

LSV kompakt

MAGAZIN FÜR SICHERHEIT & GESUNDHEIT

www.svlfg.de

04 | 2021



**GEFAHR
TUNNELBLICK**



INHALT

**VORSICHT BEI STROM, WASSER UND GAS**

Beschädigte Versorgungsleitungen sind lebensgefährlich. Hier erfahren Sie, welche Vorgaben bei Instandhaltungsarbeiten gelten.

4

PRÄVENTIONSZUSCHÜSSE SICHERN

Auch 2022 fördern wir den Kauf ausgewählter Produkte, zum Beispiel Radwechselwagen, Podestleitern oder Akku-Scheren für Wein- und Obstbau.

10

**ARBEITSSCHUTZ IM KÖRPERSCHAFTSWALD**

Für beauftragte Arbeiten im Körperschaftswald tragen Kommune und Revierleitung die Fürsorgepflicht. Lesen Sie, wie Arbeitsschutz gemeinsam organisiert werden kann.

15

**WAS TUN SIE SICH GUTES?**

Die SVLFG bietet ihr Gesundheitsangebot der Trainings- und Erholungswoche für pflegende Angehörige nun auch online an.

18

Zum Titelbild:

Dieses bearbeitete Foto visualisiert den Zeitpunkt vor der Schussabgabe aus Sicht des Schützen, der in diesem Moment einen "Tunnelblick" hat.

KURZ GESAGT

Liebe Leserinnen und Leser,

hatten Sie schon mal einen Tunnelblick? Den Moment, in dem Sie nur noch auf einen einzigen Punkt konzentriert waren und nicht mehr wahrgenommen haben, was rechts und links neben Ihnen passiert? Sich auf das Wesentliche zu fokussieren, mag in manchen Situationen von Vorteil sein – bei der Jagd aber kann der Moment, in dem sich der Schütze „im Tunnel“ befindet, für andere lebensgefährlich werden. Warum dies so ist, lesen Sie auf Seite 13. Dort wird unter anderem erklärt, dass der Tunnelblick durch Stress verursacht wird.

Stresssituationen sorgen aber nicht nur für mentalen Druck, sie wirken sich auch auf die Physis aus. Ein typisches Symptom sind zum Beispiel Rückenschmerzen. Auf Seite 23 erfahren Sie, wie Sie diesen vorbeugen und Stress abbauen können.

Unter psychischer und physischer Belastung leiden auch viele Personen, die sich aufopferungsvoll der Pflege ihrer Angehörigen widmen. Die Erfahrungsberichte der Teilnehmenden unserer Trainings- und Erholungswoche für pflegende Angehörige zeigen, dass ihnen vor allem der Austausch mit Gleichgesinnten besonders gut tut. Die Gewissheit, mit seinen Sorgen und Nöten nicht alleine zu sein, ist eine positive Erkenntnis. Tipps und Tricks helfen, die Pflege im häuslichen Bereich zu erleichtern. In der Pandemie waren persönliche Treffen nicht möglich. Deshalb haben wir einen virtuellen Stammtisch für Pflegende eingerichtet, über den wir auf Seite 18 berichten.

Schöpfen Sie gerne aus unseren sonstigen Seminarangeboten, damit Sie weiterhin auf der sicheren und gesunden Seite sind! Anregungen finden Sie auf Seite 9.

Erfreulich ist, dass die Beiträge zur LKK durch unsere besonderen Anstrengungen überwiegend unverändert bleiben. Näheren Informationen hierzu lesen Sie auf Seite 20. Weil die Kostenbelastung durch die Corona-Pandemie weiterhin schwer einzuschätzen ist, werden wir darauf achten, dass die LKK auch zukünftig am Gesundheitsfonds des Bundes sachgerecht beteiligt wird.

Um unser Gesundheitssystem vor Überlastung zu schützen und schwere Erkrankungen zu vermeiden, appellieren wir an Sie, sich um Ihren Impfstatus zu kümmern. Nur die vollständige Impfung gegen COVID-19 bietet einen guten Schutz vor einem schweren Verlauf mit Krankenhausaufenthalt. Sie schützt außerdem all jene, die nicht geimpft werden können, beispielsweise Kinder.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien eine besinnliche Weihnachtszeit und alles Gute im neuen Jahr!

Herzlich Ihr

Christ W.



Walter Heidl, Vorstandsvorsitzender der SVLFG

IMPRESSUM

LSV kompakt – Magazin für Sicherheit und Gesundheit

Herausgeber: Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau, Weißensteinstraße 70-72, 34131 Kassel

Redaktion: Martina Opfermann-Kersten, Telefon 0561 785-18500, Fax 0561 785-219118, www.svlfg.de, E-Mail: kommunikation@svlfg.de

Der Bezugspreis ist durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten.

Keine Gewähr für unverlangte Manuskripte. Nachdruck ist nach Rücksprache mit der Redaktion möglich.

Die SVLFG legt Wert auf eine gendersensible Sprache. In den Fällen, in denen wir zugunsten des Leseflusses die männliche Form verwenden, sind diese geschlechtsunabhängig zu verstehen.

Druck: Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, Industriestraße 25 a, 22880 Wedel.

Bei den Adressangaben werden die Bestimmungen des Datenschutzes beachtet.



BEITRAGSVORSCHUSS

Bis 15.01. überweisen

Den Vorschussbetrag hat die LBG bereits mit dem Beitragsbescheid im Sommer 2021 mitgeteilt. Beachten Sie bitte, dass dieser spätestens am 15. Januar 2022 auf dem Konto der Berufsgenossenschaft gutgeschrieben sein muss. Berücksichtigen Sie dabei auch die Banklaufzeiten. Sparen Sie Zeit und Geld mit einem SEPA-Lastschriftmandat, damit ist die pünktliche Zahlung sichergestellt. Sie müssen sich keine Termine merken, sparen sich den Weg zur Bank oder die Zeit am Computer und sind sicher, dass keine Säumniszuschläge anfallen. Unter www.svlfg.de/mediencenter finden Sie das Formular.

BERUFGGENOSSENSCHAFT

Arbeitswerte online

Die Berufsgenossenschaft versendet im Dezember die Arbeitswertnachweise an alle Unternehmen, deren Beitrag nach dem Arbeitswert berechnet wird. Wie jedes Jahr werden damit die Arbeitstage der Unternehmer/Mitunternehmer, Ehegatten und unentgeltlich mitarbeitenden Familienangehörigen sowie das Bruttoarbeitsentgelt aller Beschäftigten und Aushilfen erfragt.

Abgabetermin ist der 11. Februar 2022. Unter www.svlfg.de/extranet können Gartenbaubetriebe die Meldung online abgeben.

PASSIVRAUCHEN

Jedes siebte Kind betroffen

Tabakrauch ist nicht nur bei direktem Konsum, sondern auch beim Einatmen über die Umgebungsluft schädlich. Er enthält Giftstoffe wie Blausäure und Kohlenmonoxid. Diese steigern das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Schlaganfälle. Bei Kindern können sie Atemwegsbeschwerden und Asthma hervorrufen. Kinder reagieren besonders sensibel, weil sie in Relation zu ihrem Körpergewicht mehr Luft und damit auch mehr Giftstoffe einatmen als Erwachsene. Auch baut ihr Körper Giftstoffe schlechter ab. Etwa jedes siebte Kind im Alter zwischen elf und 17 Jahren hält sich mehrmals pro Woche in verräuchten Räumen auf. Orte, an denen sich Kinder und Jugendliche aufhalten, sollten konsequent rauchfrei gehalten werden. Dazu zählen insbesondere Wohnbereiche und Autos. Nähere Informationen liefert eine Broschüre der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), die online über www.bzga.de/infomaterialien bestellt werden kann. Wer mit dem Rauchen aufhören will, findet hierzu kostenlose Angebote der BZgA unter:

www.rauchfrei-info.de

Ein Start-Paket zum Nichtrauchen mit einem „Kalender für die ersten 100 Tage“, einem Stressball und anderen hilfreichen Materialien kann kostenfrei per Mail bestellt werden über:

bestellung@bzga.de

Eine telefonische Beratung zur Rauchentwöhnung erhalten Sie unter der kostenfreien Rufnummer 0800 8313131.

FORSTWIRTSCHAFT

Umfrage

Im Auftrag des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft führt das Thünen-Institut eine Befragung von Forstbetrieben zur Struktur der forstlichen Dienstleistungsmärkte durch. Die Ergebnisse dienen als Grundlage für den Bericht an den Deutschen Bundestag zum § 46 Bundeswaldgesetz. Dieser enthält Aussagen darüber, ob und inwieweit die Regelungen weiterhin erforderlich sind, um ein flächendeckendes Angebot forstlicher Dienstleistungen zu angemessenen Bedingungen und den freien Zugang hierzu für alle Waldbesitzer sicherzustellen. Die Befragung richtet sich an Forstbetriebe aller Eigentumsarten und Größenklassen – auch die ganz kleinen Forstbetriebe sind wichtig. Forstwirtschaftliche Dienstleistungsunternehmen sind ebenfalls gefragt. Unter www.forstliche-dienstleistungsmaerkte.de können Sie an der Befragung bis zum 31. Januar 2022 teilnehmen. Um möglichst aussagekräftige Ergebnisse zu erhalten, ist das Thünen-Institut auf Ihre Hilfe angewiesen.

ANRUFE VON 0561 785

Einheitliche Rufnummer

Unsere Mitarbeiter haben an jedem Dienstort die Vorwahl von Kassel 0561 sowie die Rufnummer 785 und eine fünfstellige Durchwahl. Nehmen Sie diese Anrufe bedenkenlos an – es handelt sich nicht um einen Werbeanruf, sondern um Ihre SVLFG.

So erreichen Sie uns

Telefonzentrale	0561 785-0
Krisenhotline	0561 785-10101
Gesundheitstelefon der Krankenkasse	0800 140554149090 (kostenfrei)
Service-Telefon der Pflegekasse	0561 785-2033
Gesundheitsangebote „Mit uns im Gleichgewicht“	0561 785-10512
Seminare und Qualifizierungen zur Prävention	0561 785-10477
Bestellung von Präventionsbroschüren	0561 785-10339
Zuschüsse für Sicherheit und Gesundheitsschutz	0561 785-10479
Betriebliche Gesundheitsförderung	0561 785-10010
Arbeitsschutzmanagement, Anerkennung von Schulungsstätten	0561 785-10478

Versorgungsleitungen

Vorsicht bei Strom, Wasser oder Gas

Versorgungsleitungen dienen dem reibungslosen Ablauf des täglichen Lebens. Werden sie beschädigt, droht Lebensgefahr. Bei Erdarbeiten, aber auch unter Freileitungen, gelten deshalb besondere Vorschriften.

