

**JUGEND
WILL
SICH-ER-
LEBEN**

Maßnahmen zum Schutz vor Stolpern, Rutschen, Stürzen

Seite 8

Sauberkeit und Ordnung

Seite 10

Aus Beinahe- unfällen lernen

Seite 12

**Formate für
Homeoffice**



**Unterweisungskonzept
für Ausbildungsunternehmen**

Die gesetzliche Unfallversicherung

Fast alle Deutschen sind im Laufe ihres Lebens gesetzlich unfallversichert. Die gesetzliche Unfallversicherung gewährleistet im Verletzungsfall eine Therapie und die Rehabilitation.

Sie gliedert sich in die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen, zusammengeschlossen in der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). Die DGUV ist der Spitzenverband, der mit seinen Landesverbänden die Interessen der Berufsgenossenschaften und Unfallkassen vertritt.

Die landwirtschaftliche Unfallversicherung als Bestandteil eines einzigen, bundesweit zuständigen Trägers für die gesamte landwirtschaftliche Sozialversicherung ist die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG).

Neben der Entschädigung gehört es auch zum Auftrag der gesetzlichen Unfallversicherung, Unfällen und Berufskrankheiten vorzubeugen. Daher unterstützt sie Unternehmen und Schulen dabei, die Arbeit beziehungsweise den Unterricht sicher und gesund zu gestalten. Dennoch können Verletzungen eintreten, zum Beispiel auf dem Schulweg der Schülerinnen und Schüler oder während der Arbeit im Ausbildungsbetrieb. Dann springt die gesetzliche Unfallversicherung ein, mit Versorgungs- und Gesundheitsangeboten und dem Ziel, die Betroffenen so schnell wie möglich wieder fit für Arbeit und Privatleben zu machen. So ermöglichen die Berufsgenossenschaften und Unfallkassen ihren Versicherten den Weg zurück in ein selbstbestimmtes (Berufs-)Leben.

Berufsgenossenschaften und Unfallkassen finanzieren sich durch die Beiträge der bei ihnen versicherten Unternehmen oder, für Schule und Ehrenamt, durch die Beiträge von Bund, Ländern und Kommunen. Die gesetzliche Unfallversicherung macht keinen Gewinn und bildet mit der gesetzlichen Krankenversicherung, der Rentenversicherung, der Pflegeversicherung und der Arbeitslosenversicherung die Grundpfeiler der sozialen Sicherheit.

**Über 17 Millionen
Kitakinder,
Schülerinnen und
Schüler sowie
Studierende**

**3,8 Millionen
versicherte
Unternehmen und
Einrichtungen**

**680.000
Sicherheits-
beauftragte**

Stand: 2022



JWSL gewinnt das Comenius-EduMedia-Siegel. Damit werden die JWSL-Materialien als pädagogisch, inhaltlich und gestalterisch herausragende Bildungsmedien ausgezeichnet!



Tip Auf www.jwsl.de finden Sie weitere Präventionsthemen für Ihre Unterweisungsarbeit:

- Hautschutz
- Kommunikation
- Suchtprävention
- Fehlerkultur

Aus dem Inhalt

Stolpern, Rutschen, Stürzen und das STOP-Prinzip

Seite 9

Die richtige Beleuchtung

Seite 13

Der richtige Fußschutz

Seite 15



Unterweisungskonzept Inhaltsverzeichnis

Einführung

Die gesetzliche Unfallversicherung	2
Das Unterweisungskonzept Jugend will sich-er-leben 2022/23	4
Die Arbeit mit dem Unterweisungskonzept	5
Das JWSL-Präventionsthema 2022/23	6
Das JWSL-Filmpaket 2022/23	7

Unterweisungsimpulse

Maßnahmen zum Schutz vor SRS SRS bei der Arbeit SRS und das STOP-Prinzip	8
SOS gegen Stolpern, Rutschen, Stürzen Der richtige Fußschutz Sicherheitszeichen	10
Aus Beinaheunfällen lernen Die richtige Beleuchtung Leitern, Tritte, Treppen	12

Arbeitsblätter

[1] Stolpern, Rutschen, Stürzen	14
[2] Der richtige Fußschutz	15
[3] Achtung, Sturzgefahr!	16
[4] Licht ins Dunkel	17
[5] Leitern, Tritte, Treppen	18

Impressum

Impressum Quellen Bildnachweise	19
-------------------------------------	----

Das Unterweisungskonzept Jugend will sich-er-leben 2022/23



Was ist Jugend will sich-er-leben?

Jugend will sich-er-leben (JWSL) ist ein Präventionsprogramm für Auszubildende der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). Der Schwerpunkt von JWSL liegt im Bereich Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit. Das Programm und dessen Medien werden über die Landesverbände der DGUV allen Ausbildungsbetrieben und Berufsschulen in Deutschland angeboten. Denn junge Beschäftigte sind am Arbeitsplatz besonders gefährdet: Erhebungen der DGUV zufolge liegt die Quote der meldepflichtigen Arbeitsunfälle bei Beschäftigten bis 25 Jahren deutlich höher als in den folgenden Altersgruppen unter 50 Jahren.¹ Schulen bekommen zu jährlich wechselnden, branchen- und berufsübergreifenden Themen Unterweisungsmedien und Unterrichtsmaterialien zur Verfügung gestellt. Es handelt sich um eine sich ergänzende Kombination aus kurzen Filmepisoden und Arbeitsblättern sowie konkreten Vorschlägen zum Einsatz im Ausbildungsbetrieb und im Berufsschulunterricht. Die Angebote von JWSL richten sich an Ausbilderinnen und Ausbilder sowie an Lehrkräfte berufs- und allgemeinbildender Schulen und anderer Bildungseinrichtungen.

Was ist das Unterweisungskonzept von JWSL 2022/23?



Tip

Weitere Informationen zu JWSL finden Sie auf www.jwsl.de.



Tip

In den Impulsen ab Seite 8 finden Sie Empfehlungen, wie Sie die Filme in die Unterweisungen einbinden und sich mit Ihren Azubis mit den Themen beschäftigen können.

