AKKU Europe

Regulierung der Arbeitsfähigkeit in Klein- und Kleinstunternehmen durch Multimedia-Tools

Werkzeug 16

Checkliste und Empfehlungen für die Sicherheit am Arbeitsplatz

Mit Unterstützung des Programms Erasmus+ der Europäischen Union. Die Verantwortung für den Inhalt dieses Dokuments tragen allein die Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

1. PRÄVENTION UND ARBEIT
RISIKEN AUS UNBEQUEMEN KÖRPERHALTUNGEN **Diese Risiken können die Muskeln, Sehnen, Gelenke oder das Herz übermäßig belasten und den normalen Alterungsprozess beschleunigen.**
Automatisierung oder Hilfsmittel (Mechanisierungen, Exoskelette)
Vermeiden von extremen Körperhaltungen, die die Kraft verringern
Wechsel zwischen den Körperhaltungen, vor allem, wenn diese fixiert sind (Stehen, Sitzen, halbsitzend)
Haltungspflege; Verringerung des Ausmaßes und der Dauer der Beugung der Lenden- und Halswirbelsäule
Eine nicht sitzende Lebensweise ohne Überbelastung kann den Funktionsverlust verzögern
RISIKEN DURCH INTENSIVE KÖRPERLICHE ANSTRENGUNGEN **Diese Risiken können die Muskeln, Sehnen, Gelenke oder das Herz übermäßig belasten und den normalen Alterungsprozess beschleunigen.**
Verringerung der akuten oder kumulativen Überbelastung durch die Handhabung von Lasten, Anstrengungen, Körperhaltungen usw.
Abschaffung maximaler Anstrengungen und Verringerung verlängerter Anstrengungen
Unterscheidungen von Höchstgewichten unter idealen Bedingungen für Altersgruppen bei der manuellen Handhabung von Lasten (z. B. ISO 11228-1 ISO TR 12295)
RISIKEN DURCH SICH WIEDERHOLENDE BEWEGUNGEN **Diese Risiken können die Muskeln, Sehnen, Gelenke oder das Herz übermäßig belasten und den normalen Alterungsprozess beschleunigen.**
Verringerung der akuten oder kumulativen Überlastung durch Anstrengungen, Haltungen, Wiederholungen in unhaltbaren Rhythmen
2. PRÄVENTION UND ARBEITSUMFELD
RISIKEN IM ZUSAMMENHANG MIT DER ARBEITSUMGEBUNG **Diese Risiken können zu vorzeitigen Muskel-Skelett-Erkrankungen, Taubheit, Gefäßerkrankungen und Tumoren führen. Die Wahrscheinlichkeit dieser Ereignisse nimmt mit dem Alter und der Dauer der Betriebszugehörigkeit zu.**
Beseitigung oder Verringerung der Exposition gegenüber einer zu heißen oder zu kalten Umgebung.
Verbesserung der Umgebungsbeleuchtung: Anwendung von Farbkontrasten und zusätzlicher streifender und/oder örtlicher Beleuchtung, Beseitigung von Blendung und Reflexionen
Beseitigung oder weitestgehende Reduzierung der Exposition gegenüber toxischen Stoffen
Beseitigung oder weitestgehende Reduzierung der Lärmbelastung
Verstärkung von akustischen Alarmen und/oder zusätzlichen Lichtsignalen
Ausstattung der Arbeitnehmer mit Gehörschutz, der nicht zu stark dämmt, um sie nicht völlig von Alarmen und Kommunikation zu isolieren
Beseitigung oder weitestgehende Reduzierung der Vibrationseinwirkung
3. PRÄVENTION UND ORGANISATORISCHE ASPEKTE
RISIKEN IM ZUSAMMENHANG MIT ORGANISATORISCHEN ASPEKTEN **Die Arbeit zu untypischen Zeiten stört den Schlaf, die Verdauung und das Herz-Kreislauf-System. Dieser Effekt verstärkt sich im Laufe der Zeit mit dem Älterwerden.** **Ständige Unterbrechungen erlauben es dem Arbeitnehmer nicht, seine Erfahrung zu nutzen, um seine Arbeit zu organisieren und Erholungsphasen zu bewältigen. Eine fragmentierte Arbeit, die häufig durch unerwartete Zufallsereignisse unterbrochen wird, ermöglicht es dem Arbeitnehmer nicht, seine Zeit und seine Prioritäten zu verwalten**
Verbesserung des Schichtsystems für alle (schnelle Abfolge) und Verringerung oder Abschaffung der Nachtschichten für ältere Menschen, insbesondere wenn diese als anstrengender und energieaufwändiger empfunden werden
Förderung von Flexibilitätsmaßnahmen, Selbstmanagement, Teilzeitregelungen, Abschaffung der Nachtschichten auf Antrag