Vor Erdbauarbeiten im öffentlichen wie auch im privaten Bereich ist es unerlässlich, sich bei den zuständigen Versorgungsunternehmen über den Verlauf unterirdischer Leitungen zu informieren und einen Leitungsplan für die Baustelle anzufordern. Die Angaben der Versorgungsunternehmen sind mitunter jedoch unverbindlich. Dann ist es notwendig, den Verlauf von Leitungen mit Hilfe eines Leitungs- und Kabelsuchgerätes, gegebenenfalls auch mit Suchschlitzen in Handschachtung, zu ermitteln. Auch wenn Sie zwei Punkte einer Leitung kennen, ist es nicht zwingend, dass die Leitung geradlinig zwischen diesen Punkten verläuft. Beim Einsatz von Großgeräten in unmittelbarer Nähe von Leitungen müssen diese komplett durch Handschachtung freigelegt werden. Stellen Sie alle Arbeiten sofort ein, wenn Sie unerwartet auf Trassenwarnbänder, Abdeckungen oder Leitungen stoßen. Informieren Sie das Versorgungsunternehmen umgehend.

Treffer! Was nun?

Sollte trotz aller Vorsichtsmaßnahmen eine unterirdische Leitung verletzt werden, ist besondere Vorsicht geboten. Je nachdem, worum es sich handelt, gelten unterschiedliche Regeln.

Ist ein Stromkabel beschädigt, besteht Lebensgefahr durch elektrischen Schlag. Es gilt:

- Arbeiten sofort einstellen.
- Anwesende Personen auffordern, Abstand zu halten.
- Stelle sofort absperren und verlassen.
- Den Energieversorger schnellstmöglich informieren. Ist dies nicht möglich, Feuerwehr oder Polizei anrufen, sie kennen die Notrufnummern der Energieversorger.
- Wurde das Kabel mit Handwerkzeugen, zum Beispiel einer Schaufel, einer Hacke oder durch Erdspieße beschädigt, dürfen diese auf keinen Fall weiter bewegt oder herausgezogen werden.

Wurde das Kabel durch ein Fahrzeug beschädigt, etwa einen Bagger, gilt zusätzlich:

- Sollte das Arbeitswerkzeug des Fahrzeuges, zum Beispiel die Schaufel, mit einer unter Spannung stehenden Ader des Stromkabels in Kontakt gekommen sein, besteht beim Aus- und Einsteigen Lebensgefahr.
- Fahrzeug aus dem Gefahrenbereich bringen.
- Wurde es bereits verlassen, nicht erneut einsteigen.

Bei Beschädigung einer Wasser- oder Fernwärmeleitung besteht die Gefahr der Aus- und Unterspülung sowie der Überflutung. Bei einer beschädigten Fernwärmeleitung besteht zusätzlich Verbrühungsgefahr durch plötzlichen Austritt von Heißwasser oder Heißdampf. Es gilt:

- Arbeiten sofort einstellen.
- Gegebenenfalls Baugruben und tief liegende Räume von Personen räumen.
- Stelle und eventuelle Gefahrenbereiche absperren.
- Den Energieversorger schnellstmöglich informieren. Ist dies nicht möglich, Feuerwehr oder Polizei anrufen.
- Gefahrenbereich mit Personal überwachen.

Bei Beschädigung einer Gasleitung besteht Zünd- und Explosionsgefahr durch ausströmendes Gas. Es gilt:

- Arbeiten sofort einstellen.
- Nicht rauchen, Funkenbildung vermeiden, keine elektrischen Geräte bedienen.
- Anwesende Personen auffordern, Abstand zu halten.
- Alle Verbrennungsmotoren sofort ausschalten.
- Gefahrenbereich weiträumig absperren und verlassen. Beachten Sie bei der Absperrung die Windrichtung.
- Den Energieversorger schnellstmöglich informieren. Ist dies nicht möglich, Feuerwehr oder Polizei anrufen.
- Gefahrenbereich mit Personal überwachen.

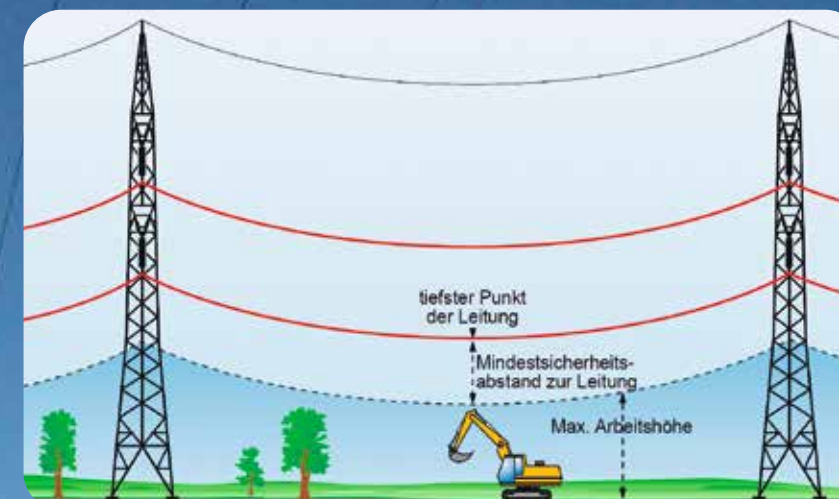


Foto: West GmbH, Dortmund

Kommt es zur unzulässigen Annäherung oder zur Berührung zwischen Maschine und Freileitung, gilt:

- Anwesende Personen dürfen sich dem Fahrzeug nicht nähern. Warnen Sie diese Personen.
- Der Fahrzeugführer darf das Fahrzeug nicht verlassen. Er muss versuchen, das Fahrzeug aus dem Gefahrenbereich zu fahren.
- Wenn das Fahrzeug nicht aus dem Gefahrenbereich bewegt werden kann und der Fahrer, etwa aufgrund eines Brandes, das Fahrzeug verlassen muss, darf er nicht „normal“ absteigen. Er muss mit geschlossenen Füßen vom Fahrzeug abspringen. Dabei muss er möglichst weit springen und den Kontakt mit dem Fahrzeug vermeiden. Bei der Landung muss er darauf achten, dass er nur auf den Füßen aufkommt und sich nicht gleichzeitig mit den Händen auf dem Boden abstützt. Das weitere Entfernen vom Fahrzeug darf nur in Sprungschritten mit geschlossenen Füßen erfolgen (Spannungstrichter).
- Sperren Sie die Unfallstelle im Umkreis von 20 Metern ab.
- Alarmieren Sie die Feuerwehr unverzüglich.

Arbeiten unter Freileitungen

Die einzig wirksame Maßnahme, Freileitungsunfälle zu verhindern, ist, ausreichend Abstand zu halten. Verschaffen Sie sich deshalb grundsätzlich einen Überblick, wenn Sie an ein Feld oder eine Wiese heranfahren. Lassen Sie den Blick einen Moment schweifen. So erfassen Sie offensichtliche Gefahren durch Freileitungen. Die Größe des Schutzabstandes ist abhängig von der Höhe der Netzspannung. Dieser Abstand gilt sowohl zwischen Mensch und Freileitung als auch zwischen (landwirtschaftlichen) Maschinen sowie Geräten und Freileitung. Der Schutzabstand darf keinesfalls unterschritten werden. Kann der Schutzabstand nicht eingehalten werden, dürfen Sie die Leitung auch nicht unterqueren.

Ortsfremde besonders gefährdet

Oft ist gerade Lohnunternehmern der Einsatzort nicht bekannt. Schauen Sie sich den Einsatzort im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung genau an, um mögliche Unfallgefahren zu erkennen. Achten Sie auf die Abmessungen der Fahrzeuge.

Unterweisung nicht vergessen

Zu den wichtigsten Maßnahmen vor Arbeitsbeginn zählt die Unterweisung der Beschäftigten durch den Betriebsunternehmer.

Einzuhaltende Schutzabstände:

Nennspannung	Schutzabstand zu unter Spannung stehenden Freileitungen
bis 1 KV	1 m
über 1 bis 110 KV	3 m
über 110 bis 220 KV	4 m
über 220 bis 380 KV	5 m
bei unbekannter Spannung	5 m

LSV-INFO

Weitere Informationen können Sie über den Bereich Prävention der SVLFG oder Ihr zuständiges Versorgungsunternehmen erhalten.

Arbeitssicherheit in der Brennerei

"Brennen" – eine heiße Sache

Verpuffungen gehören zu den besonderen Gefährdungen beim Brennen. Es ist wichtig, die Sicherheitshinweise konsequent zu beachten.

Am Unfalltag war der Betriebsleiter mit der Herstellung von Gin in der hauseigenen Brennanlage beschäftigt. Als der Alkohol hochprozentig aus der sogenannten Vorlage lief, verließ der Brenner den Brennraum. Als er zurückkam, sah er, wie Alkoholdampf aus der Vorlage trat. Er versuchte noch, die Kühlung

zu verstärken. Bevor diese einsetzte, gab es eine Verpuffung. Zum Glück war der Senior in der Nähe. Er löschte den in Flammen stehenden Sohn mit dem Feuerlöscher ab. Der Betriebsleiter erlitt schwere Verbrennungen am Rücken. Solche Unfälle beim Brennen oder, wie es im Fachjargon heißt, Destillieren ereignen sich immer wieder. Bei der SVLFG sind circa 16.500 Brennanlagen gesetzlich unfallversichert, da die Abfindungs-Kleinbrennereien in Verbindung mit einer Landwirtschaft oder mit Obstbau betrieben werden.

Aus der Unfallstatistik

Ein Blick in die SVLFG-Statistik zeigt: Entgegen dem allgemeinen Trend sinkender Unfallzahlen in der Landwirtschaft blieb die Zahl der Brennereiunfälle in den letzten Jahren nahezu unverändert bei durchschnittlich 28 meldepflichtigen Arbeitsunfällen pro Jahr. Hauptunfall-schwerpunkte sind:

- Verbrühen und Verbrennen durch heiße Stoffe, wie Wasserdampf, Destillationsrückstand, Brennapparat
- Verpuffungen beim Umgang mit hochprozentigem Alkohol
- Stolpern, Stürzen und Abstürzen Während es sich bei den Stolper- und Sturzunfällen oft um leichtere Unfälle handelt, kommt es bei Verbrühungen, Leiterstürzen und Verpuffungen zu schwersten Verletzungen.

Verpuffungen sind lebensgefährlich

Hochprozentiger Alkohol ist sehr leicht brennbar. Jedoch werden die Gefährdungen durch Alkoholdämpfe unterschätzt. Verpuffungen sind mit einem Anteil von rund 20 Prozent am Unfallgeschehen in Brennereien beteiligt.

