

benefit

Lawinen

So beurteilen
Freerider
Gefahren am
Berg korrekt.

Kennzahlen

Ein einfaches
Online-Tool
hilft, Kosten
zu sparen.



Corona-Massnahmen
**Dankbar für die
Hilfe der Suva**

**«Das Velo hatte
keinen Kratzer,
der Helm hingegen
war zertrümmert.»**

Laurent Aeberli, 29 Jahre



Vor Ort

Hartnäckig und lernfähig

Schlieren, 17. August 2019

«Ich hatte beruflich drei Standbeine: Velokurier, Kommunikationsberater und Musiker. Ein Velounfall setzte mich ausser Gefecht. Eine Frau fand mich bewusstlos, mit zertrümmertem Helm auf der Gasometerbrücke. Trotz Hirnblutung war ich laut Arztzeugnis relativ rasch wieder zu 50 Prozent arbeitsfähig. Aber: Kopfschmerzen und krasse Stimmungsschwankungen machten mir zu schaffen. Ich holte mir Hilfe bei einer Sportärztin, die mich ans Concussion Center Zürich überwies. Acht Monate nach dem Unfall trat ich in die Rehaklinik Bellikon ein. Ich sagte mir, die paar Wochen hältst du schon aus. Es wurden fünf Monate. Ich konnte meinen Kopf ganz runterfahren und lernte in den Therapien, meinen Körper zu spüren. Daneben machte ich viel Sport und ass gesund. 10 Kilo habe ich da verloren. Die Zeit in der Reha hat mich ausgeglichener gemacht. Heute sage ich auf Nachfrage, wie es mir wirklich geht, höre auf körperliche Signale und mache – falls nötig – langsamer. Das Musikmachen ging als Erstes wieder. Seit meiner Rückkehr aus der Reha arbeite ich Teilzeit als Kommunikationsberater. Seit Kurzem bin ich zurück beim Veloblitz. Ich kann die Fahrten richtig geniessen.»

Laurent Aeberli

Die andere Seite

Das gesunde Erscheinungsbild eines Patienten kann täuschen. Dieser Fall zeigt deutlich, dass auch kleine Hirnverletzungen starke Beschwerden verursachen können. Neurologische Rehabilitation ist daher bei jeder Hirnverletzung sehr wichtig.

Dr. med. Judith Sartorius, Neurologin in der Rehaklinik Bellikon



Auf der Gasometerbrücke in Zürich verunfallte Laurent Aeberli schwer, sein Velo hatte keinen Kratzer.

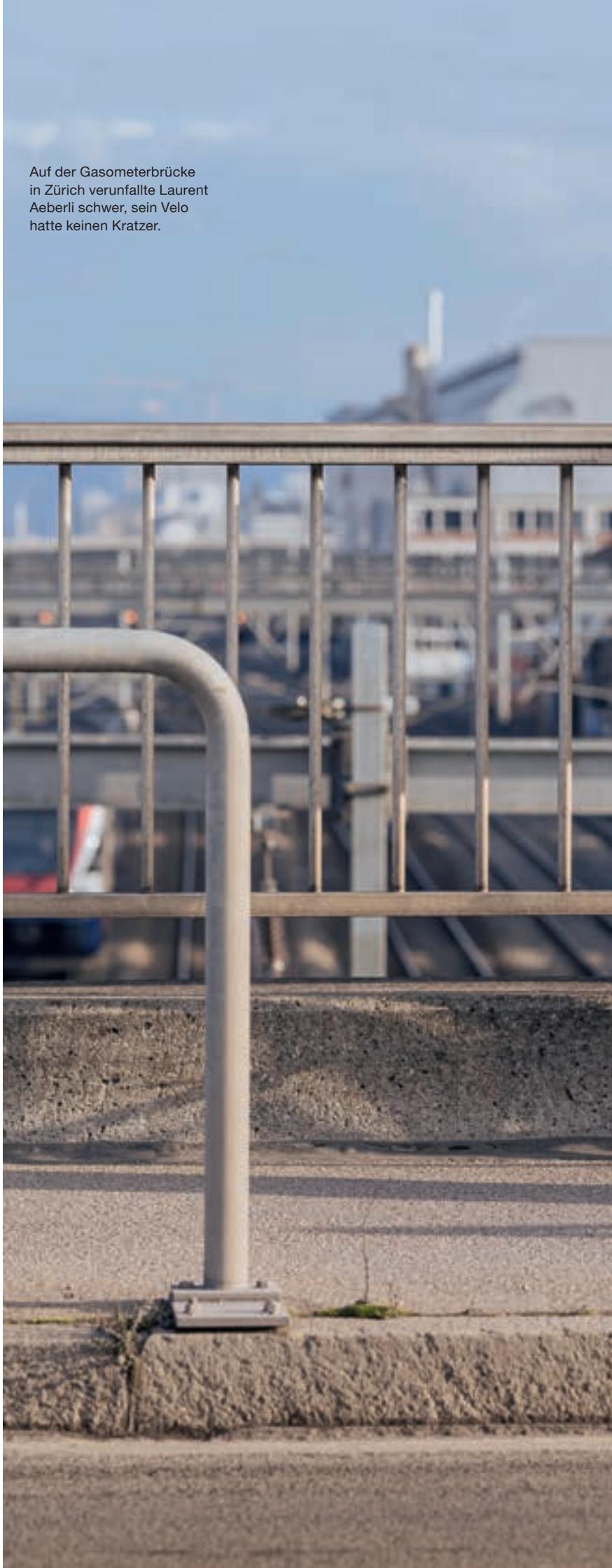


FOTO: DANIEL BRÜHLMANN

suva.ch/wiedereingliederung

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



Regula Müller,
Chefredaktorin



Lawinengefahr bedeutet Lebensgefahr

Über 300 000 Schweizerinnen und Schweizer sind jährlich abseits der gesicherten Pisten und Wege im winterlichen Gebirge unterwegs. Einige von ihnen unterschätzen die Lawinengefahr. Im Mittel sterben jährlich 22 Menschen nach einem Lawinenunfall. In über 90 Prozent der Fälle hat die verunfallte Person die Lawine selbst ausgelöst. Durch präventive Verhaltensmassnahmen lässt sich das Risiko reduzieren. Hilfreiche Tipps finden Sie in diesem Heft ab Seite 12.