Das Unterweisungskonzept von JWSL, dem größten deutschen Präventionsprogramm für Berufsschulen im Bereich Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit, richtet sich an Ausbilderinnen und Ausbilder. Es ist konzipiert für die Unterweisung von Auszubildenden im Ausbildungsbetrieb und wird jährlich neu verfasst, immer entsprechend dem aktuellen Präventionsthema und der Entwicklung der Unterweisungsarbeit in den Ausbildungsunternehmen. Das Unterweisungskonzept ist eines von mehreren Medien des Präventionsprogramms JWSL. Sie finden diese Medien kompakt und zum Download auf www.jwsl.de. Dabei handelt es sich um folgende für Sie relevante Medien:

**Unterweisungskonzept
4 Episoden Unterrichtsfilm**

zur Unterweisungsarbeit im Ausbildungsbetrieb zur inhaltlichen Auseinandersetzung mit Stolpern, Rutschen, Stürzen

4 Episoden Animationsfilm

zur inhaltlichen Auseinandersetzung mit Stolpern, Rutschen, Stürzen

Archiv der Präventionsthemen

der vergangenen vier Jahre („Hautschutz“, „Kommunikation“, „Suchtprävention“, „Fehlerkultur“)

Die Arbeit mit dem Unterweisungskonzept



Das Unterweisungskonzept beinhaltet neun verschiedene Unterweisungsmodulare – jeweils mit einem anderen Schwerpunkt. Im Fokus steht das diesjährige Thema „Schutz vor Stolpern, Rutschen, Stürzen“. Die Module geben Ihnen Impulse für die Unterweisung im Betrieb, sie lassen jedoch auch genug Spielraum für Ihre eigene Ausgestaltung. Wichtig ist: Gehen Sie bei den Beispielen und Fragen in der Durchführung vor allem auf die Erfahrungen der Azubis im Ausbildungsunternehmen sowie auf Ihre eigenen Kenntnisse ein. Das stellt den direkten Bezug zur Lebens- und Arbeitswelt her und vermittelt die Inhalte konkret und lebendig.

Grundlage für die Unterweisungsarbeit zum Schutz vor Stolpern, Rutschen, Stürzen ist immer: Welche Tätigkeiten und welche Arbeitsplätze gibt es im Ausbildungsbetrieb? Welche Vorgaben gelten, um Stolpern, Rutschen, Stürzen zu vermeiden?

Informationen dazu finden sich im Unternehmen unter anderem in den Betriebsanweisungen sowie in Unterweisungen. Legen Sie auf diese besonderen Wert und thematisieren Sie darüber hinaus, dass Sie als Ausbilderin oder Ausbilder und auch Vorgesetzter oder Vorgesetzte immer zu Fragen der Vermeidung von Stolpern, Rutschen, Stürzen zur Verfügung stehen.

Corona, Homeoffice, Hygiene

Die Corona-Pandemie hat alle gesellschaftlichen Bereiche vor neue Herausforderungen gestellt – auch das Lernen, die Lehre und die Arbeitswelt. Homeoffice sowie Homeschooling, also der Distanzunterricht und das Lernen zu Hause, sind teilweise Normalität geworden. JWSL geht diese Entwicklung mit: Auch im vorliegenden Unterweisungskonzept sind einzelne Formate zur Erarbeitung zu Hause konzipiert und geeignet. Sie finden an den entsprechenden Modulen den Hinweis „Homeoffice“. Alle Unterweisungsimpulse sind unter Einhaltung der aktuellen Empfehlungen des Robert-Koch-Instituts zu Abstandsregeln und Hygienemaßnahmen durchführbar.

Tipps

Beziehen Sie sich in der Unterweisung möglichst oft auf die konkreten Erfahrungen der Azubis während ihrer Ausbildung. Die Verinnerlichung des Themas ist somit lebensnah und realistisch.



Tipps

Ermuntern Sie die Azubis, sich auch über die sozialen Medien mit dem Schutz vor Stolpern, Rutschen, Stürzen auseinanderzusetzen: per Hashtag oder Verlinkung mit den JWSL-Kanälen auf:

 [@jwsl_de](https://www.instagram.com/jwsl_de)

 [@jwsl.de](https://www.facebook.com/jwsl.de)

 [@jwsl_de](https://twitter.com/jwsl_de)

#jwsl

#stolpernrutschenstürzen

Tipps

Weitere Informationen zum Thema finden Sie auf der Homepage der DGUV unter „Stolper-, Rutsch- und Sturzunfälle“.



JWSL postet regelmäßig auf Instagram, Facebook und Twitter:

[@jwsl_de](#)

[@jwsl.de](#)

[@jwsl_de](#)

#jwsl

#stolpernrutschenstürzen



Das JWSL-Präventionsthema 2022/23

Das Thema des JWSL-Präventionsjahres ist der Schutz vor Stolpern, Rutschen, Stürzen, kurz SRS. Das Motto lautet: Watch out! – Null Stolpern, Rutschen, Stürzen.

Am Arbeitsplatz sind Unfälle durch Ausgleiten, Stolpern, Umknicken, Hinfallen die zweithäufigste Ursache für Verletzungen.¹

Es ist wichtig, junge Erwachsene und Auszubildende frühzeitig für dieses Thema zu sensibilisieren. Auch, weil SRS-Unfälle nicht nur ältere, weniger mobile Menschen betreffen: Aktuelle Studien zeigen, dass sich junge Menschen immer weniger bewegen, ihre körperliche Fitness daher schwächer ausgebildet ist als noch bei Generationen vor ihnen – ein Hauptgrund dafür, warum Stürze bei jüngeren Erwachsenen zunehmen.² Aufmerksamkeit beim Gehen und die eigene körperliche Fitness sind Grundvoraussetzungen, um Stolpern, Rutschen und Stürzen zu vermeiden. Die Corona-Pandemie der vergangenen Jahre – geprägt von Lockdowns, Homeoffice sowie Homeschooling – verstärkte zusätzlich den Bewegungsmangel und die Viel-Sitzerei. Daraus folgt ein höheres Gefährdungspotenzial für SRS-Unfälle. Für die gesetzliche Unfall- und Krankenversicherung sind infolgedessen Verletzungen, Folgeschäden und krankheitsbedingte Ausfälle sowie Arbeitsunfähigkeiten mit hohen Kosten verbunden.



Stolpern, Rutschen, Stürzen vermeiden heißt: Ursachen kennen, Maßnahmen ernst nehmen.



Alle Präventionsmaßnahmen im Beruf helfen auch im privaten Bereich, vor Stolpern, Rutschen und Stürzen zu schützen.

Und umgekehrt: Wer sich privat körperlich fit hält, profitiert davon auch im Beruf.