Die Unfallursachen reichen von technischen Sicherheitsmängeln über Verhaltensfehler bis hin zu Versäumnissen. Im Unfallbeispiel führte die

SICHERHEITSTIPPS IN BRENNEREIEN

- Tragen Sie Ihre Persönliche Schutzausrüstung (PSA): Schutzbrille, Handschuhe, Gummischürze und rutschfeste Gummistiefel.
- Lassen Sie das Brenngerät nie unbeaufsichtigt.
- Verwenden Sie in den EX-Schutzzonen der Brennerei nur EX-geschützte, geprüfte Arbeits- und elektrische Betriebsmittel.
- Befüllen Sie die Brennblase nicht mit hochprozentigem Alkohol, sondern verdünnen Sie Alkohole vorher.
- Kühlen Sie die Brennblase beim Befüllen und vor dem Brantwechsel herunter.
- Halten Sie die Fußböden möglichst sauber und trocken. Beseitigen Sie Stolperstellen und Hindernisse. Verwenden Sie Fliesen mit erhöhtem Haftreibungswert (R 11).
- Sorgen Sie für den sicheren Ablauf des heißen Destillationsrückstandes über flüssigkeitsdichte Bodenabläufe oder Pumpsysteme.

zu schwach eingestellte Kühlung zum Austritt von Alkoholdämpfen, die sich entzündeten. Unfallursächlich war der Verhaltensfehler des Brenners. Weil er abwesend war, bemerkte er das Problem zu spät und konnte die Kühlung nicht rechtzeitig korrigieren. Die Anwesenheit des Brennverantwortlichen ist während des Brennvorganges unbedingt erforderlich. Zusätzlich können automatische Kühlüberwachungssysteme nachgerüstet werden, die ein Überhitzen der Alkoholdämpfe verhindern. Solche Unfallhergänge zeigen, welche besonderen Gefährdungen bestehen. Wichtig ist, aus dem Geschehen zu lernen. Wenn Sie die Sicherheitsvorschriften beachten, vermeiden Sie Unfälle. ■



Beim Befüllen der Brennanlage kann es zu Verbrennungen und Verbrühungen kommen. Deshalb ist besondere Vorsicht beim Öffnen der Fülltür geboten.



Stephan Neumann
Vorsitzender der
Vertreterversammlung



Henner Braach
altern. Vorsitzender der
Vertreterversammlung



Heinrich-Wilhelm Tölle
altern. Vorsitzender der
Vertreterversammlung



Walter Heidl
Vorstandsvorsitzender



Martin Empl
alternierender
Vorstandsvorsitzender



Arnd Spahn
alternierender
Vorstandsvorsitzender

Sitzung der Vertreterversammlung

SVLFG auf Zukunftskurs



Claudia Lex
Geschäftsführerin



Gerhard Sehnert
Vorsitzender der
Geschäftsführung

Die Vertreterversammlung der SVLFG hat in ihrer Sitzung am 12. November 2021 zukunftsweisende Beschlüsse gefasst. Das Ehrenamt verschlankt dauerhaft Verwaltungsstrukturen und sieht die SVLFG bereit für neue Aufgaben im ländlichen Raum.

Die ehrenamtlichen Mitglieder der Selbstverwaltung passen die Verwaltungsstrukturen an, indem sie das Personal-, Organisations- und Standortkonzept aktualisieren und nach dem Ausscheiden des bisherigen Vorsitzenden der Geschäftsführung, Reinhold Knittel, kein weiteres Mitglied in die Geschäftsführung berufen. Aus der Geschäftsführung hat die Vertreterversammlung einstimmig den bisherigen Geschäftsführer Gerhard Sehnert zum neuen Vorsitzenden der Geschäftsführung gewählt. Claudia Lex bleibt wie bisher gleichberechtigtes Mitglied der Geschäftsführung.

„Die SVLFG überzeugt im ländlichen Raum seit Jahrzehnten durch innovative und moderne, versicherungszweigübergreifende Angebote für die Versicherten der grünen Berufe. Es ist nunmehr an der Zeit, diese Angebote für alle im ländlichen Raum Lebenden zur Verfügung stellen zu können“, fordert Stephan Neumann, Vorsitzender der Vertreterversammlung, gemeinsam mit den alternierenden Vorsitzenden Henner Braach und Heinrich-Wilhelm Tölle. Sie rufen die politischen Entscheidungsträger auf, den ländlichen Raum zu stärken und bei der Umsetzung entsprechender Maßnahmen die SVLFG zu beauftragen.

„Die SVLFG verfügt über ein erstklassiges Netzwerk und besondere Kompetenz, um die Versorgungsstrukturen im ländlichen Raum zu verbessern und zu festigen.“

Walter Heidl
Vorstandsvorsitzender

Ausgestattet mit einem gesetzlichen Auftrag kann die SVLFG nachhaltig einen Beitrag zur Schaffung von Chancengleichheit zwischen Stadt und Land leisten, insbesondere:

- Gesundheitsvorsorge mit den Schwerpunkten im psychosozialen Bereich und bei Seniorinnen und Senioren
- Unterstützung von pflegenden Angehörigen
- Stärkung des Bewusstseins für gesunde Ernährung und die Erzeugung heimischer Lebensmittel (zum Beispiel bei Kindern)
- Ausbau der Betriebs- und Haushaltshilfe
- Ausbau der Angebote für Saisonarbeitskräfte

Die Resolution der Vertreterversammlung im Wortlaut finden Sie im Internet unter: www.svlfg.de/vertreterversammlung-2021-svlfg-auf-zukunftskurs

Arbeiten in der Werkstatt – aber sicher

Wie Sie Gefahrenquellen bei Arbeiten in der Werkstatt erkennen und Maßnahmen zu Sicherheit und Gesundheit ableiten und umsetzen, erfahren Sie im Präventionsseminar.

Im dreitägigen Seminar „Sicher und gesund arbeiten in der Werkstatt“ der SVLFG erarbeiten die Teilnehmenden in Gruppenarbeit Möglichkeiten, präventive Arbeits- und Gesundheitsschutzmaßnahmen für den Bereich Werkstattarbeiten in der Praxis umzusetzen. Es richtet sich an Unternehmer, Sicherheitsbeauftragte, Beschäftigte und Fachkräfte für Arbeitssicherheit und ist für alle „grünen Bereiche“ geeignet. Für Teilnehmende aus Mitgliedsbetrieben der SVLFG ist das Seminar kostenfrei. Dozent und Technische Aufsichtsperson Manfred Bednarski zeigt mit seinen Kollegen an verschiedenen Stationen unter anderem, wie man sicher mit dem Winkelschleifer und Schweißgeräten umgeht, Fahrzeuge abgehoben und abgestützt werden,

die sichere Holzbearbeitung mit Maschinen funktioniert und was bei Kauf und Benutzung von Persönlicher Schutzausrüstung zu beachten ist.

Sicherheit in der Werkstatt

Das Thema wird gerne auf die leichte Schulter genommen. Profis meinen, alle Probleme zu kennen. Die Unfallstatistik der SVLFG zeigt, dass Unfälle häufig trotz langjähriger Erfahrung passieren. Jährlich ereignen sich im Schnitt rund 11.300 meldepflichtige Unfälle bei Unterhaltungsarbeiten an Maschinen, Geräten, Fahrzeugen und Betriebseinrichtungen einschließlich deren Erstellung (Zeitraum 2016 bis 2020). Etwa ein Fünftel dieser Unfälle ereignen sich in Werkstätten und Schlossereien. Zu den unfallträchtigsten Tätigkeiten in Werkstätten gehören die Handhabung von Werkzeugen und Geräten, die Benutzung von Flex- und Winkelschleifern sowie Reparatur- und Wartungsarbeiten. Häufig kommt es auch zu Stolper- und Stürzunfällen. Für die Sicherheit in der Werkstatt ist der Unternehmer zuständig. Wichtig ist die Durchführung der Gefährdungsbeurteilung. Auf eventuelle Gefahren wird durch Betriebsanweisungen und Warnschilder hingewiesen. Die Unterweisung der Beschäftigten ist zu dokumentieren. Kompliziert? Nicht, wenn Sie unsere Fortbildung besuchen.

Feedback

Am Pilotseminar im Frühjahr 2020 nahmen 22 Versicherte teil, darunter Fachkräfte für Arbeitssicherheit aus ganz Deutschland. „Informativ, verschiedene Geräte konnte man praktisch sehen und ausprobieren“, so

ein Teilnehmer. Die Teilnehmenden schätzten die Bandbreite der Inhalte, den intensiven gemeinsamen Erfahrungsaustausch untereinander, den Praxisbezug, die gute Arbeitsatmosphäre und die Möglichkeit, eigene Ideen und Erfahrungen einzubringen. Weitere Informationen unter: www.svlfg.de/seminar-werkstatt ■

Seminar:

Sicher und gesund arbeiten in der Werkstatt

Das Seminar vermittelt, wie Sie Gefahrenquellen bei Arbeiten in der Werkstatt erkennen und Maßnahmen zu Sicherheit und Gesundheit ableiten sowie umsetzen.

Darum geht es:

- Unfallschwerpunkte bei der Instandhaltung
- Grundanforderungen an die Werkstatt
- Ausstattung, Werkzeuge und Maschinen
- Schweißen und Schneiden
- Sichere Instandhaltung
- Persönliche Schutzausrüstung
- Gesund bleiben durch Ergonomie und Hautschutz

Termine/Orte:

26.04. – 28.04.2022
in Nienburg

22.11. – 24.11.2022
in Kirchheim/Teck

Seminare für Sicherheit, Gesundheit und Teilhabe 2022

Neues Seminar:

Sicher und gesund arbeiten mit Biostoffen

Sie lernen anhand der Biostoffverordnung die Bedeutung der biologischen Gefährdung bei Arbeitsverfahren in der landwirtschaftlichen, forstlichen und gärtnerischen Branche und mögliche Schutzmaßnahmen kennen.

Darum geht es:

- Allgemeine gesetzliche Forderungen
- Gefährdungen und Schutzmaßnahmen in der Nutztierhaltung, in der Forstwirtschaft, im Gartenbau

Termin/Ort:

08.02. – 10.02.2022 in Bad Emstal

Neues Seminar

Unterweisung im Arbeits- und Gesundheitsschutz wichtig - richtig - nachhaltig

Die Unterweisung ist eine Verpflichtung aus dem Arbeitsschutzgesetz und erstes Mittel der Wahl zur Verhaltensprävention im Arbeits- und Gesundheitsschutz. Sie lernen in diesem Seminar, Ihre Unterweisung so zu gestalten, dass sie im Sinne des Unternehmens und der Beschäftigten wirksam, nachhaltig und lebendig wird.

Darum geht es:

- Gesetzliche Grundlagen
- Vorbereitung und Organisation
- Methoden für die Praxis
- Unterweisungshilfen und Informationsquellen

Termin/Ort:

05.10. – 07.10.2022 in Witzenhausen

Neues Seminar

Deeskalationstraining – Cool bleiben, wenn's brenzlig wird!

Dieses Seminar sensibilisiert Sie für eigenes und fremdes Stressverhalten. Dadurch kann in konfliktreichen Situationen die Wahrnehmung gezielter gelenkt werden. Es folgt der Aufbau von praktischen Handlungskompetenzen, um in schwierigen und aggressiven Situationen deeskalierend zu wirken.

Darum geht es:

- Wie funktioniert menschliches Verhalten unter Stress?
- Warnsignale der Aggressionsspirale erkennen
- Umgang mit wütenden Personen
- Umgang mit grenzüberschreitendem Verhalten

Termin/Ort:

06.12. – 08.12.2022 in Bad Emstal

Neues Seminar:

Sicher und gesund arbeiten in der Fleischerei

Selbstvermarkter erhalten einen Überblick über den Arbeits- und Gesundheitsschutz bei der Erzeugung und Vermarktung von Fleischereiprodukten. Anhand des Unfallgeschehens bei Arbeiten in der Fleischerei lernen Sie, Gefahrenquellen zu erkennen, und entwickeln mögliche Schutzmaßnahmen.