Vor einem Jahr rollte die erste Corona-Welle über die Schweiz. Der Bundesrat hat die Arbeitgebenden verpflichtet, die Empfehlungen des BAG betreffend Hygiene und Abstand einzuhalten. Er hat die Suva mit dem Vollzug dieser Empfehlungen auf Baustellen und in Gewerbe- und Industriebetrieben beauftragt. Einer der kontrollierten Betriebe ist die Kesmon Meccanica SA im Tessin. In diesem Heft ab Seite 6 schauen der Geschäftsführer, Kociss Piedigaci, und der Sicherheitsexperte der Suva, Giorgio Tolone, auf diese Kontrolle zurück. «Wir waren froh, dass uns die Suva pragmatische Lösungen zur Umsetzung der Abstands- und Hygieneregeln aufzeigen konnte», sagt Kociss Piedigaci rückblickend.

Viel Lesevergnügen wünscht

Regula Müller, Chefredaktorin

Impressum

Herausgeberin: Suva, Postfach, 6002 Luzern, suva.ch; benefit@suva.ch
Chefredaktion: Regula Müller; **Redaktion:** Regina Pinna-Marfurt, Alois Felber, Charlotte Chanex; **Übersetzungen:** Sprachenmanagement der Suva
Fotografie: Daniel Brühlmann, Claudio Bader, Fabian Hugo, 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

Experte / Expertin Missbrauchs- bekämpfung

Was: Die Suva bekämpft Versicherungsmissbrauch konsequent. Die einen Fachpersonen decken zum Beispiel mit Betriebsrevisionen Unstimmigkeiten auf und reagieren allenfalls mit Strafanzeigen. Die anderen machen bei Auffälligkeiten bei Verunfallten vertiefte Abklärungen zur Versicherungsdeckung und zum Unfallhergang sowie Rechnungskontrollen und Abklärungen bei Leistungserbringern.

Warum: Seit der Einführung der Missbrauchsbekämpfung im Jahr 2007 konnten rund 190 Millionen Franken an ungerechtfertigten Zahlungen verhindert werden. Allein im Jahr 2019 waren es über 17 Millionen. Durch das Aufdecken des Missbrauchs schützen wir unsere ehrlichen Kunden, gewährleisten risikogerechte Prämien, faire Leistungen für alle und leisten einen Beitrag zum Werkplatz Schweiz.

Wer: Bei der Suva sind insgesamt rund 15 Spezialistinnen und Spezialisten für die Überprüfung der Verdachtsfälle zuständig. Im Jahr 2019 haben sie über 1800 Meldungen mit Verdacht auf Missbrauch unter die Lupe genommen.

suva.ch/missbrauch



Unfälle mit Tieren

Jährlich passieren rund 40600 Freizeitunfälle mit Tieren. Diese Unfälle sind seit 2014 tendenziell steigend – und zwar deutlich stärker als die Freizeitunfälle generell. Bei über der Hälfte dieser Unfälle sind Insekten oder Zecken (wiederum je hälftig) beteiligt. Am zweithäufigsten sind Hunde und Pferde (je 15 %) involviert. Unfälle mit Katzen stehen an vierter Stelle (11%).

Welche Verletzungen durch Tiere entstehen, welche Kosten die Tierunfälle verursachen und beispielhafte Unfallhergänge erfahren Sie auf [suva.ch/tierunfaelle](https://www.suva.ch/tierunfaelle)



Sturmwarnung

Unwetter, Stürme, Gewitter, aber auch nur schon starke Winde können tödliche Gefahren sein.

9 Punkte gilt es zu beachten:

- 1 Bei Unwetter und Sturm: Arbeit einstellen
- 2 Sturmwarnung per Wetteralarm installieren
- 3 Arbeiten mit dem Wetter planen
- 4 Sichern, was nicht niet- und nagelfest ist
- 5 Sturmsichere Infrastruktur erstellen
- 6 Bäume erst räumen, wenn der Sturm vorbei ist
- 7 Bei Unwettern nicht in der Höhe arbeiten
- 8 Nach dem Sturm: Sicherheit auf Baustelle prüfen
- 9 Vorsicht mit Sturmholz im Wald

[suva.ch/sturm](https://www.suva.ch/sturm)
[suva.ch/ribi](https://www.suva.ch/ribi)

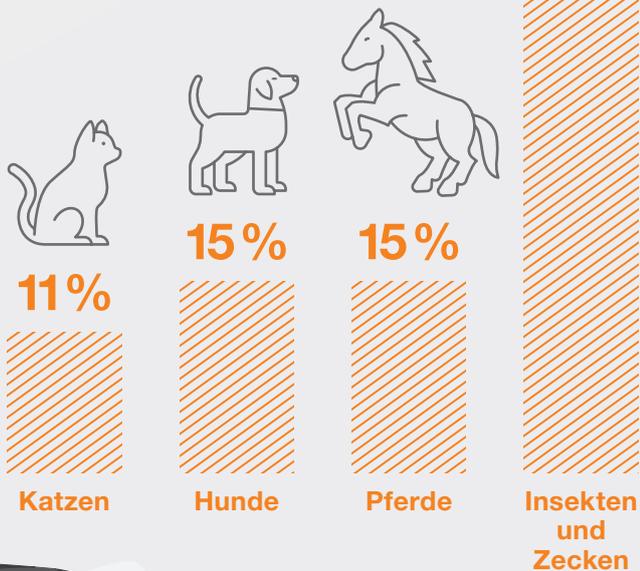


Sicherheitsbegleiter

Die Suva Safety App beinhaltet über 180 Checklisten. Mit wenigen Klicks finden Sie alle Checklisten, die Sie in Ihrem Betrieb benötigen. Der Sicherheitsbeauftragte Urs Jetzer von der Baufirma Gebrüder Jetzer hat die App getestet und sagt: «Die Checklisten auf Papier waren umständlich. Dank der App habe ich diese nun immer dabei und jederzeit griffbereit.»

Erfahrungsbericht: [suva.ch/news](https://www.suva.ch/news)
App herunterladen: [suva.ch/ssa-free-d](https://www.suva.ch/ssa-free-d)

Bei 94 % aller
Freizeitunfälle mit
Tieren sind Katzen,
Hunde, Pferde oder
Insekten involviert.



3 Fakten zu Velounfällen

82 Prozent der Velounfälle sind Selbstunfälle – oft wegen Ablenkung und Unaufmerksamkeit.

18 Prozent der Unfälle sind auf eine Kollision zurückzuführen – häufig bei Manövern im Kreisell oder beim Linksabbiegen.

Die Hälfte aller Unfälle nachts könnten verhindert werden, wenn sich die Unfallbeteiligten **1 Sekunde** früher sähen.