Stolpern, Rutschen, Stürzen in spezifischen Berufen

Unfälle durch Stolpern, Rutschen, Stürzen können sich sowohl im beruflichen als auch im privaten Bereich ereignen. Die Maßnahmen, mit denen SRS-Unfälle vermieden werden können, finden sich in diesem Unterweisungskonzept in verschiedenen Schwerpunkten wieder: Es geht um konkrete Gefährdungen am Arbeitsplatz, um die richtigen Schuhe sowie Sicherheitszeichen, aber auch darum, welchen Einfluss etwa die Beleuchtung oder Ordnung und Sauberkeit haben. Stolpern, Rutschen und Stürzen geschieht zwar zumeist, aber nicht ausschließlich auf ebenen Flächen, weshalb in dieser Unterweisung auch Leitern, Tritte und Treppen eine Rolle spielen. Für jeden Beruf beziehungsweise Arbeitsbereich gibt es spezifische Stolper- oder Sturzgefährdungen. Daher sind die Inhalte in diesem Unterweisungskonzept größtenteils so allgemein formuliert, dass sie für alle Berufsgruppen gelten.

Das JWSL-Filmpaket 2022/23



Insgesamt acht Filmepisoden stehen Ihnen für Ihre Unterweisungsarbeit zur Verfügung. Die jeweils vier Episoden des Unterrichtsfilms und des Animationsfilms thematisieren je einen Schwerpunkt des Themas „Schutz vor Stolpern, Rutschen, Stürzen“.

Die vier Episoden des Unterrichtsfilms

Episode 1: Körperliche Fitness: Alles stabil?

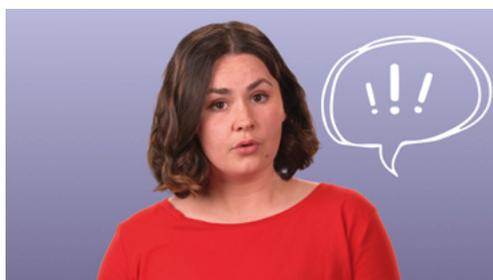
Gehen ist ein automatischer Prozess. Was passiert, wenn dieser gestört wird? **2:47 min**

Episode 2: Aufmerksam statt abgelenkt

Wie sich Stress und Müdigkeit auf das Gehen auswirken. **2:01 min**

Episode 3: Sauber ist sicher

Herumliegende Kabel, Kisten oder verschüttete Flüssigkeiten: Wie Gefährdungen vermieden werden können. **2:23 min**



Episode 4: Achtung, Stufe!

Wer aus niedriger Höhe auf Treppen, von Leitern oder Tritten fällt, kann sich verletzen. Der richtige Umgang mit Stufen. **2:31 min**



Melden Sie sich zum Newsletter an und erhalten Sie alle neuen Informationen zum aktuellen Präventionsjahr: Gewinnspiele, direkter Austausch mit Azubis, Berufsschulen und Ausbildungsbetrieben sowie Live-Berichte und vieles mehr unter www.jwsl.de/newsletter.

Die vier Episoden des Animationsfilms

Episode 1: Wie vermeidest du Stolpern, Rutschen, Stürzen?

SRS-Unfälle zählen zu den häufigsten Unfallarten in der Schule, beruflich und privat. Wie vermeidet man, sich zu verletzen? **1:56 min**

Episode 2: Wie geht's? Der menschliche Gang

Der aufrechte Gang des Menschen ist eine der unsichersten Fortbewegungen. Wie unser Körper es trotzdem schafft. **1:31 min**

Episode 3: Wie trainierst du dein Gleichgewicht?

Der Gleichgewichtssinn hilft, SRS zu vermeiden. Wie lässt er sich trainieren? Mit Tipps und Übungen. **1:59 min**

Episode 4: Das STOP-Prinzip: Welche Schutzmaßnahmen helfen?

Das STOP-Prinzip strukturiert Präventionsmaßnahmen. Was ist das Prinzip? Wie wird es bei SRS-Gefährdungen angewendet? **2:03 min**



Die Filme sind als Empfehlung in die Abläufe der Unterweisungsimpulse integriert. Diese finden Sie ab der folgenden Seite 8.



Alle Filme finden Sie auch online und zum Download unter www.jwsl.de.

Hintergrundwissen

Stolpern³



Stolpern heißt, dass die Fußbewegung in Bewegungsrichtung plötzlich blockiert wird. Das geschieht 1. durch Erhöhungen, Stufen und Ähnliches, 2. durch Vertiefungen wie Rinnen, Spalten oder Öffnungen oder 3. durch Fußangeln wie Kabel, gelöste Leisten oder Ähnliches, in denen der Fuß hängen bleiben kann.

Umknicken



Beim Umknicken kippt der belastete Fuß seitlich und rechtwinklig zur Bewegungsrichtung. Dies geschieht auf Unebenheiten wie Stufen, Absätzen oder Kanten, aber auch auf festen oder losen Gegenständen wie Steinen. Das Umknicken führt häufig zu Sprunggelenksverstauchungen beziehungsweise zum Supinationstrauma – dabei werden die äußeren Bänder des Gelenks stark überdehnt.⁴

Fehltreten



Fehltreten meint das Verfehlen der Tritt- und Standfläche oder das Abrutschen über die seitliche Begrenzung dieser Fläche aus geringer Höhe – wie bei Podesten oder Treppenstufen. Auf das Fehltreten können Stolpern, Umknicken oder Stürzen folgen.

Rutschen⁵



Rutschen im Sinne des Ausrutschens meint den Gleichgewichtsverlust und das Zufallkommen auf einer glatten Fläche oder Ähnlichem.



Modul 1 | 45 min

Homeoffice Animationsfilm 1+3 Arbeitsblatt 1

Unterrichtsfilm 1

Maßnahmen zum Schutz vor SRS

Durchführung:

Schauen Sie gemeinsam mit den Auszubildenden den Animationsfilm Episode 1 „Wie vermeidest du Stolpern, Rutschen, Stürzen?“. Der Film führt in das Thema „Schutz vor Stolpern, Rutschen, Stürzen“ ein und nennt Maßnahmen, mit denen SRS-Unfälle vermieden werden können. Diese finden die Azubis auch auf dem Arbeitsblatt 1 (Seite 14). Sie können anschließend den SRS-Check durchführen. Die Fragen finden Sie auf www.jwsl.de/srs-check, das Beantworten ist als Online-PDF auch digital möglich. Besprechen Sie gegebenenfalls offene Punkte nach Beantworten der Fragen des SRS-Checks. Setzen Sie die Unterweisung mit einem Modul zur Gefährdungsvermeidung fort, zum Beispiel mit den Modulen 2 bis 4.

Hinweis: Weisen Sie insbesondere auf eine Maßnahme gegen SRS-Unfälle hin, die jede und jeder Azubi individuell ausüben kann: die Stärkung der eigenen körperlichen Fitness. Schauen Sie dazu die Basisinformationen aus dem Unterrichtsfilm 1 sowie die Gleichgewichtsübungen im Animationsfilm 3.