Darum geht es:

- Unfallgefahren beim Tiertransport, bei der Schlachtung, der Zerlegung und Verarbeitung sowie bei Reinigungsarbeiten erkennen.
- Anhand der Gefährdungsbeurteilung Gefährdungen einschätzen und Maßnahmen zum Arbeits- und Gesundheitsschutz ableiten.

Termin/Ort:

16.02. – 18.02.2022 in Friedrichroda

LSV-INFO

Alle Seminarangebote finden Sie unter:
www.svlfg.de/kurse-seminare

Sie können sich gerne anmelden per Mail an:
praeventionsschulungen@svlfg.de

Wir bieten auch Online-Vorträge/-Seminare rund um Sicherheit und Gesundheit an. Unser tagesaktuelles Onlineangebot finden Sie unter: www.svlfg.de/onlinevortraege



Seminarleiter Manfred Bednarski unterweist die Teilnehmenden im praktischen Teil

NEU Weitere Zuschussaktion für UV-/Hitzeschutzprodukte ab 15. März 2022, 12.00 Uhr

Präventionszuschüsse 2022

Auch 2022 fördern wir den Kauf ausgewählter Produkte. Dafür stellen wir 800.000 Euro zur Verfügung.

Der Erfolg unserer letzten Präventionszuschuss-Aktion war überwältigend. Bereits am ersten Tag erreichte uns eine Antragsflut und der Fördertopf war binnen weniger Stunden ausgeschöpft.

Für 2022 gelten diese Regeln:

Die Vergabe erfolgt in der Reihenfolge der Antragseingänge. Zuschussberechtigt*) sind nur Unternehmen, die in der Landwirtschaftlichen Berufsgenossenschaft versichert sind und 2021 keinen Zuschuss bekommen haben. Je Betrieb ist ein Zuschuss pro Aktion möglich. Die Aktion startet am 1. Februar 2022 um 12.00 Uhr.

Sonderaktion UV-/Hitzeschutz

Neu ist eine weitere Zuschussaktion ausschließlich für UV-/Hitzeschutzprodukte. Die Aktion startet am 15. März 2022 um 12.00 Uhr. Beide Aktionen enden, sobald die dafür reservierten Fördersummen

aufgebraucht sind, spätestens am 31.10.2022.

Antragsformulare

Die Antragsformulare stehen ab den genannten Terminen zum Download zur Verfügung. Die ausgefüllten Unterlagen senden Sie per Mail an praeventionszuschuesse@svlfg.de oder per Fax an 0561 785-219127.

Antrag richtig stellen

Wir berücksichtigen nur Anträge, die ab Beginn der jeweiligen Aktion bei uns eingehen. Kaufen Sie das Produkt erst, nachdem Sie unsere Förderzusage erhalten haben. Reichen Sie die Rechnung per Mail oder Fax bei uns ein. Anschaffungen vor Erhalt der Förderzusage werden nicht bezuschusst. Der Tabelle entnehmen Sie die förderfähigen Produkte sowie die Maximalförderung. Informationen hierzu finden Sie unter: www.svlfg.de/arbeitsicherheit-verbessern

Förderbeginn 1. Februar 2022, 12.00 Uhr

Produkt	Maximale Förderung
Radwechselwagen	30 %, max. 300 Euro
Fang- oder Behandlungsstand für Rinder	30 %, max. 600 Euro
Großballenraufe mit Sicherheitsfangressgitter für Rinder	30 %, max. 500 Euro
Halsfangrahmen mit Schwenkgitter für Rinder	30 %, max. 300 Euro
Podestleiter/leichte Plattformleiter	30 %, max. 300 Euro
Ausrüstung für Königsbronner Anschlagtechnik (KAT) oder Totholzkrallen mit Teleskopstange	30 %, max. 200 Euro
Kommunikations- und Notrufgerät (KUNO) im Forst (Set mit 2 Geräten)	30 %, max. 400 Euro
Akkuscheren für den Wein- und Obstbau (nur für Betriebe, die der LBG mit Wein- oder Obstbau gemeldet sind)	30 %, max. 200 Euro

Förderbeginn 15. März 2022, 12.00 Uhr

Produkt	Maximale Förderung
Kühlkleidung (Weste, Kopfbedeckung, Shirt), UV-Schutzzelt, Sonnenschutzkappe mit Nackenschutz	50 %, max. 400 Euro

*) SVLFG-Beschäftigte sind von der Teilnahme ausgeschlossen

Aus dem Unfallgeschehen

1 Ein Unternehmer fällt in seinem Wald eine Buche mit einem Durchmesser von 45 cm. Der Baum fiel auf einen drei Meter langen und 20 cm starken Ast. Dieser wurde etwa drei Meter zur Seite geschleudert, wo er den Motorsägenführer tödlich im Genick traf.

Unfallursache:

Die Rückweiche beim Fällen des Baumes war vollkommen unzureichend. Der tödlich Verunglückte stand nur zwei Meter vom Baumstock entfernt. Außerdem verfügte er nicht über die notwendigen Fachkenntnisse. Der Fallkerb war mangelhaft angelegt und die Bruchstufe wurde zu hoch ausgeführt. Darüber hinaus arbeitete der Unternehmer allein und trug keine Persönliche Schutzausrüstung.

2 Beim Transport eines 400 kg schweren Siloballens vom Außenlager zur Hofstätte geriet der Hoflader ins Rutschen und stürzte um. Vermutlich versuchte sich der Fahrer durch einen Absprung in Sicherheit zu bringen. Er wurde vom Schuttdach des Laders tödlich getroffen.

Unfallursache:

Der Hoflader hatte eine zugelassene Nutzlast von 165 kg und war somit überladen, was das Rutschen auf dem schneebedeckten Weg begünstigte. Hätte der Fahrer den vorhandenen Beckengurt angelegt, wäre der Umsturz sicherlich nicht tödlich verlaufen. Zudem waren die Bügeltüren des Hofladers demontiert.

3 Ein Landwirt deckte mit seinem Auszubildenden das Dach seines Betriebsgebäudes neu ein. Als sie die Dachunterspannbahn verlegten, rutschte der Auszubildende ab und stürzte über die Traufe des Steildachs vier Meter in die Tiefe. Er zog sich schwere Verletzungen an der Wirbelsäule zu und ist seitdem querschnittsgelähmt.

Unfallursache:

Zwar waren die Giebel mit einem vorschriftsmäßigen Baugerüst eingerüstet, jedoch war das an der Traufseite aufgestellte Arbeitsgerüst vollkommen unzureichend, um vor einem Absturz zu schützen.

4 Beim Transport von beladenen Paletten mit einem Gewicht von 1.000 kg stürzte der Radlader mit Knicklenkung um. Der Fahrer fiel durch die offen gebliebene Tür des Laders und wurde eingeklemmt. Der Beschäftigte des Gartenbaubetriebes verlor dadurch sein rechtes Bein.

Unfallursache:

Die angegebene Nutzlast des Laders war geringer als die angehobene Last. Zudem wurde diese in einer Höhe von 1,30 Meter transportiert, was den Schwerpunkt des Laders zusätzlich ungünstig verlagerte. Bei knickgelenkten Ladern ist die Gefahr eines Umsturzes durch die Bauart erhöht. Durch das Zusammenspiel von zu hoher Nutzlast und zu hoch transportierter Ladung kam es zum Umsturz. Wäre bei dem Transport die Tür des Laders geschlossen gewesen und/oder hätte sich der Fahrer mit dem vorhandenen Gurt angeschnallt, wären die Verletzungen weitaus geringer ausgefallen.



Nur mal kurz checken

Mit dem Selbstcheck der SVLFG finden Unternehmer heraus, welchen Stellenwert Sicherheit und Gesundheit in ihrem Betrieb haben. Ein Erfahrungsbericht.

komm **mit** mensch
Sicher. Gesund. Miteinander.

Bequem sitzt Tobias Urban auf seiner Terrasse, das Tablet auf dem Schoß. Gerade hat er die kurzen Checklisten mit jeweils vier bis sieben Fragen im SVLFG-Selbstcheck beantwortet. Nun kann er das Ergebnis für sich analysieren. „Für mich als Ausbilder ist dies von großem Nutzen, weil ich die Arbeitsprozesse so sicher und gesund wie möglich strukturieren möchte“, sagt der 28-Jährige. Gemeinsam mit seinen Eltern führt er einen Schweinezucht- und -mastbetrieb mit 260 Tieren im Landkreis Heidenheim in Baden-Württemberg.

ich die Arbeitssicherheit und den Gesundheitsschutz in meinem Betrieb optimieren kann.“ Den Selbstcheck führt er nun regelmäßig durch, um den Verbesserungsbedarf nicht aus den Augen zu verlieren.

Hilfe bei der Gefährdungsbeurteilung

Durch den Selbstcheck wurde der Jungunternehmer beispielsweise daran erinnert, seine Gefährdungsbeurteilung zu aktualisieren. Er weiß, dass der Check hierbei lediglich orientierend eingesetzt werden kann – die Gefährdungsbeurteilung selbst ersetzt er nicht.

„Im ersten Schritt habe ich die unterschiedlichen Arbeitsbereiche festgelegt sowie deren Gefährdungen ermittelt und beurteilt. Anschließend habe ich Maßnahmen festgelegt und umgesetzt. Meinem neuen Auszubildenden habe ich die wichtigsten Punkte gleich vermittelt“, berichtet Tobias Urban.

Jederzeit und überall möglich

Sein Fazit ist positiv: „Mir gefällt der Selbstcheck sehr gut, weil er

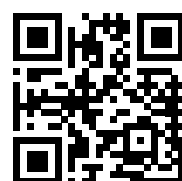
digital angeboten wird und ich so bequem von überall und jederzeit meinen Betrieb in punkto Prävention bewerten kann. Alles, was ich dazu brauche, ist ein mobiles Endgerät und eine Internetverbindung“, so Urban. Unterstützung erhielt er dabei auch von Martin Vogel, dem örtlich zuständigen Präventionsfachmann der SVLFG. Dieser gab ihm Tipps, wie er die Verbesserungen praktisch umsetzen kann. Vogel war es auch, der Tobias Urban Anfang des Jahres bei einem Besuch zur Anerkennung als Ausbildungsbetrieb den digitalen Selbstcheck vorstellte.

Kostenlos und frei verfügbar

Die Web-App ist kostenlos und kann über ein Smartphone oder Tablet durchgeführt werden. Mit dem Selbstcheck können vor allem auch kleine und mittlere Betriebe herausfinden, inwieweit Sicherheit und Gesundheitsschutz bereits in den Arbeitsalltag integriert sind. Die Beantwortung der Fragen inklusive Auswertung nimmt etwa 30 Minuten in Anspruch.

LSV-INFO

Die kostenlose Web-App können Sie im Internet unter www.svlfgcheck.de oder über den QR-Code abrufen. Sie haben die Möglichkeit, im Anschluss an den durchgeführten Selbstcheck eine „Kulturtasche“ mit Broschüren, Arbeitshilfen, Seminarangeboten und vielem mehr zur Präventionskultur zu bestellen.



