

LSV kompakt

MAGAZIN FÜR SICHERHEIT & GESUNDHEIT

www.svlfg.de

03 | 2023

AZUBIS IM BLICK

Landschaftsgärtner-Cup

Ihre Experten für
Garten & Landschaft



INHALT

**EINE RUNDE SACHE**

Das Konzept eines offenen Rundstalls bietet hohen Tierkomfort, Arbeitssicherheit und Wirtschaftlichkeit in einem.

6

**SEILKLETTERTECHNIK – ETWAS FÜR PROFIS**

Wer sicher in Bäumen mit Seilunterstützung arbeiten will, muss einen entsprechenden Fachkundelehrgang absolviert haben.

10

MEHR SICHERHEIT BEI GESELLSCHAFTSJAGDEN

Die Unfallverhütungsvorschrift Jagd wurde in einigen Punkten aktualisiert und sorgt für mehr Sicherheit.

14

**DIE ENTZÜNDUNGSKILLER**

Mit der richtigen Ernährung kann chronischen Krankheiten entgegen gewirkt werden.

18

Zum Titelbild:

Freude über ihren Sieg im Berufswettbewerb der Junggärtnerinnen und -gärtner Baden-Württembergs bei Lilli Chiara Manzke und Jakob Wolf. Die SVLFG unterstützte alle Teilnehmenden mit Arbeitsschutzprodukten wie Sonnenschutzcremes oder Trinkflaschen, um die Jugendlichen bereits in der Ausbildung für den Arbeits- und Gesundheitsschutz zu sensibilisieren.
Foto: VGL-BW Sven Falk

|||| ■ KURZ GESAGT

Liebe Leserinnen und Leser,

heute schreibe ich Ihnen ein letztes Mal in meiner ehrenamtlichen Funktion als Vorstandsvorsitzender der SVLFG. Für die kommende Amtsperiode unserer Selbstverwaltung habe ich mich nicht mehr zur Wahl gestellt. Ich bedanke mich bei Ihnen von Herzen für das langjährige Vertrauen. Ich habe mich stets mit Freude und Stolz für die Belange der Unternehmerinnen und Unternehmer, ihrer Familien sowie der Beschäftigten in der agrarsozialen Sicherung eingesetzt.

Die neue Vertreterversammlung konstituiert sich nun am 11. Oktober und wählt dann den neuen Vorstand. Allen Gewählten wünsche ich für die nächsten sechs Jahre ein erfolgreiches Wirken!

Meine guten Wünsche möchte ich gleichzeitig mit dem Appell an die neu gewählte Selbstverwaltung verbinden, sich weiterhin für unsere junge Berufsgeneration stark zu machen.

Wir befragten über 2.500 Auszubildende in den grünen Berufen und erfuhren, dass Rückenbeschwerden bei ihnen ein weit verbreitetes Problem sind. Diese resultieren aus den hohen Belastungen des Bewegungsapparates sowie aus einseitiger Haltung und schwerem Heben und Tragen.

Auch um den Schlaf könnte es besser bestellt sein: Trotz einer guten Schlafqualität wiesen die Antworten auf eine kürzere Schlafdauer als bei anderen Berufsanfängern hin. Ausreichend Schlaf ist wichtig für die körperliche und geistige Regeneration sowie für die Leistungsfähigkeit, was wiederum zu weniger Unfällen führt.

Mit unserem Gesundheitsförderungsprogramm AzubiAktiv – fit for green greifen wir genau diese Themen auf und bieten Auszubildenden, Auszubildenden sowie Bildungseinrichtungen Schulungen und Maßnahmen zum Schutz und zur Förderung der Gesundheit an. Wir wollen damit das Bewusstsein für eine gesunde Lebens- und Arbeitsweise stärken sowie die körperliche und psychische Belastung an den Arbeitsplätzen reduzieren.

Zu den Ergebnissen dieser Gesundheitsstudie lesen Sie mehr auf den Seiten 4 und 5.

Für die Zukunft wünsche ich Ihnen alles Gute, sowohl im Beruflichen als auch im Privaten. Bleiben Sie vor allem gesund!

Herzlich Ihr

Chidi 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.

Wir möchten darauf hinweisen, dass in diesem Magazin grundsätzlich alle Geschlechter gleichermaßen angesprochen sind.

