihren

Arbeitsplatz richtig einzurichten, und werden sensibilisiert für die Zusammenhänge zwischen Belastungen und körperlichen Beschwerden.

Homeoffice – entspannt statt verspannt

Präventionsmodul, kostenpflichtig,

Informationen und Buchung: [suva.ch/praeventionsmodule](https://www.suva.ch/praeventionsmodule)

> Thema Gesundheit

Neue Bauarbeitenverordnung

Informationsmittel ab Januar aktualisiert

Am 1. Januar 2022 tritt die revidierte Bauarbeitenverordnung (BauAV) in Kraft. Die Änderungen haben grosse Auswirkungen auf das Informationsangebot der Suva. Die wichtigsten betroffenen Publikationen werden im Januar aktualisiert aufgeschaltet. Einige Publikationen stehen kurzzeitig nicht zur Verfügung.

Neue Bauarbeitenverordnung (BauAV) 2022

Informationen zur Revision:

[suva.ch/bauav2022](https://www.suva.ch/bauav2022)

Notfallkarte überarbeitet

Kleiner nützlicher Helfer im Falle des Falles

Die bewährte Notfallkarte der Suva ist inhaltlich aktualisiert und in neuer Gestaltung erschienen. Wer den kleinen Helfer im Kreditkartenformat bei sich trägt, hat immer die Notfallnummern griffbereit, weiss, was im Falle des Falles zu tun ist, und kann darauf für hilfsbereite Menschen wichtige Informationen zur eigenen Person festhalten.

Notfallkarte

6 Seiten, 54 × 84 mm:

[suva.ch/88217-1.d](https://www.suva.ch/88217-1.d)

Ribi als Stuntman

Den Gefahren auf dem Bau nachgespürt

Roman Ribi ist weiter für die Suva auf Baustellen unterwegs, um mit seiner Video-Serie den Gefahren auf dem Bau nachzuspüren. Damit sensibilisiert er dafür, warum das Einhalten der lebenswichtigen Regeln so wichtig ist. In der neusten Folge versucht sich der erfahrene Bauleiter als Stuntman. Er will damit zeigen, welches das einzige wichtige Netz auf dem Bau ist. Schauen Sie rein.

Ribi on Tour

Video-Serie: [suva.ch/ribi](https://www.suva.ch/ribi)



Präventionsmodul

Clever anpacken – gesund bleiben

Die richtige Technik ist beim Heben und Tragen von Lasten entscheidend, um körperlichen Beschwerden und Erkrankungen vorzubeugen. Schulung ist deshalb wichtig. Genau dabei hilft Ihnen unser neues Do-it-yourself-Präventionsmodul. Sie führen damit im Betrieb selbstständig 3 Lektionen à 45 Minuten durch, in denen Ihre Mitarbeitenden lernen, Lasten clever anzupacken.

Lasten clever anpacken:

suva.ch/modul-lasten-clever-anpacken

Publikationen

Unsere Publikationen können Sie online bestellen:
suva.ch/benefit-bestellkarte

Oder geben Sie die jeweilige Publikationsnummer im Suchfeld unserer Website ein: suva.ch

Neu oder überarbeitet auf suva.ch

Eine Liste aller neuen oder überarbeiteten Publikationen für die Prävention von Unfällen und Berufskrankheiten finden Sie auf suva.ch/publikationen

Weil die Zuschauer mitleiden: Spiel fair, nicht gefährlich.

Kleinplakat A4:
suva.ch/55386.d

Antrag Ausnahmegewilligung Personentransport mit Kranen für die Arbeit auf Bäumen

Formular, 5 Seiten A4, nur als PDF:
suva.ch/88313.d

Vorsicht: Explosionsgefahr bei falschem Umgang mit Grills

Kleinplakat A4:
suva.ch/55390.d



Keine gute Idee: Lifestyle-Schuhe beim Hallensport

Kleinplakat A4:
suva.ch/55380.d

Bleibatterien

Checkliste, 6 Seiten A4:
suva.ch/67119.d

Schmierstoffe

Checkliste, 4 Seiten A4:
suva.ch/67056.d

Arbeitspodeste, Wartungstreppe und -bühnen

Checkliste, 4 Seiten A4:
suva.ch/67076.d

Unerwarteter Anlauf von Maschinen und Anlagen

Checkliste, 6 Seiten A4:
suva.ch/67075.d

Arbeiten an der Baukreissäge

Merkblatt, 16 Seiten A4:
suva.ch/44014.d

Kleinplakate abonnieren:
suva.ch/kleinplakate

Wettbewerb

Bis 17. November 2021 mitmachen und tolle Preise gewinnen: suva.ch/wettbewerb

Ein erholsamer Schlaf ist lebensnotwendig. Übermüdete Mitarbeitende sind weniger leistungsfähig, öfters krank und verunfallen häufiger als die, welche ausgeschlafen sind.

So schlafen Sie gut:
suva.ch/schlafen

Frage: Welcher Tipp hilft, die Schlafqualität zu verbessern?

Antworten:

- A** Ein ruhiges, dunkles und eher kühles Schlafzimmer einrichten
- B** Einige Gläser Wein vor dem Schlafen zu trinken
- C** Im Bett vor dem Einschlafen Mails zu checken



1. Preis: Massage-Gerät

2. Preis: Schlaftracker

3. Preis: Handy-Velo-Halterung



NEU!

Die neue Bauarbeiten- verordnung kommt.

Jetzt
informieren
[suva.ch/
bauav2022](https://suva.ch/bauav2022)

Das Leben ist schön, solange nichts passiert.
Deswegen wurde die Bauarbeitenverordnung überarbeitet
und noch sicherer gemacht. Informieren Sie sich jetzt
über Änderungen, die für Sie per 1. Januar 2022 verbindlich sind.