Einmal dabei, immer dabei

„Ich war sofort vom digitalen Selbstcheck überzeugt“, erzählt Tobias Urban. „Die Fragen kann ich in relativ kurzer Zeit beantworten und bekomme direkt im Anschluss das Ergebnis mit nützlichen Hinweisen, wie

Tobias Urban (links) zeigt Martin Vogel von der SVLFG die Auswertung seines Selbstchecks auf seinem Handy.

Gefahr Tunnelblick

Kurz vor dem Schuss herrscht größte Anspannung und Stress – die Beute wird fixiert und der Blick wird eng. Was steckt hinter dem Tunnelblick bei der Jagd und was kann man dagegen tun?

Paul Freiherr von und zu Franckenstein, Mitglied der Vertreterversammlung der SVLFG

„Jagdunfälle sind immer tragisch. Auch sehr erfahrene Jäger müssen ihr Verhalten bei der Jagd immer wieder hinterfragen. Routine darf nicht zu Nachlässigkeit bei der Sicherheit führen.“



Die Situation kennt wohl jeder Jäger. Man ist hochkonzentriert und fixiert seit Minuten die schmale Schneise. Ein Knacken im Unterholz. Ein Überläufer lässt sich kurz blicken und zieht sich wieder zurück. Die Büchse ist im Voranschlag, die Nervosität steigt. Man hört die Stimmen der Treiber, irgendwo gibt ein Hund Laut. All das blendet der Schütze aus. Die Sinne sind einzig auf das Wild gerichtet, alles andere wird nebensächlich. Gerade bei Gesellschaftsjagen kann daraus eine hochgefährliche Situation für alle Beteiligten entstehen.

Warum ist das so? Angst und Angriff liegen in der Biochemie des Menschen seit Urzeiten sehr nahe beieinander. Gerade bei der Jagd ist das präsent. Die Zeit vor der Schussabgabe ist eine psychische Ausnahmesituation und versetzt den Schützen in einen körperlichen und mentalen Alarmzustand. Der Puls ist erhöht, die Muskeln spannen sich an, die Atmung beschleunigt sich. Das vegetative Nervensystem lässt Stresshormone im Körper ausschütten. In solchen Situationen entsteht der Tunnelblick (übrigens nicht nur bei der Jagd, sondern in allen starken Stresssituationen).

Der Tunnelblick – eigentlich eine gute Sache

Der Begriff Tunnelblick ist in der Medizin und Psychologie nicht näher definiert. Es ist eine hormongesteuerte Bewusstseinsveränderung. Angst und Angriff sind Auslöser. Das Gehirn fordert in diesem Moment höchste Mengen Sauerstoff, um sich ausschließlich auf die anvisierte Beute konzentrieren zu können – seit Anbeginn der Menschheit eine wichtige Fähigkeit. Die Feinmotorik zwischen Hand und Auge funktioniert in diesem Moment oft reduziert. Gerade bei unerfahrenen Jägern kann mitunter starkes Zittern der Extremitäten, auch als „Jagdfieber“ bekannt, in diesem finalen Moment einsetzen.

Sie sind der Situation nicht ausgeliefert

Durch Training können Sie die Vorteile des Tunnelblicks nutzen und den gefährlichen Nachteil, die Umgebung nicht mehr wahrzunehmen, minimieren. Die Handhabung der Waffe muss sitzen, damit keine Kapazitäten an die Technik verschwendet werden müssen. Es wird sonst zu viel geistiges Potenzial auf Kosten der Beherrschung der Situation verschwen-

det. Auch die „Ortsbeschau“, die Kontaktaufnahme mit dem Nachbartschützen, die Ermittlung des Schussfeldes und die des Kugelfangs müssen in Fleisch und Blut übergehen. Diese Vorarbeiten sind mental wichtig.

Und dann üben, üben, üben...

Ideal für die Schießausbildung und das Üben von Schussabgaben sind „Schießkinos“. Anders als beim klassischen Schießstand werden hier Filmsequenzen eingespielt und die Schüsse so unter realitätsnahen Bedingungen geübt. Es werden die Schießfertigkeit und auch das sichere Ansprechen trainiert. Die gezielten Stresssituationen beim Schießtraining sind eine wirksame Übung, damit die Schützen besser mit dem „Jagdfieber“ fertig werden. In Deutschland stehen rund 50 Schießkinos zum Trainieren bereit. Es macht Spaß und lohnt sich.

Viele Vorteile dank D-Arzt

Nach Arbeits- oder Wegeunfällen setzen Durchgangsarzt (D-Arzt) und Berufsgenossenschaft alle Hebel in Bewegung, damit Verletzte wieder in ihren Beruf zurück können. Die Kosten dafür trägt die BG.

Nur schnell noch einmal über die Straße in den Stall wollte Ernst M.*), als ihn ein PKW-Fahrer übersah und anfuhr. „Mir ging sofort das Licht aus“, sagt der Landwirt. Bei dem Unfall verlor er sein linkes Bein. Dass er heute trotzdem wieder Schlepper fährt, verdankt M. seinem eisernen Willen, aber auch der Behandlung im Rahmen des D-Arzt-Verfahrens.

Beste medizinische Versorgung

„Ein BG-Patient ist im Vergleich zum Kassenpatienten auf einer Art Vorfahrtstraße unterwegs“, erklärt Dr. med. Werner Boxberg, geschäftsführender Arzt des Bundesverbandes der Durchgangsärzte e. V. „Ihn operieren Spezialisten der Unfallchirurgie, die viel Erfahrung in der Behandlung von Schwerstverletzten haben und Unfallfolgen gut einzuschätzen können.“ Nicht immer muss nach einem Arbeitsunfall eine Unfallklinik aufgesucht werden. Kleinere Operationen, Röntgenaufnahmen und Wundversorgungen übernehmen niedergelassene D-Ärzte vor Ort.

*) Name geändert

Ein Ansprechpartner für alle Fragen

In der D-Arztpraxis laufen alle Fäden zusammen. D-Ärzte haben weitreichende Befugnisse. „Sie können zum Beispiel weitere Fachärzte hinzuziehen und Untersuchungen, wie etwa ein MRT oder CT, veranlassen. Sie suchen die passenden Therapien aus und verordnen Heil- und Hilfsmittel“, zählt Dr. Boxberg auf. „Meist benötigen die Patienten Physio- oder Ergotherapien, bei Bedarf hilft ihnen ein Psychologe, Unfalleindrücke aufzuarbeiten.“

Ernst M. brauchte nach der Beinamputation eine individuell angepasste Beinprothese aus besonders leichtem Carbon. Sie wurde nach modernsten Erkenntnissen angefertigt. „Ich hatte mehrere Klinikaufenthalte, verschiedene ärztliche Behandlungen und Therapien“, berichtet er.

Reha vor Rente

In enger Absprache mit der BG und dem Patienten stoßen D-Ärzte berufliche Reha-Maßnahmen an und begleiten zu gegebener Zeit die Rückkehr ins Arbeitsleben. „Die beruflichen Reha-Maßnahmen der BG bereiten den Wiedereinstieg in den Arbeitsalltag sehr individuell vor“, so Dr. Boxberg. Zum Beispiel trainieren Dachdecker, sich wieder sicher auf schiefen Ebenen zu bewegen. Bauarbeiter lernen, trotz ihrer Unfallfolgen wieder Wände zu mauern. „Ich

Dr. med. Werner Boxberg, geschäftsführender Arzt des Bundesverbandes der Durchgangsärzte e. V., ist D-Arzt aus Überzeugung.

„Unfallopfer haben oft ein besonders schweres Schicksal. Es ist mir ein Anliegen, gerade diesen Menschen zu helfen.“



musste in der Unfallklinik wieder das Laufen lernen“, erinnert sich M. Erst danach übte er mit der Beinprothese den Schlepperaufstieg und andere typische Bewegungen, die zur Arbeit in einem Milchviehbetrieb gehören. Bleiben Unfallfolgen zurück, welche die Erwerbsfähigkeit auf Dauer mindern, beauftragt die BG den D-Arzt mit einem medizinischen Gutachten, um den Anspruch auf eine Verletztenrente zu prüfen. Ernst M. bewegt sich inzwischen wieder sicher durchs Leben. Dass er eine Prothese trägt, sieht nur, wer genau hinschaut.

100 Jahre D-Arztverfahren

Seit 1921 arbeiten BG und D-Ärzte im Rahmen des D-Arzt-Verfahrens Hand in Hand. Unseren Versicherten garantieren wir nach einem Arbeitsunfall eine hochqualifizierte medizinische Versorgung und eine möglichst optimale Steuerung ihres Heilverfahrens.

LSV-INFO

Bringen Sie zum D-Arzt-Besuch möglichst Ihren Impfpass und Ihre Krankenversicherungskarte mit. Wichtig zu wissen ist auch, bei welcher Berufsgenossenschaft Sie versichert sind.

Foto: Pressmaster/Shutterstock.com

Arbeitsschutz im Körperschaftswald

Werden Arbeiten im Körperschaftswald beauftragt, haben Kommune und Revierleitung Fürsorgepflichten. Die SVLFG zeigt, wie Arbeitsschutz gemeinsam zu organisieren ist.

Es ist bisher immer alles gut gegangen? Unfallermittlungen zeigen: Darauf zu vertrauen, weil „nichts passiert“, ist häufig ein Irrtum. Das gilt ebenfalls bei Arbeiten im Körperschaftswald.

Gemeinsame Fürsorgepflichten

Werden im Kommunalwald Arbeiten durchgeführt, erfolgt dies oft im Zuge der Beförderung. Die Kommune als Arbeitgeberin tritt dabei die Leitung des Forstbetriebes ab und übergibt sie als vertragliche Dienstleistung zumeist an eine staatliche Stelle, ans Forstamt.

Die Kommune und die Revierleitung sind hier gemeinsam gefordert, die Arbeitssicherheit im Körperschaftswald sicherzustellen. Dazu machen sie sich ihrer Rollen bewusst und kennen die gesetzlichen Fürsorgepflichten und Maßnahmen des Arbeitsschutzes. Eine dokumentierte Übertragung der Aufgaben schafft Klarheit über die Verantwortlichkeiten. Sich regelmäßig zur Arbeitsschutzqualität und zu ihrer Verbesserung abzustimmen, ist unerlässlich.