Druck: Stark Druck GmbH + Co. KG, Im Altgefäß 9, 75181 Pforzheim

Bei den Adressangaben werden die Bestimmungen des Datenschutzes beachtet.



|||| ■ FÜR FRAUEN

Wichtige Infos auf einen Klick

Frauen haben mitunter andere Fragen und Bedürfnisse als Männer. Teilweise gelten für sie auch andere Regeln. Deshalb bieten wir Frauen, die bei uns versichert sind, unter www.svlfg.de/infos-fuer-frauen-in-der-gruenen-branch jetzt eine Seite mit Informationen zur Frauengesundheit, Alterssicherung, Ernährung, Pflege, zum Arbeitsschutz und zu vielen weiteren Themen an.

|||| ■ LADUNGSSICHERUNG

Mit Checkliste prüfen

Professionelle Ladungssicherung reduziert das Unfallrisiko. Unter www.svlfg.de/ladungssicherung finden Sie praxisnahe Tipps und Informationen, wie Sie verschiedene Güter sicher bewegen, eine Checkliste sowie die Broschüre "B17 Ladungssicherung in Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau".



|||| ■ WEINBAU

Informationen online

Tipps zum sicheren und gesunden Arbeiten im Weinbau, Mustergefährdungsbeurteilungen und Betriebsanweisungen gibt es jetzt unter www.svlfg.de/weinbau. Die neue Rubrik „Sicher arbeiten im Weinbau“ umfasst vom Rebschnitt bis zur Weinlagerung alle Arbeitsverfahren der Innen- und Außenwirtschaft sowie weitere Themen wie etwa die Persönliche Schutzausrüstung.



|||| ■ UNFALLZAHLEN

Insgesamt rückläufig

Weniger Unfälle als im Vorjahr ereigneten sich 2022 in der Grünen Branche. Für den Pflanzenbau und die Waldarbeit weist unser Präventionsbericht für 2022 jedoch mehr Unfälle als in 2021 aus. Die meisten Unfälle ereigneten sich in der Tierhaltung. Zu finden ist die Jahresbilanz nach Branchen unter: www.svlfg.de/svlfg-kompakt-in-zahlen

So erreichen Sie uns

Die Vorwahl 0561 ist bundesweit einheitlich, egal von welchem Standort der SVLFG der Anruf erfolgt. Sie können ans Telefon gehen, am anderen Ende ist Ihre SVLFG!

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
Sicherheitstechnischer Dienst	0561 785-10900
Telefonzentrale	0561 785-0

|||| ■ PU-SCHÄUME & KLEBSTOFFE

Neu: Anwenderschulung

Gewerbliche und industrielle Anwenderinnen und Anwender von diisocyanathaltigen Produkten, zum Beispiel PU-Schäume und einige Klebstoffe, müssen seit August eine Anwenderschulung absolvieren. Ob ein Produkt Diisocyanate enthält und ob Schulungsbedarf besteht, klärt die Produktverpackung oder das Sicherheitsdatenblatt. Die Herstellerverbände bieten unter: <https://isopa-aisbl.idloom.events/> Online-Schulungen, die fünf Jahre gelten, an. Der Gutscheincode FEICA_21_G ermöglicht kostenfreien Zugang zu ausgewählten Kursen für Dicht- und Klebstoffe.



Kennzeichnung auf einer diisocyanathaltigen Produktverpackung

Auszubildende in grünen Berufen

Ergebnisse der SVLFG-Gesundheitsstudie

Gibt es Unterschiede zwischen Auszubildenden der grünen Berufe und anderen Gleichaltrigen? Diese Frage beantworten die Infomaterialien zur Azubi-Gesundheitsstudie.

Azubis der grünen Berufe sind gesünder, sind zufriedener und fühlen sich insgesamt wohler als Gleichaltrige in anderen Berufen. Lediglich der Rücken bereitet große Probleme. Das ist das Ergebnis einer

repräsentativen Befragung von über 2.500 Auszubildenden aus Landwirtschaft, Forst und Gartenbau. Diese Studie der SVLFG, wissenschaftlich begleitet von Prof. Dr. Manfred Betz vom Institut für Gesundheitsförderung und -forschung, liefert aktuelle Fakten zum Gesundheitsverhalten sowie zu den Arbeitsbedingungen und Belastungen.