Mit Unterstützung des Programms Erasmus+ der Europäischen Union. Die Verantwortung für den Inhalt dieses Dokuments tragen allein die Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

4. PRÄVENTION UND ARBEITSFÄHIGKEIT
RISIKEN IM ZUSAMMENHANG MIT DER ENTWICKLUNG VON KOMPETENZEN **Eine monotone Tätigkeit ermöglicht es den Arbeitnehmern nicht, neue Fähigkeiten zu erlernen und kann zu Demotivation führen.**
Anpassung und Feinabstimmung der Ausbildungsprogramme auf die Arbeitnehmer und ihre spezifische Tätigkeit (d. h. auf das, was sie tatsächlich brauchen)
RISIKEN IM ZUSAMMENHANG MIT DER NUTZUNG VON KOMPETENZEN **Unerwartete Aktivitätsspitzen sind schädlich, wenn sie nicht durch Erholungsphasen ausgeglichen werden.**
Strenge Arbeitsmethoden von oben nach unten verhindern, dass Arbeiter und Angestellte mit ihren eigenen Fähigkeiten und ihrem kritischen Denken experimentieren können
RISIKEN IM ZUSAMMENHANG MIT DER ÜBERTRAGUNG VON ZUSTÄNDIGKEITEN **Das Wissen kommt in 3 verschiedenen Formen:** **1. theoretische Kenntnisse, die durch Schulungen vermittelt werden können,** **2. Know-how, d. h. die Anwendung der theoretischen Kenntnisse, die dank der Tutoring-/Mentoring-Programme vor Ort erlernt werden können** **3. Fähigkeiten, d. h. die Fähigkeit, sich in vielen verschiedenen Beziehungskontexten zurechtzufinden. Diese Art von Wissen wird in der Regel dadurch erworben, dass man dem Beispiel älterer Arbeitnehmer folgt, die viel mehr Erfahrung in Bezug auf ihren Beruf und die Dynamik des Teams haben.**
Die kognitiven Funktionen nehmen mit zunehmendem Alter ab, werden aber in der Regel durch mehr Wissen und Erfahrung kompensiert
Erhaltung von Bottom-up-Möglichkeiten für Ausbildung und Bildung
Wertschätzung des Engagements von Arbeitnehmern für Ausbildungsprogramme und den Erwerb neuer Fähigkeiten
5. MENTALE GESUNDHEIT
PSYCHOSOZIALE RISIKEN **Da es keinen Spielraum für autonome Entscheidungen gibt, hat der Arbeitnehmer den Eindruck, dass er sich nicht auf seine Erfahrung verlassen kann. Im Falle einer Beziehung zur Öffentlichkeit oder zu schwierigen Kunden ist der Arbeitnehmer einem höheren Risiko sozialer Konflikte ausgesetzt. Mangelnde Anerkennung und Unterstützung sind bekannte Stressquellen für erfahrene Arbeitnehmer.**
Förderung von Flexibilitätsmaßnahmen, Selbstmanagement, Teilzeitregelungen, Befreiung von Nachtschichten auf Antrag
Vermeidung von Umgebungen mit offenem Raum
Aufwertung von Gruppen und Einzelpersonen
RISIKEN IM ZUSAMMENHANG MIT DEM ÄNDERUNGSMANAGEMENT
Komplexität als Ressource und nicht als Bedrohung begreifen
Zeit und Ressourcen im Voraus planen, um den Übergang zu erleichtern
Aufwertung des Erwerbs neuer Kompetenzen, die während des Prozesses entstehen

Mit Unterstützung des Programms Erasmus+ der Europäischen Union. Die Verantwortung für den Inhalt dieses Dokuments tragen allein die Verfasser; die Kommission haftet nicht für die weitere Verwendung der darin enthaltenen Angaben.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union