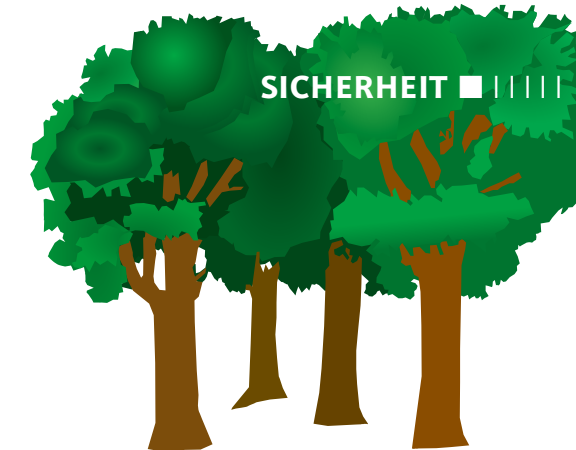
Fürsorgepflichten übertragen

Die Kommune behält bei der Beförderung die arbeitsschutzrechtlichen Fürsorgepflichten (Primärverantwortung) gegenüber ihren Beschäftigten. Bei einem Beförderungsvertrag wird davon ein Teil, die Waldarbeit, an die

Revierleitung übertragen. Diese ist vor Ort, beauftragt die Arbeiten und kontrolliert deren Durchführung. Zudem überträgt die Kommune ihre Mitverantwortung (Sekundärverantwortung) gegenüber den Forstunternehmen auf die Revierleitung. Die Revierleitung leitet den kommunalen Forstbetrieb und führt die im Wald Beschäftigten. Sie beauftragt zudem die im Kommunalwald tätigen Fremdunternehmen und beachtet dabei auch deren Arbeitsschutzqualität.

LSV-INFO

Mehr über die Rollen und Aufgaben in der Fachinformation „Arbeitsschutz im Körperschaftswald“ unter www.svlfg.de/arbeitsschutz-im-koerperschaftswald



Der neue Forstschlepper der Gemeinde Üchtelhausen/Unterfranken macht die Forstarbeit für alle sicherer. Im Bild v. l.: Forstwirt Manfred Niklaus und Bürgermeister Johannes Grebner

SICHER UND GESUND ARBEITEN ARBEITSSCHUTZ ORGANISIEREN

Welche Aufgaben hat die Kommune?

- Arbeitsschutzorganisation (Aufgabenübertragung!) gestalten und überwachen
- Allgemeine Gefährdungsbeurteilung durchführen (lassen)
- Maßnahmendurchführung regeln
- Gefährdungsbeurteilung fortschreiben
- Arbeitsmittel und Persönliche Schutzausrüstung bereitstellen
- Arbeitsmedizinische Vorsorge gewährleisten
- Sicherheitstechnische Betreuung mit Schwerpunkt Waldarbeit veranlassen

Welche Aufgaben hat die Revierleitung?

- Situative Gefährdungsbeurteilung im Wald vor Maßnahmenbeginn durchführen
- Gemeinsame Gefährdungsbeurteilung durchführen, wenn die Beschäftigten der Kommune mit Forstunternehmen zusammenarbeiten
- Arbeitsschutzqualität, zum Beispiel durch Stockbeurteilung, kontrollieren und bei Bedarf Nachschulung bewirken
- Waldarbeitende führen sowie bei ihrer Aus- und Weiterbildung mitwirken
- Fachlich geeignete Forstunternehmen auswählen und beauftragen
- Forstunternehmen bei der situativen Gefährdungsbeurteilung und Kommune bei der Fortschreibung der allgemeinen Gefährdungsbeurteilung unterstützen

Online-Befragung von Hauterkrankten

Wie wirken digitale Angebote?

Eine Online-Befragung unter Betroffenen von Hautkrankheiten soll den Einfluss digitaler Angebote auf die Beziehung zwischen Arzt und Patienten ergründen.

Die Befragung wird im ersten Quartal 2022 von der Technischen Universität München in Kooperation mit der SVLFG durchgeführt. Deutschlandweit werden 190 Hautärzte mit 1.900 Patienten sowie 5.000 Menschen aus ländlichen Regionen befragt. Die Ergebnisse fließen in die Untersuchung „MEDI-DIGITAL“ der Klinik und Poliklinik für Dermatologie und Allergologie der TU München ein.

Der Zugang zu Gesundheitsinformationen unterschiedlichster Art und Qualität ist über Suchmaschinen im Internet, Austauschforen in sozialen Netzwerken, Symptom-Checks und Gesundheits-Apps oft nur einen Klick entfernt. Täglich sind Menschen auf der Suche nach Informationen zu ihren gesundheitlichen Beschwerden – vom Auftreten der ersten Symptome bis hin zur konkreten Arztbesuche.

Was ist die „Patient Journey“?

Von der Diagnose über die Behandlung bis hin zu Kontrollen durchlaufen Patienten einen individuellen Weg durch das Gesundheitssystem. Dieser Weg wird als „Patient Journey“ bezeichnet. Die Forschenden gehen davon aus, dass die fortschreitende Digitalisierung diesen Weg sowie das Verhältnis zwischen Arzt und Patient verändern wird. Patienten werden von eher „passiven Leistungsempfängern“ immer mehr zu „aktiven Wegbereitern“. Denn suchen Patienten vor oder nach einem Arztbesuch nach Symptomen und Diagnose- oder Behandlungsmöglichkeiten in digitalen Informa-



tionskanälen, kann ihr Weg dadurch modifiziert und möglicherweise auch beschleunigt werden. Jedoch fehlt es an wissenschaftlichen Erkenntnissen darüber, welche digitalen Werkzeuge und Angebote konkret genutzt werden und wie sich diese auf die „Patient Journey“ auswirken. Dies soll über „MEDI-DIGITAL“ nun herausgefunden werden. Es soll aufgezeigt werden, welche Rolle digitale Angebote für eine frühzeitigere oder verzögerte Inanspruchnahme medizinischer Leistungen spielen und ob sie die fachärztliche Versorgung in Deutschland be- oder entlasten.

Im Erfolgsfall werden die Ergebnisse als Grundlage für künftige politische Entscheidungen zum Ausbau oder zur gezielten Ausrichtung digitaler Angebote dienen, um eine optimierte, flächendeckende medizinische Versorgung zu ermöglichen. Daneben soll die Studie die Arzt-Patienten-Beziehung im digitalen Kontext untersuchen sowie möglicherweise negative Veränderungen aufzeigen, um einer solchen Entwicklung begegnen zu können.

Hautkrankheiten im Fokus

Ob digitale Werkzeuge gezielt zur Optimierung einer flächendeckenden fachärztlichen medizinischen Versorgung eingesetzt werden können, wird „MEDI-DIGITAL“ beispielhaft



an der Fachrichtung Dermatologie und Allergologie aufzeigen. Hauterkrankungen zählen zu den häufigsten Erkrankungen in Deutschland mit einer Vielzahl unterschiedlicher Schweregrade – vom unkomplizierten einmaligen Ekzem über Allergien bis hin zum unerkannt rasch tödlich verlaufenden malignen Melanom. Hautveränderungen können überdies von Betroffenen oder Bekannten mit bloßem Auge erkannt werden. Mit digitalen Tools lassen sich solche Hautbefunde beispielsweise leicht mit Bildern im Internet vergleichen. Das Fachgebiet der Hautkrankheiten eignet sich daher ideal, um den Einfluss digitaler Angebote auf die „Patient Journey“ und deren Auswirkung auf die Beziehung zwischen Arzt und Patient zu ergründen.

LSV-INFO

Näheres zum Projekt und Kontaktdaten finden Sie online unter: www.innovationsfonds.g-ba.de/projekte/versorgungsforschung

Energydrinks

Kick und weg

Energydrinks verleihen keine Flügel, sondern bringen Sie, wenn es schlecht läuft, im Sinkflug in die Notaufnahme.

Energydrinks versprechen den ultimativen Kick: schnelle Energie, mehr Leistung, bessere Konzentrationsfähigkeit. Was die Hersteller verschweigen: Einige der Inhaltsstoffe gehen ganz schnell auf die Gesundheit und machen dick. Wir raten: Seien Sie kritisch! Achten Sie auf Ihre Gesundheit und glauben Sie nicht alles, was die Werbung verspricht.

Was ist drin in der Dose?

In der Regel steckt ein Cocktail aus Koffein, Guarana, Taurin und Zucker in den Dosen. Studien zeigen, dass vor allem Jugendliche und junge Erwachsene oft den Werbeaussagen der Hersteller vertrauen und dabei ausblenden, dass ein hoher Konsum der aufputschenden Getränke ihre Gesundheit massiv schädigen kann.

Das passiert im Körper

Wer zu viele aufputschende Substanzen, zum Beispiel Koffein, konsumiert, bringt Herz und Kreislauf in Gefahr. Der Blutdruck steigt auf gefährliche Werte. Das Herz beginnt zu rasen, Betroffene bekommen keine Luft mehr, die Muskeln zittern. Wer über einen längeren Zeitraum zu viele Energydrinks konsumiert, kann nicht mehr richtig schlafen. Alkohol und körperliche Anstrengung – egal ob bei der Arbeit oder beim Feiern – machen alles noch schlimmer.

Wer sollte Energydrinks vollständig meiden?

Für Diabetiker, für Menschen, die unter Herz-Kreislauf-Erkrankungen leiden, und für Personen, die dauerhaft bestimmte Medikamente einnehmen müssen, können auch schon geringe Mengen der Energydrinks wirklich gefährlich werden. Zu die-

ser Gruppe gehören Personen, die zum Beispiel Schlaf- oder Beruhigungsmittel einnehmen oder Medikamente gegen ADHS. Auch falls Sie ohnehin schon wissen, dass Sie auf Koffein oder auf einen der anderen Inhaltsstoffe ungewöhnlich heftig reagieren, sollten Sie Energydrinks komplett meiden. Das Gleiche gilt für übergewichtige Menschen. Wer eine 500 ml Dose trinkt, verschluckt nebenbei bis zu 25 Stück Würfelzucker.

Bei Stress und schwerer Arbeit besonders gefährlich

Azubi in der Grünen Branche kennen das Problem: Bei anstrengenden Arbeiten ist man schnell total erschöpft. Die Konzentration lässt nach. Das kann sich aber keiner leisten. Wer jetzt zu Energydrinks greift, tut sich jedoch nichts Gutes, sondern belastet den Stoffwechsel noch mehr. Eine Unternehmerin erzählt, wohin das

führen kann: „Einer unserer Saisonarbeiter hat bei Erntearbeiten statt Wasser große Mengen Energydrinks getrunken. Der Mann kollabierte auf dem Feld. Eine Weiterarbeit war nicht möglich, stattdessen musste er ärztlich versorgt werden.“

Gesunde Alternative

Spitzensportler machen es richtig vor: Sie mixen sich Apfelschorle (2/3 Wasser – 1/3 Saft). Diese gibt dem Körper wertvolle Energie aus schnell verfügbaren Kohlehydraten, ohne ihn mit schädlichen Zusatzstoffen im Getränk zu belasten. Ideal ist Apfelsaft aus regionalem Anbau.



Was tun Sie sich Gutes?



Wolfgang Michel

Zusätzlich zu den Trainings- und Erholungswochen für Pflegende (TEPA) gibt es ein neues Online-Angebot. Wir berichten über das Pilotseminar im April.

Im ersten Halbjahr 2021 waren wegen der Corona-Pandemie keine Präsenzseminare möglich. Wie können wir trotzdem wirksame Angebote bieten und unsere besonders belasteten pflegenden Angehörigen unterstützen? SVLFG-Pflegeexperte Wolfgang Michel wollte nicht einfach abwarten, bis die Pandemie irgendwann vorbei ist. Deshalb hat er gemeinsam mit Teammitgliedern ein Online-Seminar konzipiert.