Modul 2 | 20–30 min

Homeoffice Unterrichtsfilm 2 Animationsfilm 2

SRS bei der Arbeit

Durchführung:

Fragen Sie die Auszubildenden nach ihren Erfahrungen mit SRS, auch im Ausbildungsunternehmen. Sammeln Sie konkrete Beispiele für bereits passierte Unfälle oder Beinaheunfälle. Weisen Sie darauf hin, wie in Ihrem Betrieb Beinaheunfälle registriert werden.

Folgende Fragen dienen Ihnen dabei als Impulse:

- Sind die Azubis selbst schon einmal so schwer gestolpert, ausgerutscht oder gestürzt, dass sie sich verletzt haben?
- Wo, wie und warum ist das passiert?
- Welche Verletzungen gab es und wie schwer oder langwierig waren diese?
- Welche Folgen hatte der Unfall für den Betrieb?
- Was können die Azubis selbst tun, wenn sie Gefährdungen erkennen, die zu Stolpern, Rutschen oder Stürzen führen können?
- Zu welchen Maßnahmen werden die Azubis unterwiesen?

Hinweis: Weisen Sie darauf hin, dass Unfälle durch SRS vermieden werden können, wenn jede und jeder beim Gehen aufmerksam ist. Basisinformationen finden Sie dazu im Unterrichtsfilm 2 „Aufmerksam statt abgelenkt“ sowie im Animationsfilm 2 „Wie geht's? Der menschliche Gang“.



Modul 3 | 30 min

Homeoffice Animationsfilm 4

SRS und das STOP-Prinzip

Durchführung:

Schauen Sie den Animationsfilm 4 „Das STOP-Prinzip: Welche Schutzmaßnahmen helfen?“. Behandeln Sie mit den Azubis die STOP-Rangfolge der Schutzmaßnahmen. Sie finden eine allgemeine Definition im Film und im Hintergrundwissen auf dieser Seite. Klären Sie, ob das Prinzip verstanden wurde. Besprechen Sie konkrete Schutzmaßnahmen im Ausbildungsbetrieb, um Stolpern, Rutschen und Stürzen zu vermeiden. Fragen Sie, wie das (S)TOP-Prinzip in Bezug auf SRS im Betrieb umgesetzt ist, und klären Sie, wer für die Durchführung der Gefährdungsbeurteilung verantwortlich ist.

Hintergrundwissen

(S)TOP-Prinzip

Die Rangfolge der Schutzmaßnahmen, um Gefährdungen im Rahmen der Gefährdungsbeurteilungen zu beseitigen, erfolgen nach dem STOP-Prinzip: Das heißt, Substitution (S), technische (T) und organisatorische (O) Schutzmaßnahmen sind in dieser Reihenfolge zu berücksichtigen. Verbleibt ein Restrisiko, sind die Beschäftigten gefordert, die vom Unternehmen vorgegebenen persönlichen (P) Schutzmaßnahmen umzusetzen und anzuwenden. Die Substitution kommt grundsätzlich nur beim Einsatz von Gefahrstoffen zum Tragen. Zur Beseitigung von Gefährdungen gegen Stolpern, Rutschen und Stürzen müssen technische (T), organisatorische (O) und persönliche (P) Schutzmaßnahmen ermittelt werden: das TOP-Prinzip.

TOP-Schutzmaßnahmen in Bezug auf SRS:⁶

- T Technische Schutzmaßnahmen** (Beispiele): glatte, rutschige Böden durch rutschhemmende ersetzen; Kabelbrücken einsetzen; rutschfeste Schmutzmatten in Eingangsbereichen verwenden
- O Organisatorische Schutzmaßnahmen** (Beispiele): Reinigungspläne für Böden erstellen; Winterdienste einsetzen; Betriebsanweisungen erstellen und regelmäßige Unterweisungen durchführen
- P Persönliche Schutzmaßnahmen** (Beispiele): die vom Betrieb bereitgestellten Schuttschuhe tragen; auf körperliche Fitness achten



Hintergrundwissen

Sauberkeit und Ordnung

Beim Gehen können wir uns auf die Gehbedingungen einstellen. Voraussetzung: Sie sind sichtbar. Sind sie unvorhersehbar oder ungewohnt, erhöhen sie das Risiko zu stolpern, auszurutschen oder zu stürzen. Ordnung und Sauberkeit im Arbeitsumfeld, zum Beispiel auf Transportwegen, und auch zu Hause reduzieren dieses Risiko und die Gefahr, sich zu verletzen.

Modul 4 | 30–45 min

Homeoffice | **Unterrichtsfilm 3**

SOS gegen Stolpern, Rutschen, Stürzen

Durchführung:

Zeigen Sie den Azubis den Unterrichtsfilm 3 „Sauber ist sicher“. Fragen Sie die Azubis anschließend, wie sie Ordnung halten. Besprechen Sie mit ihnen, dass Unfälle trotz subjektiver Unlust oder Unschuld oder gerade deswegen geschehen können. Bieten Sie den Azubis Lösungen zum Umgang mit solchen Situationen an: Welche Verfahrensweise verfolgt der Ausbildungsbetrieb, um für Sicherheit durch Ordnung und Sauberkeit zu sorgen? Motivieren Sie die Azubis, sich sicherheitsgerecht zu verhalten.



Modul 5 | 30 min

Homeoffice | Arbeitsblatt 2

Der richtige Fußschutz

Durchführung:

Begutachten Sie gemeinsam mit den Auszubildenden deren Schuhe für die Arbeit und benennen Sie die Kriterien für einen Fußschutz, der die Gefahr verringert, auszurutschen oder sich aufgrund von SRS zu verletzen. Nehmen Sie dafür das Arbeitsblatt 2 (Seite 15) zur Hilfe.

Erörtern Sie folgende Fragen:

- Welche Schuhe sind für den Ausbildungsberuf empfohlen beziehungsweise vorgeschrieben?
- Welchen Kriterien müssen sie entsprechen?
- Was macht den Schuh rutschhemmend und wie schützt er zum Beispiel bei Stürzen?
- Wie unterscheidet sich der „Arbeitsschuh“ von den Alltagsschuhen der Azubis?