Ablenkung, gefährliche Manöver und fehlende Sichtbarkeit sind Gründe für Velounfälle. Hier finden Sie Tipps, wie sie verhindert werden können: [suva.ch/velo](https://www.suva.ch/velo)

GUTE FRAGE

Was passiert im Audiomobil?



Marco Schmid, Leiter
Gehörschaden Vorsorge, Suva

Die Suva besucht mit ihren drei Audiomobilen lärm-betroffene Betriebe in der ganzen Schweiz und führt vorsorgliche Gehöruntersuchungen durch. Die Untersuchungen sind obligatorisch und finden alle drei bis vier Jahre statt. «Wir untersuchen jährlich das Gehör von rund 22 000 versicherten Personen», sagt Marco Schmid. «Ergibt der Test etwas Auffälliges, schauen wir auch den Gehörgang und das Trommelfell mit einem Otoskop an.» Das sei bei rund 25 Prozent der Untersuchten nötig. Die professionelle Audiometrie erkennt das Nachlassen des Hörvermögens, noch bevor Betroffene das wahrnehmen. Die Prävention hat einen hohen Stellenwert: «Fachpersonen der Suva überprüfen, ob der Gehörschutz richtig getragen wird und seine volle Wirkung entfaltet. Den Arbeitnehmenden wird auf einfache Weise der Handlungsbedarf aufgezeigt.» Professioneller Gehörschutz und regelmässige Kontrollen helfen, dauerhafte Gehörschäden zu minimieren.

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

Ein «Do-it-yourself-Gehörschutz-Modul» zum Bestellen:

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

Die Suva unterstützt während der Pandemie

Die Corona-Pandemie hat das Tessin schwer getroffen. Auch das Unternehmen Kesmon Meccanica SA in Barbengo musste in kürzester Zeit damit leben lernen. Die Firma für Metall- und Maschinenbau meisterte die Herausforderungen zusammen mit der Suva.

Text: Regina Pinna-Marfurt; Fotos: Claudio Bader

Während der ersten Welle der Pandemie musste die Kesmon Meccanica SA, wie viele Handwerksbetriebe und Baustellen im Tessin, für eine Weile ihre Türen schliessen. Vor der Wiedereröffnung musste die Geschäftsleitung beim kantonalen Arbeitsamt die Genehmigung zur Wiederaufnahme des Betriebs beantragen. Es galt dabei, die angeordneten Hygienemassnahmen und Abstandsregelungen bestmöglich umzusetzen. Die Produktion konnte mit Einschränkungen wieder aufgenommen werden. Maximal fünf Personen durften in der Werkstatt arbeiten.

Am 30. April 2020 besuchte Giorgio Tolone von der Suva den Betrieb. Kociss Piedigaci, Geschäftsführer der Kesmon Meccanica SA, erinnert sich: «Die Beratung war pragmatisch und ich konnte von der Erfahrung des Sicherheitsexperten profitieren. Ich bekam viele praktische und einfache Anregungen für das Schutzkonzept, damit wir während der Arbeit die Hygienemassnahmen einhalten konnten.» Giorgio Tolone seinerseits spürte die Bereitschaft des Betriebs, mit der Corona-Situation bestmög- ➤



«Die Beratung war pragmatisch und ich bekam viele praktische Anregungen für das Schutzkonzept.»

Kociss Piedigaci





Arbeitssicherheit
und Pandemie-
schutz müssen
sich nicht wider-
sprechen.



Mit gutem
Beispiel voran:
Kociss Piedigaci
trägt immer
eine Maske.

lich umzugehen. Das ermöglichte ihm, die Rolle eines «Sicherheitscoachs» zu übernehmen. Für ihn wie auch für Kociss Piedigaci war die Situation völlig neu. Rasches, konstruktives Handeln war angesagt, um die Pandemie einzudämmen. Der Geschäftsführer Piedigaci sagt: «Wir erlebten die erste Welle mit grosser Besorgnis, weil wir nicht genau wussten, was hier gerade passiert. Als Unternehmen erwarteten wir adäquate Antworten von unserem Berufsverband und von der Suva. Diese kamen prompt.»



Bedenken und Unsicherheiten

Obwohl es während der ersten Welle keine Covid-19-Fälle im Unternehmen gab, nahm die Geschäftsleitung der Kesmon Meccanica SA die Coronavirus-Pandemie ernst und verfolgte die Situation genau. Alle Arbeitnehmenden mussten innerhalb des Unternehmens und auf dem Betriebsgelände eine Maske tragen. «Das Sicherheitskonzept verpflichtete alle Mitarbeitenden, zu melden, wenn Krankheitssymptome auftreten. Und sie mussten zu Hause bleiben», so Piedigaci. «Es gab keine Ansteckungen unter unseren Mitarbeitenden. Sicher auch, weil wir einen grossen Werkstattbereich und Einzelarbeitsplätze haben.» Bei der Betriebskontrolle stellt der Spezialist der Suva, Giorgio Tolone, einige Mängel fest. Das Desinfektionsmaterial war beispielsweise unzureichend verteilt. «Es ist wichtig, dass das Desinfektionsmittel vor dem Gebrauch nicht zuerst gesucht werden muss», erklärt Giorgio Tolone. «Wenn Arbeitsgeräte von mehreren Mitarbeitenden gemeinsam genutzt werden, muss der Reinigungsspray zur Desinfektion direkt am Arbeitsplatz angebracht sein.» Die Mängel habe er gemeinsam mit dem Geschäftsführer besprochen, 48 Stunden später seien sie behoben gewesen.



«Manchmal helfen schon kleine Massnahmen, um die Ausbreitung des Virus zu verhindern.»