Als zusätzliches Angebot

Wohl wissend, dass gerade der Abstand von daheim und der Austausch unter den Pflegenden wesentliche Bausteine sind und die TEPA eigentlich erst zu einer „Erholungswoche“ machen, lassen sich Organisatoren und Teilnehmende an vier Nachmittagen im April auf den Online-Pilot ein. Das Online-Seminar soll kein Ersatz sein, aber ein zusätzliches Format werden. Der Vorteil: Es ermöglicht eine Teilnahme von Zuhause aus via Web-Meeting. Man benötigt nur einen Internetanschluss, Laptop oder PC mit Kamera und Headset.

„Dank an das Team. Es war sehr lehrreich und auch gut dargestellt. Die Uhrzeit ist gut. Könnte auch mal überlegen, ob man es am Abend macht. Denn es gibt auch Leute, die am Tag keine Zeit haben. Sonst war alles sehr gut.“

Am 6. April begrüßt Wolfgang Michel nachmittags zehn Teilnehmerinnen mit einem herzlichen „Grüß Gott“ aus dem „Filmstudio“ im Verwaltungsgebäude der SVLFG in Landshut zum ersten Online-Seminar.

Nicht nur Zuhören ist gefragt, sondern auch Mitmachen und Diskutieren. Es beginnt mit einem Bewegungsritual: Schulter lockern und Venenpumpe aktivieren. Traineein Alexandra Frotscher hat im Vorfeld Übungssequenzen aufgezeichnet, die zu Seminarbeginn und nach jeder Pause eingespielt werden. Wie gut das ankommt, zeigt der Wunsch einer Teilnehmerin, die Sequenzen zu speichern, um damit künftig regelmäßig zu trainieren.

Von der Nordsee bis zum Bodensee

Die Vorstellungsrunde zeigt, dass Entfernungen bei dieser Veranstaltung keine Rolle spielen. Die Teilnehmerinnen zwischen 47 und 66 Jahren kommen aus ganz Deutschland, von Sankt Peter-Ording bis zum Bodenseekreis, von Bad Windsheim bis Oberfranken. Ihre Biografien sind ganz unterschiedlich und doch auch sehr ähnlich: Sie pflegen Eltern, Schwiegereltern, den Ehemann oder Bruder. Die Pflegebedürftigen haben Pflegegrade von zwei bis vier. Eine Teilnehmerin übt schon seit 40 Jahren Pflegetätigkeiten aus. Sie erzählt: „Früher gab es kein Pflegegeld. Ich

bin froh, dass es inzwischen die Leistungen der Pflegeversicherung gibt.“

Selbstfürsorge als Schlüssel

Die Leistungen und Angebote der Pflegeversicherung, Demenz, Stress und Selbstfürsorge, Kinästhetik und mentales Aktivierungstraining – das sind die Themen der vier Seminarnachmittage. Alle Referentinnen und Referenten verfügen über eigene Erfahrungen. So berichten die Pflegeexperten Wolfgang Michel und Christiane Mayer über Erlebnisse bei der Pflege von Familienangehörigen. Die Kognitionstrainerin Martina Peris-Funk und Präventionsexperte Herbert Müller arbeiten seit Jahren mit älteren Menschen. Matthias Matlachowski ist in der Demenzhilfe als Vorsitzender des Landesverbandes Bayern e. V. der Deutschen Alzheimergesellschaft aktiv.

„Nur wenn man sich selbst guttut, kann man anderen guttun“, raten die Referierenden.

Auf die Frage „Was tun Sie sich Gutes?“ antworten die Pflegenden: täglich eine halbe Stunde spazieren gehen, mit den Enkeln Fahrrad fahren, mit der Schwester ins Thermalbad gehen, einmal in der Woche Online-Rückengymnastik. Technische Schwierigkeiten wie ein IT-Ausfall bei der Kinästhetik-Referentin und ein Abbruch bei der Kognitionstrainerin überbrückt der Moderator mit Gesprächen und Themenwechsel.

Weiter so

Zum Abschluss appelliert Michel an alle: „Ohne Euch geht es nicht. Ihr müsst fit bleiben. Deshalb haben wir das Seminar für Euch gemacht.“ Auf Wunsch bietet er im Nachgang noch individuelle Gesprächstermine an. Über die Button „Daumen hoch“ und „klatschende Hände“ geben die Teilnehmerinnen ihr Feedback. ■

LSV-INFO

Informationen zu den Seminaren erhalten Sie unter www.svlfg.de/gleichgewicht oder telefonisch unter 0561 785-10512 sowie per Mail an: gruppenangebote@svlfg.de

Gesundheitsangebote mit freien Plätzen

Wo es noch freie Seminartermine gibt, erfahren Sie in der Tabelle. Außerdem finden Sie unter www.svlfg.de/gleichgewicht unser Angebot an Online-Seminaren und Gesundheitstrainings.

Betriebsübergabe – ein Gesundheitsthema		
Hotel Summerhof 94086 Bad Griesbach	14.02. – 17.02.22	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071
Online-Seminar	31.03. – 02.04.22	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071
Betriebsaufgabe – auch ein Gesundheitsthema		
Hotel Summerhof 94086 Bad Griesbach	21.03. – 24.03.22	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071
Gesundheit kompakt		
Hotel Summerhof 94086 Bad Griesbach	21.02. – 24.02.22	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071
Trainings- und Erholungswoche für pflegende Angehörige		
Klinik Solequelle 59597 Bad Westernkotten	12.01. – 19.01.22 19.01. – 26.01.22	Maike Winkler Tel: 0561 785-15194
Reha-Klinik FRISIA 83646 Bad Tölz	26.01. – 02.02.22 02.03. – 09.03.22 06.04. – 13.04.22	Sieglinde Schreiner Tel. 0561 785-16166
Kaiser Trajan Klinik 93333 Bad Gögging	20.03. – 27.03.22 24.04. – 30.04.22	Sieglinde Schreiner Tel. 0561 785-16166
Landgrafenklinik 31542 Bad Nenndorf	13.02. – 20.02.22 03.07. – 10.07.22	Christine Leicht Tel. 0561 785-16381
SRH Gesundheitszentrum 76332 Bad Herrenalb	27.08. – 03.09.22	Wolfgang Michel Tel. 0561 785-14502
Klinik Wildetal 34537 Bad Wildungen	21.01. – 28.01.22 04.02. – 11.02.22	Uwe Schäfer Tel. 0561 785-17385
Ostseeklinik Schönberg-Holm 24217 Ostseebad Schönberg	19.04. – 26.04.22	Christine Leicht Tel. 0561 785-16381
Stressmanagement		
Gesundheitspark Hohenfreudenstadt 72250 Freudenstadt	09.02. – 12.02.22 Aufbauseminar 21.02. – 24.02.22	Christiane Mayer Tel. 0561 785-16416
Ringhotel 37671 Hötter	Aufbauseminar 11.01. – 14.01.22	Heike Sprengel Tel. 0561 785-16437
Hotel Summerhof 94086 Bad Griesbach	03.03. – 06.03.22 Aufbauseminar 07.03. – 10.03.22	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071
Stark gegen Stress		
Klinik Kaiser Trajan 93333 Bad Gögging	13.02. – 26.02.22	Sieglinde Schreiner Tel. 0561 785-16166
Staatsbad Bad Pyrmont 31812 Bad Pyrmont	06.02. – 19.02.22	Heike Sprengel Tel. 0561 785-16437

Krankenkasse

Beitrag bleibt stabil

Durch zusätzliche Steuergelder und Betriebsmittel können die Beiträge zum 1. Januar 2022 für die meisten Mitglieder unverändert bleiben.

Die Ausgaben 2022 sind wegen der Corona-Pandemie nur schwer zu planen. Strukturwandel und demografische Entwicklung führen zu einem Rückgang der Versichertenzahlen. Insgesamt steigen die Leistungsausgaben der LKK im kommenden Jahr pro Versicherten voraussichtlich um über acht Prozent. Eine nach den ersten Kalkulationen erforderliche Beitragserhöhung kann durch zusätzliche Steuermittel vermieden werden. Wie die allgemeine Krankenversicherung – AKV (geplant vierzehn Milliarden Euro) wird auch die landwirtschaftliche Krankenversicherung – LKV (geplant 84 Millionen Euro) unterstützt, um die Beiträge stabil zu halten.

Dem unveränderten allgemeinen Beitragssatz plus Zusatzbeitrag in der AKV stehen in der LKV die grundsätzlich unveränderten Beiträge nach Beitragsklassen gegenüber. Wie aber aus jeder Lohnerhöhung in der AKV ein zusätzlicher Beitrag zu zahlen ist, kann sich in der LKV eine höhere Beitragsklasse durch ein gestiegenes Einkommen laut Einkommensverordnung Landwirtschaft (AELV) 2022 ergeben. Die höhere AKV-Beitragsbemessungsgrenze findet sich in der LKV als höherer Beitrag in der obersten Beitragsklasse 20 wieder.

Über 70 Prozent der Unternehmer verbleiben in ihrer Beitragsklasse. Jedes vierte Mitglied wird einer höheren Beitragsklasse zugeordnet. Für wenige Mitglieder ergibt sich eine Zuordnung in eine niedrigere Beitragsklasse. Überwiegend bleiben die Beiträge damit in besonderen Zeiten stabil. Die unterschiedlichen Entwicklungen im Einzelfall sind Folge der gestiegenen Gesamtausgaben, der höheren beitragspflichtigen Einkünfte laut AELV 2022 und des Einsatzes

zusätzlicher Mittel. Die Beitragsrechnungen werden Anfang Januar 2022 verschickt.

Unternehmerbeitrag

Die AELV weist für 2022 durchgängig höhere Werte und eine durchschnittliche Einkommensentwicklung von etwa plus acht Prozent aus. Hierdurch wäre es – bei unveränderten Unternehmensverhältnissen – zu Höherstufungen um bis zu zwei Beitragsklassen gekommen. Durch den Einsatz von Betriebsmitteln in Höhe von zehn Millionen Euro wurde eine „Streckung“ der Beitragstabelle finanziert und der Abstand der Beitragsklassen von bisher 5.400 Euro auf 5.600 Euro angehoben. Damit konnten alle Höherstufungen auf eine Beitragsklasse begrenzt werden. In wenigen Fällen führt diese „Streckung“ aber auch zu einer Einstufung in die nächstniedrigere Beitragsklasse. Durch Erhöhung des Vergleichsbeitrags der allgemeinen Krankenversicherung steigt der Beitrag für Unternehmer in der Beitragsklasse 20 um 29,89 Euro. Unser Höchstbeitrag für Unternehmer liegt aber weiterhin zehn Prozent unter dem Höchstbeitrag aller anderen gesetzlichen Krankenkassen.

Freiwillige Versicherung

Auch die Beiträge für die freiwilligen Mitglieder und für Rentenantragsteller werden – bei unveränderten Einnahmen zum Lebensunterhalt – nicht angehoben. Sie bleiben damit im Krankenkassenvergleich günstig. Einen Zusatzbeitrag kennt die LKK nicht. Die freiwillig versicherten Arbeitnehmer erhalten voraussichtlich noch im Dezember 2021 ihre Beitragsrechnungen für das kommende Jahr.