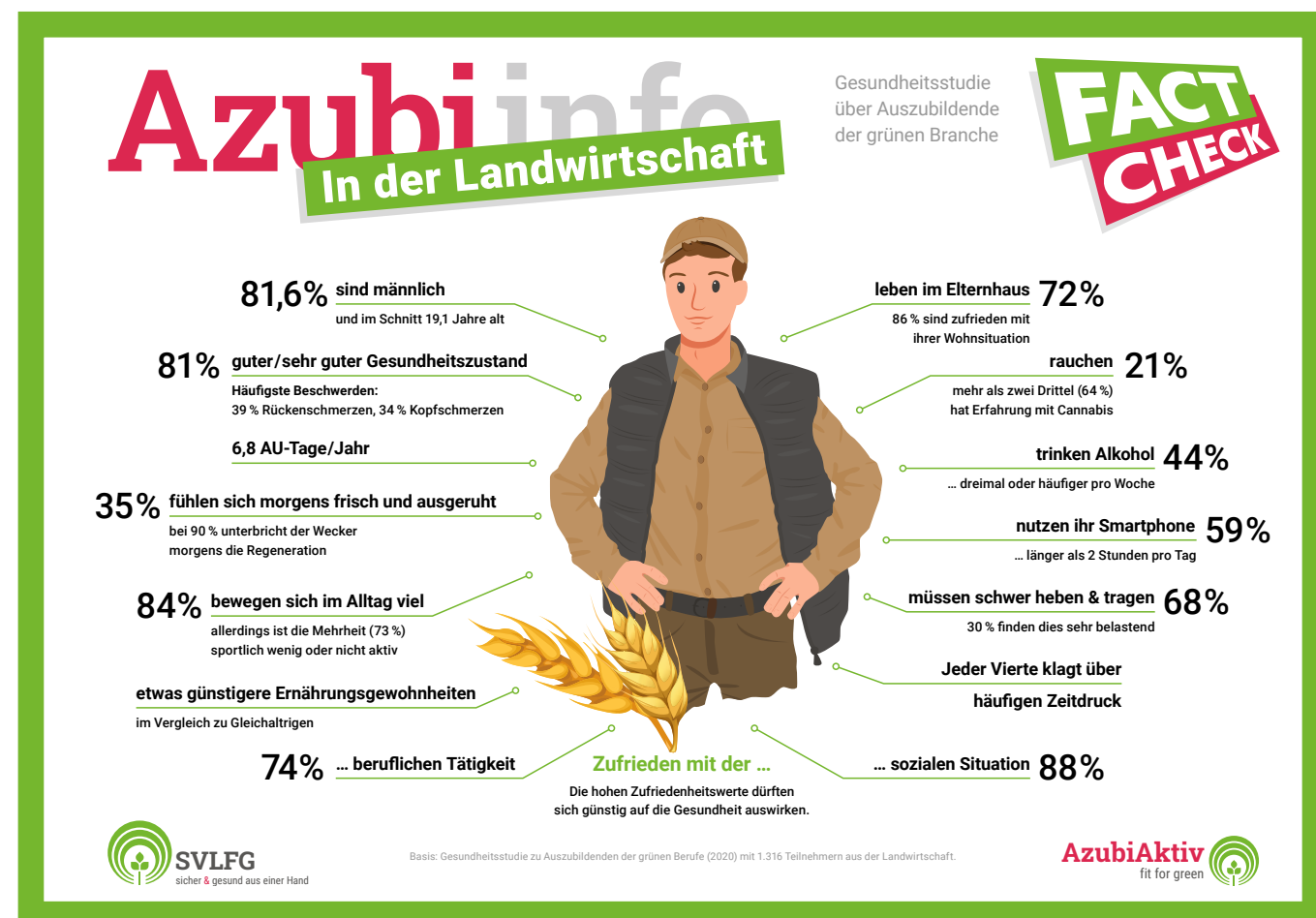
Auszubildende in den grünen Berufen essen im Vergleich zu ihren Altersgenossen regelmäßiger, verzehren weniger Fast Food und Süßigkeiten und konsumieren mehr Gemüse. Durch die bewusste Entscheidung für gesunde Lebensmit-

Rudolf Heins, Mitglied des Vorstandes der SVLFG

„Gesundheitsförderung in der Ausbildung lohnt sich! Das beweist die Azubi-Studie. Sie liefert neue Ansätze für unser Gesundheitsförderprogramm AzubiAktiv - fit for green.“



tel können sie ihren Körper mit wichtigen Nährstoffen versorgen und das Risiko von ernährungsbedingten



gen in der Grünen Branche zu einem positiven Arbeitsumfeld beitragen und das Wohlbefinden der Auszubildenden fördern.