Modul 6 | 20–45 min

Homeoffice | Arbeitsblatt 3

Sicherheitszeichen

Durchführung:

Sammeln Sie zur Einführung in das Thema Sicherheitszeichen gemeinsam mit den Auszubildenden Antworten auf folgende Fragen:

1. Welche SRS-Gefährdungen gibt es im Ausbildungsbetrieb?
2. Welche Sicherheitszeichen kennen die Azubis aus dem Betrieb? Welche Gefährdungen zeigen diese an?
3. Falls es keine Sicherheitszeichen gibt: Wie könnten diese aussehen, die auf die in 1. gesammelten Gefährdungen hinweisen?

Die Azubis können mithilfe des Arbeitsblattes 3 (Seite 16) die abgebildeten Sicherheitszeichen im Ausbildungsbetrieb ausfindig machen. Besprechen Sie die Ergebnisse.

Hintergrundwissen

Der richtige Fußschutz ...^{8,9}

- hat flache Absätze (für manche Tätigkeiten auch gar keine)
- gibt festen Halt durch Fixierung, zum Beispiel Schnürsenkel
- ist möglichst vorn und hinten geschlossen
- hat eine griffige, rutschhemmende, großflächige und durchgängige Sohle mit Profil
- hat Fersenschutz, ggf. Knöchelschutz
- hat eine Sohlendämpfung im Fersenbereich, ggf. in der gesamten Zwischensohle

Je nach Beruf und Gefährdungen am Arbeitsplatz müssen weitere Kriterien erfüllt sein.

Rutschen und Ausrutschen⁷

Wenn sich die Reibung zwischen der Schuhsohle und dem Boden ändert, besteht erhöhte Rutschgefahr. Dies ist zum Beispiel der Fall, ...

- wenn sich der Bodenbelag ändert
- bei Fett-, Öl- oder Wasserlachen
- bei nassem Laub
- bei Regen, Eis oder Schnee
- bei Kies, Sand oder Schotter auf (Verkehrs-)Wegen
- bei achtlos weggeworfenen Speiseresten und Verpackungsmaterialien





Modul 7 | 30–45 min

Aus Beinaheunfällen lernen

Durchführung:

Fragen Sie die Auszubildenden nach Beinaheunfällen bei der Arbeit durch Stolpern, Rutschen, Stürzen. Impulsfragen können sein:

- Ist jemand schon mal fast gestolpert, ausgerutscht oder gestürzt?
- War jemand dabei, als dies einer anderen Person passierte?
- Was ist passiert? Warum könnte es passiert sein?
- Gibt es Beispiele von anderen kritischen Situationen/von Stolperstellen oder Sturz- und Rutschgefährdungen auf Wegen/von Fehlverhalten/von unzureichenden Hinweisen auf Gefährdungen, die den Azubis aufgefallen sind?

Hintergrundwissen

Kommunikation verhindert SRS

Damit es gar nicht erst zu Unfällen kommt, ist es wichtig, umsichtig, vorausschauend und kommunikativ zu handeln: Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nehmen Rücksicht auf andere, erledigen etwas gegebenenfalls selbst, sagen Bescheid, reden, melden! Schäden und Stolperstellen sowie Abfälle oder rutschige Stoffe auf Böden sollten umgehend beseitigt beziehungsweise im Betrieb angezeigt werden. Auch Azubis können Einfluss nehmen und Missstände melden!

Sammeln Sie die Antworten und machen Sie den Azubis deutlich, dass die Untersuchung solcher Ereignisse großes Lernpotenzial hat. Erläutern Sie, wie die Ergebnisse für die Mitarbeitenden und das Unternehmen genutzt werden können: Sind Stolperstellen und Gefährdungen bekannt, können Maßnahmen ergriffen werden, um SRS-Unfälle zu vermeiden. Erklären Sie, wie in Ihrem Ausbildungsbetrieb Beinaheunfälle registriert werden. Machen Sie den Azubis den Vorgang deutlich, wo und wie dies zu melden ist. So wird durch Achtsamkeit das sicherheitsgerechte Verhalten der Auszubildenden gefördert.





Modul 8 | 30 min

Homeoffice **Arbeitsblatt 4**

Die richtige Beleuchtung

Durchführung:

Sind Arbeitsbereiche und Wege unzureichend beleuchtet, können Stolperstellen, Hindernisse und Rutschgefährdungen nicht ausreichend oder erst zu spät wahrgenommen werden. Es kann zum Stolpern, Rutschen oder Stürzen kommen. Auf dem Arbeitsblatt 4 (Seite 17) finden die Auszubildenden Kriterien für die richtige Beleuchtung, damit die Beschaffenheit des Bodens, mögliche Unebenheiten, Hindernisse oder begrenzte Trittlflächen erkennbar sind. Anhand der zugeordneten Kriterien können die Azubis die Lichtverhältnisse an ihrem Arbeitsplatz oder auf Arbeitswegen prüfen. Machen Sie deutlich, wer für die Auszubildenden Ansprechperson ist, wenn sie Mängel feststellen.

Modul 9 | 45 min

Homeoffice **Unterrichtsfilm 4** **Arbeitsblatt 5**

Leitern, Tritte, Treppen

Durchführung:

Schauen Sie mit den Auszubildenden einleitend den Unterrichtsfilm 4 „Achtung, Stufe!“. Greifen Sie die Schlussfrage auf: „Wisst ihr, wo ihr im Betrieb einen sicheren Tritt oder eine Leiter findet?“ Sprechen Sie zudem über geeignete Aufstiegshilfen: Wo werden diese im Ausbildungsbetrieb eingesetzt? Dazu können Sie das Arbeitsblatt 5 (Seite 18) austeilen, auf dem die Azubis die Leiter-Piktogramme sowie Umgangsregeln für Leitern, Tritte und Treppen finden.

Hintergrundwissen

Der richtige Umgang mit Leitern¹⁰

Wird eine Leiter als Arbeitsplatz genutzt, muss sie mit Stufen oder Plattformen ausgestattet sein. Leitern mit Sprossen sind hierfür nicht zulässig. Beide Füße stehen auf der Stufe. Leitern müssen sicher auf festem Untergrund stehen.



Stolpern auf Treppen

Stolperstellen auf Treppen führen eher zu Verletzungen als solche auf ebenen Fußböden. Beim Hängenbleiben, etwa an gelösten Leisten oder losem Treppenbelag, wird der Bewegungsrhythmus gestört.¹¹ Dies führt zu Fehlritten oder Stürzen. Daher ist es notwendig, immer eine Hand am Handlauf zu behalten, um Stolpern oder Stürzen zu vermeiden.