PFLEGEREFORM: WAS ÄNDERT SICH?

Ab 1. Januar 2022 treten einige Änderungen bei den Pflegeleistungen in Kraft. Grundlage ist das Gesetz zur Weiterentwicklung der Gesundheitsversorgung (GVWG). Die wichtigsten Änderungen auf einen Blick:

- **Vollstationäre Pflege:** Wir übernehmen – neben dem nach Pflegegrad differenzierten Leistungsbetrag – einen Zuschlag zum pflegebedingten Eigenanteil in Pflegeheimen.

Dauer Leistungsbezug	Leistungs-zuschlag
< 12 Monate	5 %
> 12 Monate	25 %
> 24 Monate	45 %
> 36 Monate	70 %

- **Ambulante Pflege:** Die Sachleistungen für die Pflegegrade 2 bis 5 werden um fünf Prozent erhöht. Die neuen Beträge:

Pflegegrad	monatliche Sachleistung	monatliche Entlastung
2	724 €	35 €
3	1363 €	65 €
4	1693 €	81 €
5	2095 €	100 €

- **Kurzzeitpflege:** Der Leistungsbeitrag wird um zehn Prozent angehoben. Das bedeutet, dass Sie nun 1.774 Euro bekommen, was eine Entlastung von 162 Euro bewirkt.

- **Der Pflegeversicherungsbeitrag** wird als „Zuschlag“ auf den Krankenversicherungsbeitrag erhoben und bleibt unverändert. Der allgemeine „Zuschlag“ für kinderlose Mitglieder wird gesetzlich ab 2022 von bisher 0,25 auf 0,35 Prozent erhöht.

LSV-INFO

Die Beitragstabellen sowie weitere Informationen finden Sie im Internet unter: www.svlfg.de/beitraege-lkk Ihre Fragen richten Sie bitte per Mail an: versicherung@svlfg.de

Unsere Einnahmen und Ausgaben in 2020

Für die Betreuung ihrer Versicherten hat die SVLFG 2020 rund 7,37 Milliarden Euro aufgewendet. Der Anteil der Verwaltungskosten lag bei 4,98 Prozent der Gesamtaufwendungen.

Berufsgenossenschaft			
Ausgaben 2020 (in Euro) *		Einnahmen 2020 (in Euro) *	
Leistungen (ohne Prävention)	742.986.651,15	Beiträge (außerhalb der Umlage)	26.165.001,87
Prävention	68.278.882,66	Beitragsforderung 2021 (Umlage 2020)	1.000.260.649,18
Vermögens- und sonstige Aufwendungen	99.373.238,71	Vermögenserträge und sonstige Einnahmen	13.933.236,82
Verwaltungs- und Verfahrenskosten	129.720.115,35		
Ausgaben gesamt	1.040.358.887,87	Einnahmen gesamt	1.040.358.887,87

Alterskasse			
Ausgaben 2020 (in Euro) *		Einnahmen 2020 (in Euro) *	
Alterssicherung der Landwirte (AdL)			
Leistungsaufwand AdL	2.794.781.098,74	Beiträge	536.215.314,62
Vermögens- und sonstige Aufwendungen	1.274.724,03	Bundesmittel für laufende Geldleistungen/Renten	2.334.713.537,85
Verwaltungs- und Verfahrenskosten	79.535.753,32	Sonstige Einnahmen	1.259.068,96
Überschuss der Einnahmen		Überschuss der Ausgaben	3.403.654,66
Ausgaben AdL	2.875.591.576,09	Einnahmen AdL	2.875.591.576,09

Soziale Maßnahmen zur Strukturverbesserung (SozM)			
Ausgaben LAR/FELEG-Leistungen	10.742.974,12	Bundesmittel für laufende Geldleistungen/Renten	10.985.954,49
Vermögens- und sonstige Aufwendungen	0,00	Zinsen und sonstige Einnahmen	75.567,63
Verwaltungs- und Verfahrenskosten	318.548,00		
Ausgaben SozM	11.061.522,12	Einnahmen SozM	11.061.522,12
Ausgaben gesamt	2.886.653.098,21	Einnahmen gesamt	2.886.653.098,21

Krankenkasse			
Ausgaben 2020 (in Euro) *		Einnahmen 2020 (in Euro) *	
Leistungsaufwand	2.401.588.266,07	Beiträge	1.107.942.945,29
Ausgaben Beteiligung am Altenteileraufwand	71.000.000,00	Einnahmen aus Beteiligung am Altenteileraufwand	71.000.000,00
Vermögens- und sonstige Aufwendungen	11.095.617,99	Bundesmittel für Altenteiler KV	1.363.370.899,57
Verwaltungs- und Verfahrenskosten	133.437.778,37	Bundesmittel für versicherungsfremde Leistungen und konjunkturbedingte Mindereinnahmen	120.167.349,51
Überschuss der Erträge	50.253.514,41	Vermögenserträge und sonstige Einnahmen	4.893.982,47
Ausgaben gesamt	2.667.375.176,84	Einnahmen gesamt	2.667.375.176,84

Pflegekasse			
Ausgaben 2020 (in Euro) *		Einnahmen 2020 (in Euro)*	
Leistungsaufwand	749.100.994,65	Beiträge	196.320.352,11
Vermögens- und sonstige Aufwendungen	107.304,13	Vermögenserträge und sonstige Einnahmen	581.452.424,74
Verwaltungs- und Verfahrenskosten	23.913.118,13		
Gesetzliche Zuführung - zu den Betriebsmitteln - zur Rücklage	3.225.359,94 1.426.000,00		
Ausgaben gesamt	777.772.776,85	Einnahmen gesamt	777.772.776,85

* Auszug aus den Jahresrechnungen 2020



Oh nein! Mein Ball! Ich muss trotzdem stehen bleiben.

Ein Ball und Fußgänger! Ich muss aufpassen.

Im Straßenverkehr musst du immer konzentriert sein.

Gut gemacht!

Augen auf im Straßenverkehr

Pia weiß: Im Straßenverkehr kann immer unverhofft etwas von der Seite kommen. Sie ist bremsbereit und könnte zur Not rechtzeitig ausweichen.

Wintermilch



Vorsicht heiß! Lass dir von einem Erwachsenen helfen.

Der Erwachsene übergießt einen Teebeutel Gewürztee (ohne Schwarzen Tee) mit knapp 50 ml heißem Wasser und erwärmt in einer zweiten Tasse Milch. Lasse den Tee fünf Minuten ziehen. Wenn du möchtest, schäume die warme Milch inzwischen auf. Mische den Tee mit einem Teelöffel Honig, rühre ihn in die warme Milch. Stäube etwas Kakao auf die Milch und dekoriere sie mit einer Zimtstange.

Rätsel-Auflösung im Spiegel lesbar: 3
Quelle Bild "Straße": www.verkehrswacht-medien-service.de



Basteltipp: Stern

Sammele bei deinem nächsten Waldspaziergang einige Äste. Kürze sie auf die Länge der Sternenzacken. Verbinde die Ästenden mit dünnem Draht zum Sternengerüst. Schlinge den Draht ein paar Mal in der Mitte des Sterns, so dass ein Gitter entsteht. Schneide aus Transparentpapier einen Stern aus, der kleiner als das Sternengerüst sein sollte. Schiebe den Papierstern durch das Drahtgitter in der Mitte deines Sterns.



Rätsel für schlaue Füchse

Was ist der Tunnelblick?

Kreuze die richtige Antwort an:

- 1 Alles was du siehst, wenn du durch einen Tunnel schaust.
- 2 Ein anderer Begriff für „Ich verstehe nichts“.
- 3 Wenn man nur noch sein Ziel im Kopf hat und auf nichts anderes achtet.
- 4 Wenn du auf eine Unterführung zugehst und diese dabei genau anschaust.



Wenn der Stress im Nacken sitzt, fährt der Schmerz ins Kreuz

Häufig liegt die Ursache für Rückenschmerzen nicht im Kreuz selbst, sondern im Kopf – vor allem bei Stress.

Zeit- und Termindruck, eine defekte Maschine, Ärger mit Kunden, dem Chef oder Kollegen, ein ständig klingelndes Telefon, schlechtes Wetter, familiäre Probleme und private Sorgen – alles das bringt den Körper unter Anspannung und gleichzeitig in Alarmbereitschaft. Blutdruck und Puls steigen, Blutzucker wird ausgeschüttet und die Muskulatur spannt sich an. Auf Dauer kann dies zu Diabetes, Herz-Kreislauferkrankungen und Rückenschmerzen führen.

Ursachen ergründen

Wenn Sie also unter Rückenschmerzen leiden, sollten Sie sich hinterfragen, ob Sie besonders vielen Belastungen ausgesetzt sind. Wenn Sie dies mit „ja“ beantworten, versuchen Sie, die Stressauslöser herauszufinden, und bremsen Sie den einen oder anderen Einfluss.

Blickwinkel ändern

Eine weitere Möglichkeit: Arbeiten Sie an Ihrer Einstellung! Wenn Sie etwas nicht ändern können, versuchen Sie, die Dinge gelassen zu

nehmen oder sie aus einem anderen Blickwinkel zu betrachten. Fragen Sie sich zum Beispiel, wie jemand anderes die Situation sehen würde. Käme er zu dem gleichen Ergebnis?

Stress vorbeugen und abbauen

Zusätzlich können Sie Ihre Energiereserven aufladen durch ausreichend Schlaf, Entspannung, eine ausgewogene Ernährung mit reichlich Flüssigkeit und Abwechslung zum Berufsalltag.

Am besten bauen Sie den Stress ab, indem Sie die Anspannung in Ihrem Körper in Bewegung umsetzen und so für Entspannung sorgen. Wählen Sie dabei die Bewegung, die Ihnen am meisten liegt. Schwitzen Sie gerne im Fitnessstudio? Benötigen Sie feste Zeiten oder Gruppen, um sich mehr zu motivieren? Pötern Sie sich gerne alleine beim Laufen, Radfahren oder bei der Gartenarbeit aus? Mögen Sie ausgedehnte Wanderungen? Oder lieben Sie es, mit Ihrer Partnerin oder Ihrem Partner das Tanzbein zu schwingen? Am Ende sind alle, die von der Couch hochkommen, Gewinner.



Stress lässt sich gut durch Bewegung abbauen.

LSV-INFO

Ein „Moving-Trainingsvideo“ mit Bewegungsübungen finden Sie im Internet unter www.youtube.com auf dem Kanal der SVLFG.

Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung bietet außerdem das Kartenspiel „Bewegungsspaß für zwischendurch“ an. Es vermittelt spielerisch Übungen für Rücken, Bauch, Kopf, Nacken, Beine, Füße, Arme und Schultern. Es kann als Quartett oder Memory in kleinen und größeren Gruppen gespielt werden und ist kostenfrei bestellbar unter: www.bzga.de/infomaterialien/ernaehrungsbewegung-stressregulation/

**Bei Dämmerung
und Dunkelheit**



sichtbar bleiben !