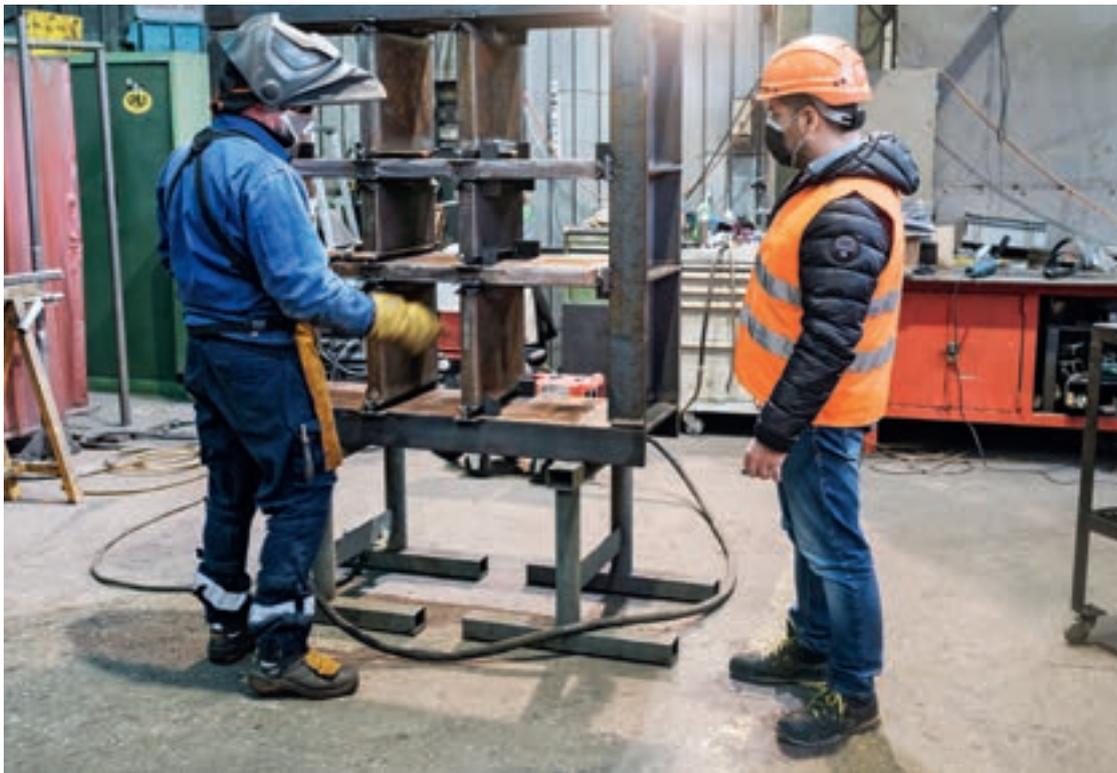
Giorgio Tolone



Effektive Lösungen dank Dialog

Jedes Unternehmen und jede Werkstatt hat eigene Besonderheiten. Für die Sicherheitsexperten der Suva geht es also darum, im massgeschneiderten Sicherheitskonzept die spezifische Situation und die jeweiligen Arbeitsabläufe zu berücksichtigen.

«In der Kantine haben wir nur vier Stühle stehen lassen, so kann der Abstand beim Essen eingehalten werden», erklärt Giorgio Tolone. «Aus hygienischen Gründen musste das Gewürz auf dem Tisch entfernt werden.» Das seien kleine Änderungen gewesen, die aber wirksam gegen die Ausbreitung des Coronavirus seien. Kociss Piedigaci ergänzt: «Dank dem konstruktiven Dialog mit dem Sicherheitsexperten der Suva konnten wir das Schutzkonzept optimal an unser Unternehmen anpassen. Durch die gemeinsame Analyse der Arbeitsprozesse während des Besuchs bei uns vor Ort haben wir die entsprechenden Hygienemassnahmen in die Praxis umgesetzt.» So stelle es nun keine Gefahr mehr dar, dass manche Fahrzeuge und Gabelstapler von mehreren Mitarbeitenden genutzt würden. >



Wo der Abstand nicht eingehalten wird, braucht es Masken.



Mitarbeitende vor dem Virus schützen

Die Nähe zu Italien und vor allem die Bilder, die damals aus Bergamo kamen, haben sich in den Köpfen aller Mitarbeitenden der Kesmon Meccanica SA eingeprägt. Darüber hinaus befahl das Virus nach und nach auch Bekannte und Familienmitglieder. Dadurch verfolgte der Geschäftsleiter die Entwicklung der Pandemie mit besonderer Vorsicht und sensibilisierte die Mitarbeitenden für die Abstands- und Hygieneregeln. Die Anweisungen hat er in zweiwöchigen Abständen wiederholt. «Seit September merke ich, dass unsere Mitarbeitenden genervt sind von der Situation. Ich musste intervenieren, weil die Abstandsregeln nicht mehr eingehalten wurden», sagt Piedigaci. «Ich sehe es als meine moralische Pflicht, meine Mitarbeitenden zu schützen.»

Während der zweiten Welle seien drei Mitarbeitende in ihren Familien mit dem Virus infiziert worden. Das bestätigte, dass sich jeder und jede verantwortungsvoll verhalten müsse. «Zumal das Einhalten der Regeln keine allzu grossen Opfer erfordert.» Eine Erkenntnis, die Giorgio Tolone voll und ganz teilt. Und er gibt zu bedenken: «Anweisungen sind viel effektiver, wenn sie direkt am Arbeitsplatz durch den Sicherheitsbeauftragten des Unternehmens oder den Vorgesetzten vermittelt werden.»

Corona-bedingte Prämienmassnahmen

Da sich aufgrund der Corona-Pandemie in einigen Branchen weniger Unfälle ereignen, werden in den entsprechenden Risikoklassen für 2020 tiefere Kosten erwartet. Dadurch resultieren ausserordentliche Prämienüberschüsse. Allfällige Überschüsse werden wir Ihnen mit der Prämie 2022 gutschreiben.

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



Mit gutem Beispiel vorangehen

Die Suva unterstützt und kontrolliert die versicherten Unternehmen schon seit einem Jahr in Bezug auf die Pandemiemassnahmen. «Unsere Erfahrungen nach den zahlreichen Inspektionen im Industrie- und Baugewerbe im Tessin sind positiv», bilanziert Giorgio Tolone. Kociss Piedigaci stimmt dem zu: Es sei nicht kompliziert, die wenigen Regeln einzuhalten. Und im Zweifelsfall frage er um Rat. «Ich gehe mit gutem Beispiel voran und trage immer eine Maske.» Bisher habe er keine Verlangsamung der Produktion festgestellt. Dennoch müsse er sich immer vor Augen halten: «Je weniger Covid-19-Fälle, desto mehr können wir produzieren.» ●

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

Nützliche Infos zu den Corona-Massnahmen in Ihrem Betrieb, zur Versicherung während der Kurzarbeit und zu Corona als Berufskrankheit.