1 Stolpern, Rutschen, Stürzen

Unfallstatistik

Unfälle durch Stolpern, Rutschen oder Stürzen, kurz SRS-Unfälle genannt, führen die Unfallstatistik der Arbeitsunfälle an. 2020 wurden in Deutschland 153.622¹ meldepflichtige Arbeitsunfälle gezählt, verursacht durch Stolpern, Rutschen oder Stürzen. Zudem ereignen sich die meisten Unfälle in den Wintermonaten,

in denen mit Frost und Glätte zu rechnen ist. Dabei verletzen sich bei Wegeunfällen Frauen häufiger als Männer. SRS-Unfälle zählen zu den häufigsten Unfallarten¹² in der Schule, am Arbeitsplatz und zu Hause.

Was tun, um Stolpern, Rutschen, Stürzen zu vermeiden?



1 Achte auf deinen Weg. Bleibe aufmerksam. Wenn es Schäden gibt, melde diese!



2 Achte bei der Wahl deiner Wege darauf, dass diese ausreichend beleuchtet sind. Melde, wenn Leuchtmittel defekt sind.



3 Halte Ordnung in deinem Arbeitsbereich: Auch Material und Werkzeuge können zu Stolperfallen werden.



4 Trage sichere Schuhe: Die Sohle muss rutschhemmend sein und der Fuß soll festen Halt haben.



5 Halte Böden trocken und sauber.



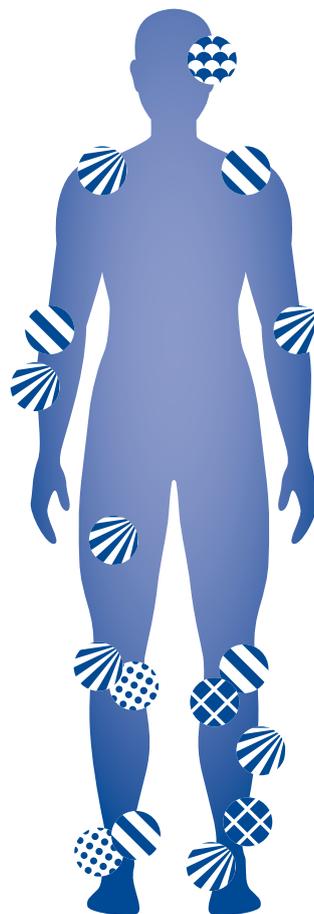
6 Sorge für freie Sicht beim Tragen von Lasten.



7 Beachte die Regeln beim Arbeiten auf Leitern und Tritten.



8 Benutze den Handlauf beim Treppensteigen. Lasse keine Stufen aus.



Verletzungen durch SRS-Unfälle¹

Knöchel- und Fußverletzungen (41%)

Kniegelenks- und Unterschenkelverletzungen (21%)

Davon:

- Zerrungen und Verstauchungen (38%)
- Prellungen (25%)
- Zerreißen/Bänderrisse (17%)
- Frakturen (15%)

Außerdem:

- Gehirnerschütterungen

SRS-Check

Hier geht's zum
SRS-Check



Schon mal gestolpert, gerutscht, gestürzt?
Schick uns deine Story!

@jwsl.de @jwsl.de @jwsl.de
#stolpernrutschenstürzen #jwsl

2 Der richtige Fußschutz

Was macht Gehen sicher?

Schau dir die Kriterien für den richtigen Fußschutz an! Je nach Beruf und Gefährdungen am Arbeitsplatz müssen die Schuhe weiteren Kriterien entsprechen.



Recherchiere
in deinem
Ausbildungsbetrieb!

Welche Schuhe
trägst du bei
der Arbeit?

Welchen Kriterien
müssen sie entsprechen?

Wie unterscheidet sich
dein Arbeitsschuh von
deinem Alltagsschuh?

Was macht deinen
Arbeitsschuh
rutschhemmend?

Die richtige Sohle¹³

- Das Profil erhöht die Griffigkeit und verdrängt Bodennässe, ähnlich wie das Profil beim Autoreifen.
- Für mehr Haftung und Reibung sorgt eine weiche Sohle, die sich verformt und damit die Auftrittsfläche auf dem Boden vergrößert.
- Bei harten Sohlen kommt es eher zum Ab- und Wegrutschen. Sie geben dem Träger oder der Trägerin ein unsicheres Gefühl.
- Glatte und harte Sohlen ermüden die Muskulatur, es kommt eher zu Stolper-, Rutsch- und Sturzunfällen.

Wer ist verantwortlich?

Dein Arbeitgeber oder deine Arbeitgeberin ist verpflichtet, dir geeignete Schuhe bereitzustellen, wenn bestimmte Gefährdungen vorliegen. Das ist zum Beispiel der Fall bei möglichen (Fuß-)Verletzungen durch äußere Einwirkungen wie Rutschgefährdungen, aber auch beim Stoßen, Einklemmen, Durchnässen, bei Stichverletzungen, herabfallenden Gegenständen oder weiteren Gefährdungen.

Sohlencheck

- ✓ Gummisohle
- ✓ Kunststoffsohle
- ✗ Ledersohle

SRS schafft dich?
Mach 'nen Post!

📷 @jwsl_de
📘 @jwsl.de
🐦 @jwsl_de



#jwsl
#stolpernrutschenstürzen

3 Achtung, Sturzgefahr!

Die wichtigsten Sicherheitszeichen

Schau dir die Sicherheitszeichen und deren Bedeutung an: Welche kennst du aus deinem Ausbildungsbetrieb? Wo sind sie angebracht? (Quelle: DGUV Information 211-041)



Schon mal gestolpert, gerutscht, gestürzt? Schick uns deine Story!
 @jwsl_de @jwsl.de @jwsl_de
 #stolpernrutschenstürzen #uffbasse



Betreten der Fläche verboten



Für Fußgängerinnen und Fußgänger verboten



Laufen verboten



Warnung vor Rutschgefahr



Warnung vor Absturzgefahr



Warnung vor Hindernissen am Boden



Fußschutz benutzen



Handlauf benutzen



Übergang benutzen



Fußgängerweg benutzen



Abfallbehälter benutzen

Checkliste

Fülle die Tabelle aus: Welche Sicherheitszeichen kennst du aus deinem Ausbildungsbetrieb? Auf welche Gefährdungen weisen sie hin? Wo und wie sind sie angebracht?

Welches Sicherheitszeichen?	Für welche Gefährdung?	Wo angebracht?	sonstige Auffälligkeiten (Sichtbarkeit, Zustand ...)

