

Arbeitsplatz:

Betriebsanweisung

Kirchengemeinde/Einrichtung:

Tätigkeit:

Heben, Tragen, Ziehen und Schieben von Lasten

Datum:

Anwendungsbereich

Diese Betriebsanweisung enthält allgemeine Regeln für das Heben, Halten, Tragen und Absetzen sowie das Schieben, Ziehen oder sonstige Bewegen von Lasten durch menschliche Körperkraft.

Gefährdungen für den Menschen



Stolper-, Rutsch-, Sturz- und Anstoß- bzw. Quetschgefahr
Schnittverletzungen aufgrund scharfer Kanten oder Grate an der Last
Verletzungen durch Herabfallen von Gegenständen
Verletzung bzw. Erkrankung am Muskel-Skelett-System

Schutzmaßnahmen und Verhaltensregeln



Wenn möglich, vorhandene Hebe-, Trage- oder Transporthilfen benutzen.

Folgende Transporthilfen stehen zur Verfügung: _____

Die Transporthilfen befinden sich _____

Schwere und sperrige Lasten immer mit mehreren Personen heben und tragen.

Bei scharfkantigen bzw. schweren Lasten geeignete Schutzhandschuhe und Sicherheitsschuhe tragen.



Anheben und Absetzen von Lasten:

Auf einen sicheren Stand und ausreichenden Bewegungsraum achten.

In die Knie gehen und die Last mit beiden Händen greifen. Einseitige Belastungen vermeiden.

Den Körper durch Einsatz der Beinmuskulatur gleichmäßig und langsam aufrichten, den Rücken dabei gerade halten.

Die Last körpernah heben und niemals ruckartig bewegen.

Beim Heben und Absetzen einer Last das Verdrehen der Wirbelsäule vermeiden. Den ganzen Körper mit den Füßen drehen, um die Bewegungsrichtung zu ändern.

Beim Absetzen der Last ebenfalls auf eine gerade Haltung des Rückens achten.

Beim Absetzen der Last auf die Finger achten - Quetschgefahr!

Tragen von Lasten:

Den Rücken beim Tragen gerade halten.

Die Last nah am Körper tragen: entweder beidhändig vor dem Körper, auf beide Arme verteilt neben dem Körper, auf dem Rücken oder den Schultern.

Auf freie Sicht beim Tragen von Lasten achten.

Auf freie, ebene und sichere Verkehrswege achten.

Ziehen und Schieben von Lasten:

Das passende Transportmittel zur Last auswählen (Größe, Ausstattung mit Bremse, Fahrzeugtyp).

Transportmittel nicht überladen.

Lasten möglichst schieben statt ziehen.

Aufmerksam und vorausschauend die Lasten mit dem Transportmittel bewegen. Langsam beschleunigen und abbremsen.

Beim Abstellen des Transportmittels auf Gefälle die Wegrollsicherungen nutzen.

Verhalten bei Störungen

Beschädigte Hebe-, Trage- und Transporthilfen dürfen nicht benutzt werden. Sie sind sofort aus dem Verkehr zu ziehen. Die Mängel sind dem Arbeitgeber zu melden.

Verhalten bei Unfällen



Ruhe bewahren - Notruf - Erste Hilfe leisten

Ein Telefon für Notrufe befindet sich: _____

Verbandmaterial und Verbandbuch befindet sich: _____

Melden Sie jeden Unfall unverzüglich Ihrem Arbeitgeber oder dessen Vertreter/in.

Notruf: 112



Instandhaltung

Instandhaltungsarbeiten an Hebe-, Trage- und Transporthilfen nur durch beauftragte und fachlich qualifizierte Personen durchführen lassen.

Ausfüllhilfe zur Betriebsanweisung „Heben, Tragen, Ziehen und Schieben von Lasten“

Die Betriebsanweisung bezieht sich auf das Heben, Tragen, Ziehen und Schieben von Lasten durch menschliche Körperkraft.

Diese Betriebsanweisung dient zur Unterweisung der Mitarbeiter/innen. Sie informiert darüber, wie Lasten mit oder ohne Hilfsmitteln rückschonend und verletzungsfrei transportiert werden können.

Damit die Betriebsanweisung auf die Tätigkeit und den Arbeitsplatz zugeschnitten eingesetzt werden kann, enthält sie in der Kopfzeile die Ausfüllfelder **„Arbeitsplatz“** und **„Tätigkeit“**. Bitte füllen Sie diese Felder bezogen auf Ihre Einrichtung aus (siehe Beispiele unten). Die Ausfüllfelder **„Kirchengemeinde/Einrichtung“** und **„Datum“** legen den Gültigkeitsbereich und den Gültigkeitstag fest.

Bei der Rubrik **„Schutzmaßnahmen und Verhaltensregeln“** tragen Sie bitte die jeweils in Ihren Einrichtungen vorhandenen Transporthilfen ein, die für die eingetragene Tätigkeit zur Verfügung stehen. Nennen Sie bitte auch den Ort, wo die Transporthilfen zu finden sind, damit die Mitarbeiter/innen angehalten werden, diese bei Bedarf auch zu benutzen.

Beispiele:

Arbeitsplatz: Küster/in
Tätigkeit: Stuhltransport
Transporthilfe: Stuhltransportwagen
Standort: Lagerraum Gemeindehaus

Arbeitsplatz: Drucker/in
Tätigkeit: Papiertransport
Transporthilfe: Sackkarre
Standort: Abstellraum/Papierlager

Arbeitsplatz: Reinigungskraft
Tätigkeit: Reinigungsarbeiten
Transporthilfe: Putzwagen
Standort: Putzmittelraum Gemeindehaus

Arbeitsplatz: Hauswirtschafterin
Tätigkeit: Geschirrtransport
Transporthilfe: Servierwagen
Standort: Küche

Damit in Ihrer Einrichtung bei Unfällen schnell Erste Hilfe geleistet werden kann, tragen Sie bitte unter der Rubrik **„Verhalten bei Unfällen“** die Standorte für das Notruftelefon, den Verbandkasten und des Verbandbuches ein.

Bei Fragen stehen Ihnen die Orts- und Fachkräfte für Arbeitssicherheit sowie die Mitarbeiter/innen der EFAS gerne als Ansprechpartner/innen zur Verfügung.

Ihr
EFAS-Team