Vergleichen hilft sparen

Mit dem Kennzahlenvergleich können Sie die Anzahl Absenzen Ihres Unternehmens mit jenen aus der Branche vergleichen, erfahren Ihr mögliches Sparpotenzial und die dazu benötigten Präventionsmassnahmen.

suva.ch/kennzahlenvergleich

1. Situationsanalyse

Branche: Verkehr und Lagerei

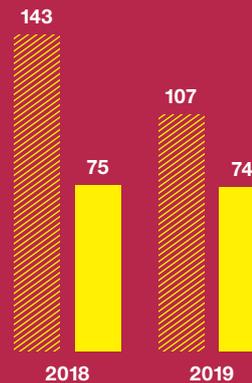
	2018	2019
Anzahl Mitarbeitende	105	103
Anzahl Berufsunfälle	15	11
Anzahl Freizeitunfälle	14	13
Ausfalltage	647	621

372 600 CHF

Durch die Anzahl Ausfalltage entstehen dem Unternehmen insgesamt Kosten von rund 372 600 Franken.

2. Vergleich mit der Branche

- Mein Unternehmen pro 1000 Vollbeschäftigte
- Durchschnitt der Branche pro 1000 Vollbeschäftigte



Das Berufsunfallrisiko lag in diesem Unternehmen in den letzten zwei Jahren über dem Branchendurchschnitt.

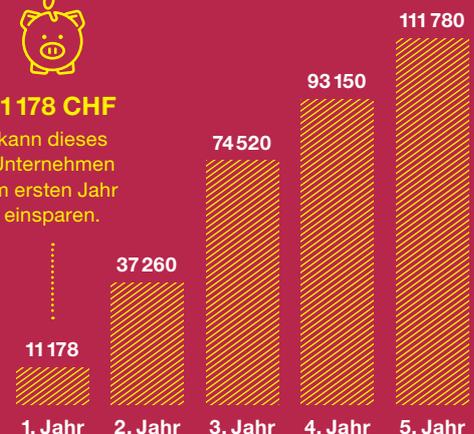
3. Sparpotenzial realisieren

Dank Absenzenmanagement und gezielter Präventionsarbeit können Ausfalltage verringert werden. Die Reduktion der Absenzzraten basiert auf Erfahrungswerten von Unternehmen, die erfolgreich in ein Absenzenmanagement investiert haben.

- Sparpotenzial in CHF



11 178 CHF
kann dieses Unternehmen im ersten Jahr einsparen.



327 888

Franken kann das Unternehmen in den nächsten fünf Jahren einsparen.

4. Empfehlungen

Berufsunfälle: Konsequenz die lebenswichtigen Regeln instruieren suva.ch/regeln

Freizeitunfälle: Unterstützung bei der Suva holen suva.ch/praeventionsmodule

Absenzenmanagement: Entwicklung der Absenzen stetig überwachen suva.ch/absenzenmanagement

Risiko beurteilen

Die meisten Lawinenunfälle geschehen abseits der Piste. Besonders gefährlich sind Schneebrettlawinen. Mit präventiven Verhaltensmassnahmen lässt sich das Risiko reduzieren.

Text: Regula Müller; Grafik: tnt-graphics

Wichtige Faktoren

Diverse Faktoren spielen bei der Beurteilung der Lawinengefahr eine zentrale Rolle. Detailliertere Infos auf whiterisk.ch.

Wind

Ein wichtiger Faktor ist der Wind. Er bildet den gefährlichen Triebschnee.

Hangbeschaffenheit

Die meisten Lawinen ereignen sich in homogenen Hängen oberhalb der Waldgrenze.

Hangneigung

Schneebrettlawinen können ab 30° Hangneigung entstehen.

Anleitungen dazu, wie man sich in einer Lawine verhalten soll, gibt es viele. Die Empfehlungen besagen, dass man erstens versuchen soll, sich auf den Skiern oder dem Snowboard zu halten und seitlich aus der Lawinenbahn herauszusteuern. Zweitens soll man den Lawinen-Airbag möglichst früh auslösen, um an der Oberfläche zu bleiben. Drittens sollte man die Skistöcke abwerfen, wenn ein Schneebrett ins Rutschen kommt. Die Stöcke führen sonst zu schweren Verletzungen wie Knochenbrüchen oder Stichwunden. Viertens sollte man die Hände vor das Gesicht halten, um zu verhindern, dass Schnee in die Atemwege gerät.

Lawinenunfälle vermeiden

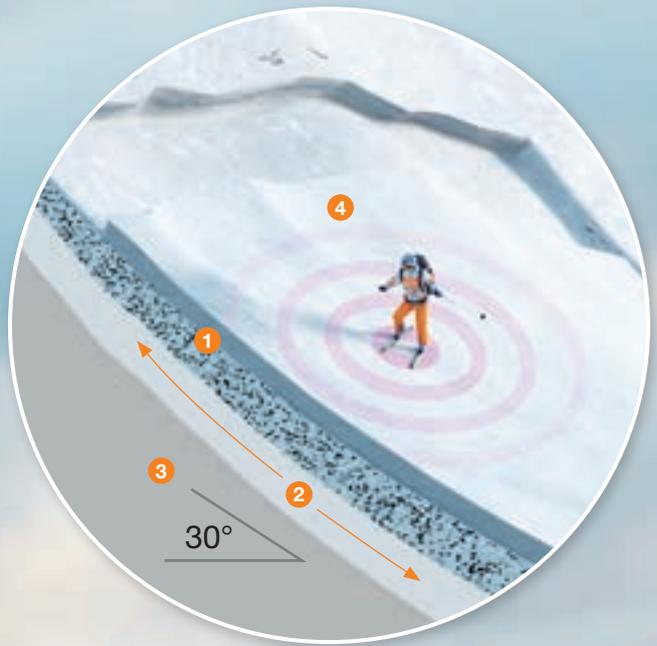
Selbst wenn es gelingen sollte, diese Verhaltensempfehlungen in einem Ernstfall anzuwenden, ist eine Lawine gefährlich und kann tödlich enden. Jährlich sterben in der Schweiz im Schnitt 22 Menschen in Lawinen. In 90 Prozent der Fälle haben die verunfallten Personen die Lawine selbst ausgelöst.

Das primäre Ziel ist daher, möglichst nicht von einer solchen erfasst zu werden. Freerider, Tourengänger und Tourengängerinnen und Schneeschuhwandernde tun gut daran, sich vorgängig auszubilden, eine Tourenplanung vorzunehmen, das Lawinenbulletin zu lesen und die Notfallausrüstung bereitzuhalten. >

Bedingungen für Auslösung

Die meisten Lawinenunfälle mit Wintersportlern geschehen in Schneebrettlawinen. Bei einer Schneebrettlawine löst sich nach einem Bruch – oft ausgelöst durch eine Person – in einer Schwachschicht eine ganze Schneetafel. Damit sich Schneebrettlawinen lösen können, müssen vier Bedingungen erfüllt sein.