Farben und Formen

-  Verbotsschilder in Rot
-  Warnschilder in Gelb
-  Gebotszeichen in Blau



Vorsicht vor „Smombies“¹⁴

Als „Generation Kopf unten“ bezeichnet man zu Fuß Gehende, die im Straßenverkehr auf ihre Smartphones starren und damit sich selbst und andere gefährden. Mancherorts gibt es bereits Verbotsschilder oder Warntafeln sowie Bußgelder gegen dieses weltweite Phänomen der Smartphone-Zombies, kurz „Smombies“.

4 Licht ins Dunkel

Mit der richtigen Beleuchtung SRS-Unfälle vermeiden

Ordne die folgenden Adjektive und Wortpaare je einem Bild zu und schreibe sie dahinter! So erstellst du deine eigene Checkliste, mit der du anschließend die Lichtverhältnisse in deinem Arbeitsbereich prüfen kannst.

- ausreichende Helligkeit
- blendfrei
- funktionierende Leuchtmittel
- ausreichend Tageslicht
- flimmerfrei
- erkennbare Lichtschalter
- gleichmäßig ausgeleuchtet
- schattenfrei
- angemessene Lichtfarbe



Geht's noch?
Besser ohne Stürzen!
Sag uns, wie du's machst!

- @jwsl_de
- @jwsl.de
- @jwsl_de

#jwsl
#stolpernutschenstürzen

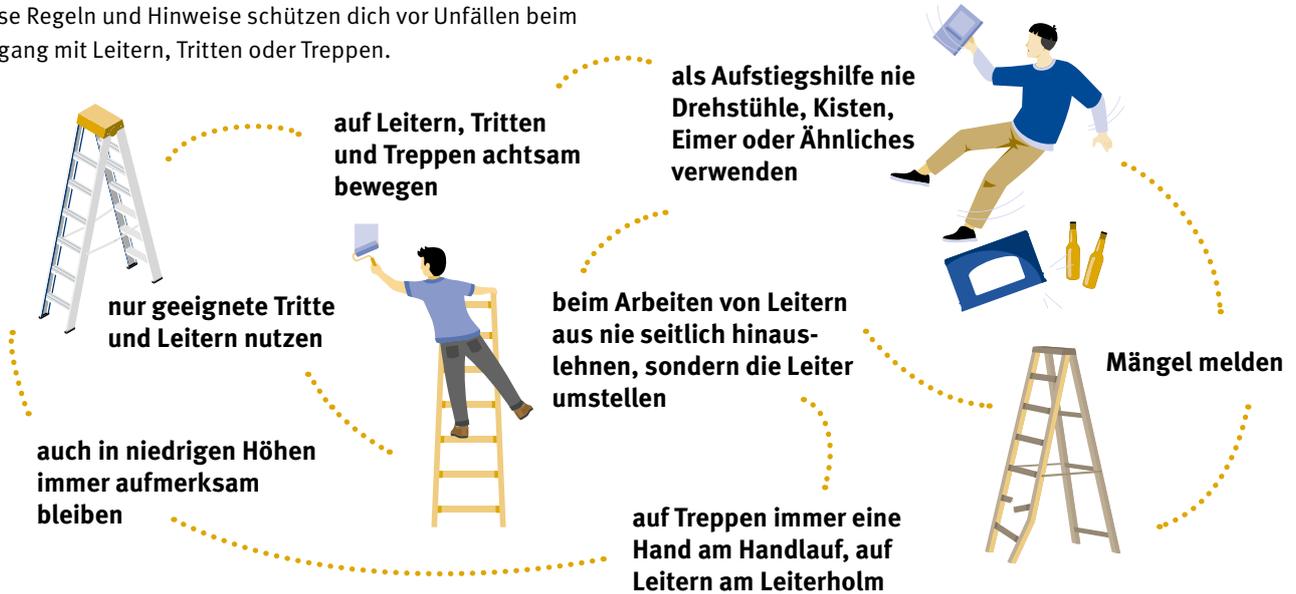
*Lösung: A flimmerfrei, B blendfrei, C erkennbare Lichtschalter, D gleichmäßig ausgeleuchtet, E angemessene Lichtfarbe, F ausreichend Tageslicht, G schattenfrei, H funktionierende Leuchtmittel, I ausreichende Helligkeit

	Ordne hier die richtigen Begriffe zu	Trifft das auf deinen Arbeitsplatz zu?
A	_____	<input type="checkbox"/>
B	_____	<input type="checkbox"/>
C	_____	<input type="checkbox"/>
D	_____	<input type="checkbox"/>
E	_____	<input type="checkbox"/>
F	_____	<input type="checkbox"/>
G	_____	<input type="checkbox"/>
H	_____	<input type="checkbox"/>
I	_____	<input type="checkbox"/>

5 Leitern, Tritte, Treppen

Der richtige Umgang

Diese Regeln und Hinweise schützen dich vor Unfällen beim Umgang mit Leitern, Tritten oder Treppen.



Kennst du die Leiter-Piktogramme?

Je nach Leiterart gibt es unterschiedliche Verhaltensmaßnahmen. Diese sind als Benutzungsanleitung in Form von Piktogrammen auf der jeweiligen Leiter angebracht. Ein Überblick.

Maximale Belastung	Nur eine Person	Nicht hinauslehnen	Ebener und tragfähiger Untergrund	Witterungsbedingungen beachten	Anlegewinkel beachten	Nur an sichere Flächen anlegen
Die obersten 3 Stufen nicht besteigen	Die obersten 4 Stufen nicht besteigen	Mindestens 1 m Überstand	Stahlspitzen auf nachgiebigem Untergrund	Nicht übertreten	Gespannte Spreizvorrichtung	Spreizsicherung einlegen
		<p>Es gibt zum Beispiel Anlegeleitern (einteilig), Stehleitern (zweischenklig), Schiebe- oder Steckleitern (mehnteilig) sowie Mehrzweckleitern. Letztere können als Anlege-, Schiebe- oder Stehleitern verwendet werden.¹⁵</p>		<p>Irgendwas mit Stolpern ...? Interessiert uns!</p> <p> @jwsl_de</p> <p> @jwsl.de</p> <p> @jwsl_de</p> <p>#stolpernrutschenstürzen</p> <p>#jwsl</p>		
Nicht als Anlegeleiter nutzen	Nicht übersteigen					

Impressum

Herausgegeben vom

Arbeitskreis „Jugend will sich-er-leben“ bei den Landesverbänden der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung c/o Berufsgenossenschaft Holz und Metall

Isaac-Fulda-Allee 18
55124 Mainz

www.dguv.de
www.jwsl.de

Redaktion und Grafik

jungvornweg GmbH
Kinder- und Jugendkommunikation
Loschwitzer Straße 13
01309 Dresden
0351 65698400
www.jungvornweg.de

Mainz, 2022

Die Inhalte dieses Unterweisungskonzeptes wurden mit größter Sorgfalt recherchiert und zusammengestellt. Für die Richtigkeit, Vollständigkeit und zwischenzeitliche Änderungen der Inhalte kann keine Gewähr übernommen werden.