- 1 Ungünstige Schichtung der Schneedecke: Ein Schneebrett (gebundener Schnee) liegt über einer Schwachschicht (weich, grobkörnig).
- 2 Genügend flächige Verbreiterung der ungünstigen Schichtung.
- 3 Genügend steiler Hang (mehr als 30° Neigung).
- 4 Zusatzlast für die Auslösung (z. B. Wintersportler).



Niederschläge

Je mehr Neuschnee, desto grösser der Anstieg der Lawinengefahr. Auch Regen, der in eine trockene Schneedecke fällt, führt zu einem Anstieg der Lawinengefahr.

Sonneneinstrahlung

Wenn der Schnee aufgrund hoher Temperaturen und starker Sonneneinstrahlung nass wird, können Nassschneelawinen entstehen.



Lawinenschaufel, Lawinensonde und das Lawinerverschüttungssuchgerät (LVS) gehören zur Notfallausrüstung.



Überleben in Lawinen



Während der Tour gilt es dann die Verhältnisse, das Gelände und die Mitmenschen ständig zu beobachten und risikobewusste Entscheidungen zu fällen.

Stufe 3 ist bereits kritisch

Das WSL-Institut für Schnee- und Lawinenforschung SLF informiert die Öffentlichkeit über die aktuelle Schnee- und Lawinensituation. Das Lawinenbulletin dient als wichtige Planungs- und Entscheidungsgrundlage für Schneesportlerinnen und Schneesportler, die sich ausserhalb der gesicherten Pisten aufhalten wollen. Zweimal täglich erstellt das Bulletin im Winter eine Prognose der Lawinengefahr für die Schweizer Alpen. Es gibt fünf Gefahrenstufen von «gering» bis «sehr gross». Bereits die Stufe 3 «erheblich» ist kritisch. Sie wird während etwa 30 Prozent des Winters prognostiziert und fordert rund 50 Prozent der Todesopfer. Das Lawinenbulletin kann auf der Webseite slf.ch und mit der App «White Risk» abgefragt werden (siehe Box).

Wetter und Hangneigung beachten

Das Wetter hat einen grossen Einfluss auf die Lawinensituation. Darum gilt es, dieses in die Planung einzubeziehen und während der Skitour im Auge zu behalten. Neuschnee oder Regen führen meistens zu einem Anstieg der Lawinengefahr. Auch Wind erhöht das Risiko. Durch das Verfrachten von Schnee kann sich gefährlicher Triebsschnee bilden. Auch eine markante Erwärmung der Schneedecke führt oft zu einem Anstieg der Lawinengefahr. Gerade bei viel Neuschnee und Sonnenschein ist die Verlockung gross, in den Powder zu fahren. Aber genau dann ist die Lawinensituation oft kritisch. Die meisten Lawinen lösen sich in Hängen mit 35 bis 40 Grad Neigung. Es ist also in der Vorbereitung wichtig, die Neigungen der zu befahrenden Hängen auf Hangneigungskarten im Tourenplanungstool «White Risk» zu konsultieren.

Die richtige Notfallausrüstung verhindert zwar keinen Lawinenunfall, erhöht aber die Überlebenschancen. Zur Ausrüs-

tung gehören ein Lawinenverschüttungssuchgerät (LVS), eine Schaufel und eine Sonde. Empfehlenswert ist auch ein Lawinen-Airbag. Das LVS ist ein Peilsender mit einem Radius von etwa 40 Metern. Wer im Umgang geübt ist, kann in zwei, drei Minuten eine verschüttete Person orten. Mit der Lawinensonde – einem dünnen, zusammensteckbaren Alurohr – lässt sich die genaue Position des Opfers ertasten. Damit eine geortete Person ausgegraben werden kann, braucht es eine Lawinenschaufel. Innert 15 Minuten besteht die grösste Chance, verschüttete Personen lebend zu bergen. Lawinenkurse können bei Bergsportschulen, Bergführern oder dem SAC besucht werden. Ohne entsprechende Schulung sollte man abseits der Piste nur mit professionell geführten Gruppen unterwegs sein. ●

suva.ch/schneesport

Hier finden Sie Informationen zum Schneesport ausserhalb der gesicherten Pisten.

Mehr Sicherheit mit «White Risk»

«White Risk» ist ein Online-Tool für die Prävention von Lawinenunfällen. Es sensibilisiert für die Lawinengefahr und vermittelt umfassendes Wissen. Denn Kenntnisse, Erfahrung und eine seriöse Planung sind unerlässlich für die richtige Einschätzung der Lawinengefahr. «White Risk» wird von der Suva und vom WSL-Institut für Schnee-

und Lawinenforschung SLF herausgegeben und vom Schweizerischen Roten Kreuz SRK als Partner unterstützt. «White Risk» enthält ein Tourenplanungstool, das Sie bei den Vorbereitungen einer Tour unterstützt. Damit können Sie die vorgesehene Tour auf den Karten von swisstopo eintragen, Hangneigungen erkennen, das

Lawinenbulletin und die Wetterprognosen in die Planung integrieren sowie Schlüsselstellen markieren. Anschliessend können Sie die Tour auf die App übertragen und dort weiterhin anpassen. Für die Offline-Nutzung lassen sich Karten herunterladen oder ausdrucken. whiterisk.ch

Wer bezahlt?

Wer Warnungen und Seilabsperungen mit schwarzen gelben Wimpeln absichtlich missachtet und in einer Lawine verunfallt, muss mit gekürzten Versicherungsleistungen (Taggeld, Rente) rechnen. Weil man sich dadurch einem besonderen Risiko aussetzt, gilt die Handlung als Wagnis. suva.ch/wagnisse

Ausbildung

Das Arbeiten mit Anseilschutz gilt als Arbeit mit besonderen Gefahren. Dazu ist eine Ausbildung der Mitarbeitenden zwingend notwendig.

Anwendung

Die hintere Auffangöse muss mittig zwischen den Schulterblättern liegen; die vorderen Auffangschlaufen auf Brusthöhe. Die Beinschlaufen sollten so sitzen, dass noch eine Handfläche durchpasst. Bei Arbeiten mit Auffangschutz darf ein Schutzhelm mit Kinnriemen nicht fehlen.

Kollektivschutz

Fassadengerüste, Seitenschutz, Auffangnetze usw. haben absoluten Vorrang beim Schutz vor Abstürzen. Die PSAgA mit Auffanggurt kommt nur zum Einsatz, wenn ein Kollektivschutz nicht möglich ist.

Nicht allein arbeiten

Bei Arbeiten mit einem möglichen Sturz in die PSAgA muss eine zweite Person anwesend sein, um eine Rettung bzw. Bergung mit vor Ort vorhandenen Mitteln zu gewährleisten. Denn eine in einem Auffanggurt hängende Person kann schon nach 20 Minuten ernsthafte, möglicherweise lebensbedrohliche Schäden durch beeinträchtigte Blutzirkulation erleiden.

Kontrolle

Die PSAgA muss vor jedem Gebrauch auf Beschädigung geprüft werden. Sämtliche Produkte, die der Sicherung gegen Absturz dienen, müssen mindestens alle 12 Monate durch sachkundige Personen kontrolliert werden. Auffanggurte müssen mindestens den Anforderungen der Norm EN 361 entsprechen.

Das
Ding

Auffanggurt

Bereits Stürze aus geringer Höhe führen in der Regel zu schweren Verletzungen. Eine gute Tragdisziplin ist deshalb beim Einsatz der persönlichen Schutzausrüstung gegen Absturz (PSAgA) besonders wichtig.

Mehr Informationen zum Thema: suva.ch/psaga
Auffanggurt bestellen: sapro.ch

Der Vorbereitungskurs hat das Wissen von Hélène Mouill e über Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatzverstärkt.

Ausbildung für Sicherheitsbeauftragte

Seit 2018 bietet die Suva den Vorbereitungskurs zur eidgenössischen Berufsprüfung «Spezialistin / Spezialist für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz (ASGS)» an. Hélène Mouill e hat den Pilotkurs besucht.

Interview: Charlotte Chanex; Foto: Fabian Hugo

Warum haben Sie die Ausbildung zur «Spezialistin ASGS» absolviert?

Ich arbeite als Safety & Environment Managerin bei OM Pharma SA. Dort bin ich verantwortlich für die Koordination der Managementsysteme bezüglich Gesundheit und Arbeitssicherheit sowie der Umwelt. Nachdem ich kürzlich als Ingenieur Generalistin diplomiert worden war, wollte ich meine Kompetenzen

weiter ausbauen. Da ich in Frankreich studiert habe, musste ich meine Kenntnisse des Systems und der gesetzlichen Grundlagen in der Schweiz verbessern.

Was hat Ihnen an diesem Kurs besonders gefallen?

Der Kurs hat uns die für die Beratung und die Einführung oder Kontrolle der Sicherheitssysteme im Betrieb notwendigen Instrumente vermittelt. Die zehn Punkte der ASA-Systematik haben wir in den verschiedenen Modulen des Kurses besonders eingehend behandelt. Die praktischen Übungen in der Klasse und im Betrieb der Teilnehmenden ermöglichten einen bereichernden Austausch. Die Gruppendynamik war sehr stark. Alle halfen und unterstützten sich gegenseitig. Ein einziger negativer Punkt: die mangelnde Vertiefung der technischen Begriffe im Modul über die Gefährdungsermittlung. Ich weiss allerdings, dass dieser Punkt inzwischen korrigiert wurde.

Was bringt Ihnen der Kurs in Ihrer täglichen Arbeit?

Diese Ausbildung hat meinen Überblick über sämtliche Aspekte von Sicherheit und Gesundheit am Arbeitsplatzverstärkt. Ich habe gelernt, ein System für Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz zu strukturieren, aufzubauen und zu verbessern. Ich habe nun vertiefte Kenntnisse des Schweizer Systems und finde deshalb die sachdienlichen Informationen oder Kontaktpersonen leichter. Ich habe mir auch Kommunikations-

Meine Favoriten auf suva.ch

Sicherheitssystem (ASA): [suva.ch/asa](https://www.suva.ch/asa)

Factsheets, Checklisten und Präventionsprogramme im Überblick: [suva.ch/material](https://www.suva.ch/material)

Alles zum Thema Persönliche Schutzausrüstung: [suva.ch/psa](https://www.suva.ch/psa)



«Im Kurs habe ich gelernt, ein System für Gesundheit und Sicherheit am Arbeitsplatz zu strukturieren, aufzubauen und zu verbessern.»

Hélène Mouillé

instrumente angeeignet, die ich im täglichen Austausch mit meinen Kollegen einsetzen kann.

Welche Erfolgserlebnisse im Bereich Prävention hatten Sie bisher?

Die Einführung eines Sicherheitssystems und einer entsprechenden Kultur brauchen Zeit. Meine ersten Handlungen in der Prävention: das Vorgehen beim Melden und Bearbeiten gefährlicher Ereignisse überarbeiten und eine neue Sicherheits- und Gesundheitspolitik vor-

Vorbereitungskurs zum Fachausweis ASGS

Die Suva bildet seit über 25 Jahren erfolgreich Sicherheitsfachleute aus. Nun bietet sie auch einen Vorbereitungskurs zur eidgenössischen Berufsprüfung «Spezialistin / Spezialist für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz (ASGS)» an. Dieser Kurs umfasst eine ausgewogene Kombination von Klassenunterricht, praktischen Übungen in Betrieben und Selbststudium. Die für die Praxis notwendigen Fachkenntnisse sind ein zentraler Punkt dieser Schulung.

Mehr Infos auf suva.ch/asgs

schlagen. Mein hauptsächlichster Erfolg war die Verbesserung der Gefährdungswahrnehmung mit Hilfe des Schemas «Ereigniskette». Ein Unfall ereignet sich nie zufällig und jeder kann auf seiner Ebene zu dessen Vermeidung beitragen. Nachdem ich das Diplom erhalten hatte, wurde ich schnell mit der Covid-19-Krise konfrontiert. Das Modul zur Krisenbewältigung war deshalb sehr nützlich.

Welches sind Ihre Ziele betreffend Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz?

Das Wichtigste ist, dass alle Mitarbeitenden jeweils gesund nach Hause zurückkehren. Es geht darum, die Prozesse und die Arbeitsbedingungen zu verbessern, um das Unfall- und Gesundheitsrisiko am Arbeitsplatz zu vermindern. Deshalb arbeite ich an der Aktualisierung unseres Gesundheits- und Sicherheitssystems. Und ich hoffe demnächst, die Zertifizierung ISO 45001 zu erlangen. ●



Workshops für die Prävention im Betrieb

Unfallfrei dank und beim Sport

Bewegungsmangel fördert Unfälle und Verletzungen. Die falsche Ausübung sportlicher Aktivitäten aber ebenso. Beides kann sich deshalb in langen Absenzen am Arbeitsplatz auswirken. Hier setzen zwei neue Workshops der Suva an, die Sie als Präventionsmodule buchen können. «Fit werden» sensibilisiert Ihre Mitarbeitenden dafür, dass eine gute körperliche Verfassung das Risiko von Verletzungen verringert, und regt zu

mehr Bewegung im Alltag an. «Verletzungsfrei Sport treiben» zeigt auf, wie man die Verletzungsgefahr beim Sport verringert.