© Landesverbände der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV)

Quellen

- ¹ Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) (Hrsg.): Arbeitsunfallgeschehen 2020, Berlin, 2021, Seite 11, 39, 69.
- ² Williams, Caroline: Stürzend und stolpernd durch den Alltag, In: Spektrum der Wissenschaft, 2021. Verfügbar unter: <https://www.spektrum.de/news/gleichgewicht-warum-wir-immer-oeffter-hinfallen/1816727> (04.04.2022).
- ³ Hier und die folgenden 2 Absätze, sofern nicht anders angegeben: H. Fischer, B. Görner, M. Karl, Th. Mössner, H. Reyhl, M. Schatte, E. Tschöcke, B. Weißgerber: Vermeiden von Unfällen durch Stolpern, Umknicken und Fehltreten, Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Dortmund/Berlin/Dresden, 2008, Seiten 12–14.
- ⁴ <https://gesund.bund.de/sprungelenkverstaechung> (31.03.2022).
- ⁵ <https://www.duden.de/rechtschreibung/ausrutschen> (31.03.2022).
- ⁶ https://www.vbg.de/DE/3_Praevention_und_Arbeitshilfen/2_Themen/01_Arbeitsschutz_organisieren/7_Arbeitsschutzorganisation_Einzelthemen/2_Sicherheitsbeauftragte/2_Sicherheitsbeauftragte_Arbeitnehmer/Ergonomie/1_Verkehrswege/sicherheitsbeauftragte_ergonomie_1_verkehrswege.html (29.04.2022).
- ⁷ Arbeitskreise für Arbeitssicherheit/Prävention bei den Landesverbänden der gewerblichen Berufsgenossenschaften (Hrsg.): Stolpern, Rutschen, Stürzen, Unterrichtskonzept für Lehrkräfte an berufsbildenden Schulen, Mainz, 2003, Seite 30.
- ⁸ Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) (Hrsg.): Einmal nicht aufgepasst – Präsentation zur Unterrichtseinheit „Stolpern, Rutschen, Stürzen“, aus Lernen und Gesundheit, Berlin, 2021, Seite 8. Verfügbar unter: <https://www.dguv-lug.de/berufsbildende-schulen/arbeitssicherheit/stolpern-rutschen-stuerzen> (30.03.2022).
- ⁹ Uhlig, S. A., Graupner, I., Stabel, S.: Der richtige Arbeitsschuh im Pflegeberuf, Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW), Berlin, 2011, Seite 515. Verfügbar unter: https://www.bgw-online.de/resource/blob/49502/57bec8a53e84b7b35cb33d83fff2e4b1/ASU-Schuhwerk-Pflege_Download.pdf (30.03.2022).
- ¹⁰ https://www.baua.de/DE/Angebote/Rechtstexte-und-Technische-Regeln/Regelwerk/TRBS/pdf/TRBS-2121-Teil-2.pdf?__blob=publicationFile&v=3 (31.03.2022).
- ¹¹ H. Fischer, B. Görner, M. Karl, Th. Mössner, H. Reyhl, M. Schatte, E. Tschöcke, B. Weißgerber: Vermeiden von Unfällen durch Stolpern, Umknicken und Fehltreten, Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Dortmund/Berlin/Dresden, 2008, Seite 18.

- ¹² <https://www.bgetem.de/arbeitssicherheit-gesundheitsschutz/brancheninformationen/energieversorgung/stromversorgung/branchenspezifische-gefaehrdungen/gefaehrdungen-durch-stolpern-rutschen-und-stuerzen> (31.03.2022).
- ¹³ Uhlig, S. A., Graupner, I., Stabel, S.: Der richtige Arbeitsschuh im Pflegeberuf, Berufsgenossenschaft für Gesundheitsdienst und Wohlfahrtspflege (BGW), Berlin, 2011, Seite 515. Verfügbar unter: https://www.bgw-online.de/resource/blob/49502/57bec8a53e84b7b35cb33d83fff2e4b1/ASU-Schuhwerk-Pflege_Download.pdf (30.03.2022).
- ¹⁴ <https://www.runtervomgas.de/menschen-und-geschichten/artikeluebersicht/smobies-die-unterschaetzte-gefahr/> (30.03.2022).
- ¹⁵ Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) (Hrsg.): Handlungsanleitung für den Umgang mit Leitern und Tritten, DGUV Information 208-016, Berlin, 2008, Seite 11 ff. Verfügbar unter: https://www.bgbau.de/fileadmin/Medien-Objekte/Medien/DGUV-Informationen/208_016/208_016.pdf (04.06.2022).

Bildnachweise

Fotos: Shutterstock.com (Tyler Olson, Aleksandar Malivuk, MemoryMan, Oxford Media Library, PH888, Robert Kneschke, BAZA Production, Jacob Lund, Mike_shots, Chaay_Tee, alterfalter, Gorodenkoff, Olena Yakobchuk, GalacticDreamer, Andrey_Popov, makasana photo, Maha Heang 245789); Adobe Stock (RioPatuca Images);

Illustrationen: Shutterstock.com (Ecelop, Arcady, Darko 1981, FR Design, Zaur Rahimov, Carboxylase, Your_universe, Ramona Kaulitzki, SeamlessPatterns, Anna in Sweden, NeMaria, Miloje, K1r1, Mark Rademaker, Teguh Jati Prasetyo, Alluvion Stock, Tartila, Perfectorius, Art Snaillife, Standard Studio, tawat thanumtieng, Ecelop, r.classen, Walther S, Standard Studio, Fast_Cyclone, Anson_shutterstock, Panda Vector, Pankaj_Digari, Imichman, Amanita Silvicora, Designua, Haali, rudall30, Kraska, Garno Studio, Viktorija Reuta, Flat vectors, bsd studio, drgaga, Siberian Art);

Video-Stills: (alle Bilder Animationsfilme: Matthias Büchner, movings; alle Bilder Echtfilm: Hechtfilm – filmproduktion);

Mockups Medien: DGUV;

weitere Abbildungen der Ausgabe: BGHM (123RF.com/antoine2k)

Wie man Unfälle vermeidet

JUGEND
WILL
SICH-ER-
LEBEN



Animationsfilm

Vier Episoden zum Thema:

Schutz vor Stolpern, Rutschen, Stürzen



www.jwsl.de