Fit werden. Verletzungsfrei Sport treiben.

Präventionsmodule zur Durchführung mit einer Fachperson der Suva, Informationen und Buchung: [suva.ch/praeventionsmodule](https://www.suva.ch/praeventionsmodule) > Themen: Fitness, Sport

Tuberkulose-Prävention

Schutzmassnahmen gegen eine alte Gefahr

In den letzten Jahren erkrankten in der Schweiz 500 bis 600 Personen jährlich an Tuberkulose. Deshalb sind Schutzmassnahmen im Umgang mit dieser Krankheit notwendig. Die arbeitsmedizinische Publikation dazu wurde neu aufgelegt. Sie beschreibt die präventiven Massnahmen, die bei der Arbeit rund um Tuberkulosefälle zu beachten sind.

Tuberkulose am Arbeitsplatz – Gefährdung und Prävention.

Informationsschrift, 50 Seiten A5, nur als PDF: [suva.ch/2869-35.d](https://www.suva.ch/2869-35.d)

Kursprogramm 2021

Fundierte Ausbildungen für die Prävention

Suchen Sie nach Kursen und Ausbildungen in der Prävention, zu Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz? Unser Kursprogramm 2021 hilft Ihnen weiter. Sie finden darin unter anderem die Vorbereitungskurse zur Berufsprüfung «Spezialistin / Spezialist ASGS», aber zum Beispiel auch Angebote zum Thema Absenzenmanagement und betriebliches Gesundheitsmanagement.

Unser Ausbildungsangebot:

[suva.ch/kurse](https://www.suva.ch/kurse), [suva.ch/asgs](https://www.suva.ch/asgs), [suva.ch/88045.d](https://www.suva.ch/88045.d)

EKAS-Wegleitung

Informationen schneller finden

Die Online-Wegleitung der EKAS durch die Arbeitssicherheit hat einen neuen Auftritt und diverse neue Funktionen erhalten. Die neue Stichwortsuche macht es etwa noch einfacher, Informationen zu erhalten, indem sie mit einer Preview-Funktion laufend Suchresultate darstellt. Das umfassende Nachschlagewerk erläutert die Bestimmungen der Verordnung über die Verhütung von Unfällen und Berufskrankheiten (VUV).

EKAS-Wegleitung durch die Arbeitssicherheit: [wegleitung.ekas.ch](https://www.wegleitung.ekas.ch)



Sensibilisierung an der Berufsschule «top TODAY» für eine sichere Lehrzeit

Die Gratiszeitung «top TODAY» ist ein attraktives Hilfsmittel, um in der Berufsschule den Umgang mit Risiken zu thematisieren. Die Zeitung und die dazugehörigen Lernunterlagen unterstützen Lehrpersonen dabei, Lernenden das Rüstzeug für eine unfallfreie Lehrzeit zu vermitteln.

top TODAY: suva.ch/88314.d

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

Für Winterzauber ohne Stürze.

Kleinplakat A4:
suva.ch/55375.d

Damit Sie ins Tal kommen statt ins Spital.

Kleinplakat A4 mit Tipps für
sicheres Schlitteln:
suva.ch/55313.d

Kleinplakate abonnieren: suva.ch/kleinplakate

Reinigung von asbest- kontaminierten Arbeitsmitteln.

Neues Factsheet für Maschinen-
verleihfirmen, 2 Seiten A4,
nur als PDF:
suva.ch/33098.d

Lagern und Stapeln.

Checkliste, 4 Seiten A4:
suva.ch/67142.d

Fenster auswechseln an Gebäuden? Absturzsicherung nicht vergessen!

Factsheet, 2 Seiten A4, nur als PDF:
suva.ch/33090.d



Kluge Köpfe schützen ihre Hände.

Kleinplakat A4:
suva.ch/55388.d

Arbeiten mit der Kettensäge.

Factsheet, 2 Seiten A4, nur als PDF:
suva.ch/33062.d

Entfernen von Wand- und Bodenplatten mit asbest- haltigem Kleber.

Factsheet, 2 Seiten A4, nur als PDF:
suva.ch/33077.d

Antrag auf eine Ausnahme- bewilligung für den Personen- transport mit Kranen.

Neues Formular, 4 Seiten A4,
nur als PDF:
suva.ch/88312.d

Wettbewerb

Bis 19. Mai 2021 mitmachen und tolle
Preise gewinnen: suva.ch/wettbewerb

Ein Drittel aller Fussballunfälle
im Klubfussball entstehen
durch ein Foulspiel. Zwischen
2004 und 2015 haben Kon-
takterletzungen von 4,7 auf
5,6 Verletzungen pro 1000
Spielstunden zugenommen.
Die beste Prävention sind
gute Fitness, richtige Ausrüs-
tung und vor allem Fairplay.
suva.ch/fussball

Frage: Wie bleiben Sie stets
fair während des Spiels?

Antworten:

- A** Nur an den Sieg denken
- B** Die Gesundheit nicht mit rücksichtslosem Einsteigen gefährden
- C** Kopf ausschalten im Zweikampf



1. Preis: Fitnessband



2. Preis:
Stepper



3. Preis: Wecker



Zecken lieben warme, gut durchblutete Körperstellen.
So verderben Sie den gefährlichen Blutsaugern den Appetit:

- Schützen Sie sich im Freien mit körperbedeckender Kleidung und Zeckenschutzmittel.
- Suchen Sie Ihren Körper nach dem Aufenthalt im Freien nach Zecken ab.
- Entfernen Sie Zecken mit einer Zeckenzange und desinfizieren Sie die Einstichstelle.
Notieren Sie sich das Datum der Entfernung, um bei späteren Komplikationen Auskunft geben zu können.
- Konsultieren Sie bei Hautrötungen um die Einstichstelle den Hausarzt.
- Zeckenstiche können Hirnhautentzündung (FSME) auslösen.

Mehr Informationen: suva.ch/zecken

Suva

Postfach, 6002 Luzern, Tel. 041 419 58 51

Online-Bestellung: www.suva.ch/55233.d, Publikationsnummer 55233.d, 3/2021

suva