Gesundheitsförderprogramm AzubiAktiv - fit for green

Die Ergebnisse dieser Gesundheitsstudie verdeutlichen die Bedeutung eines gesunden Lebensstils und eines positiven Arbeitsumfelds. Sie unterstreichen gleichzeitig die Notwendigkeit, eine ausgewogene Ernährung zu fördern, die Schlafgewohnheiten zu verbessern und Rückenbeschwerden in der Grünen Branche vorzubeugen. Das SVLFG-Gesundheitsförderprogramm AzubiAktiv - fit for green greift diese Themen auf und bietet Azubis, Ausbilderinnen und Ausbildern sowie Bildungseinrichtungen Maßnahmen und Schulungen zum Schutz und zur Förderung der Azubigesundheit. Die Studienergebnisse legen nahe, dass die Grüne Branche bereits positive Rahmenbedingungen für Auszubildende schafft, was sich in ihrer Zufriedenheit widerspiegelt. Diese positiven Arbeitsbedingungen sollten weiterhin gefördert werden, um das Wohlbefinden und die Gesundheit der Auszubildenden langfristig zu unterstützen.

Die Veröffentlichung von Studienergebnissen kann manchmal eine trockene Angelegenheit sein, die es schwierig macht, komplexe Informationen zu erfassen. Wir haben die Ergebnisse in Faktenblättern (Fact Sheets) und Infografiken zusammengefasst und altersspezifisch aufbereitet. Diese Herangehensweise weckt Interesse und ermöglicht es allen, die Studienergebnisse auf einen Blick zu erfassen. Darüber hinaus besteht insbesondere für Bildungseinrichtungen die Möglichkeit, die Fact Sheets und Infografiken in Form von Postern zu bestellen. ■

LSV-INFO

Die Fact Sheets, Infografiken und Poster stehen gratis zum Download bereit unter: www.svlfg.de/azubiaktiv-fit-for-green Lehrkräfte und Ausbilder können die Materialien in ihrer Bildungsarbeit nutzen.

Eine runde Sache



Aus dem Sammelbereich in der Mitte werden die Tiere einzeln durch den Fangstand getrieben und können bei Bedarf fixiert, gewogen und behandelt werden.

„Arbeitssicherheit war einer der Hauptgründe, warum wir uns für den Rundstall entschieden haben“, erklärt Dirk Freese.

Ein Großteil der Tätigkeiten in seiner Bullenmast erledigt Landwirt Dirk Freese aus Wardenburg/Niedersachsen im Rundstall zügig und unkompliziert. Auch die Fanganlage ist im Rundstall jederzeit einsatzbereit, Rüstzeiten entfallen.

Vorteile des Rundstalles

Der Rundstall zeichnet sich durch seine runde und offene Bauform aus. Das Stallkonzept vereint hohen Tierkomfort, Arbeitssicherheit und Wirtschaftlichkeit. Viele Gestaltungselemente tragen zur Arbeitssicherheit

bei: Für alle Tiere sind Treibwege vorgesehen. Sie müssen nicht über den Trog aus der Bucht gelockt werden. Der Treiber steht hinter dem Treibpanel und kann die Tiere sicher bewegen. Dadurch lassen sich im integrierten Behandlungsstand unkompliziert zum Beispiel fehlende Ohrmarken ersetzen oder Klauen lahmer Tiere behandeln. Eine Besonderheit des Rundstalls ist eine im Behandlungsstand integrierte Waage. Regelmäßiges Wiegen zeigt die Entwicklung der Tiere und optimiert den wirtschaftlichen Erfolg.

Wie ist ein Rundstall aufgebaut?

Im Zentrum des Gebäudes mit 30 Meter Durchmesser befindet sich ein Sammelbereich (Korral) mit einem Behandlungsstand, einer Waage, einem Sammelraum und einem Verladebereich, der in der

Mitte für alle Buchten zugänglich ist. Ringsum sind tortenstückförmig die acht Buchten angeordnet, in denen jeweils 15 Tiere gehalten werden. Die Tiere aus einer Bucht passen in den Korral. Aus diesem gelangen die Tiere sicher zum Behandlungsstand oder zum Verladebereich. Ursprünglich wurde der Rundstall für die Unterbringung von Mastrindern entwickelt. Inzwischen findet er aber auch in der Milchviehhaltung Anklang und eignet sich zum Beispiel für die Aufstallung von Jungvieh oder als Transitstall, aber auch für Schweine und Schafe.

Wie der Betrieb Freese den Rundstall nutzt

Zweimal wöchentlich wird im Rundstall eingestreut. Die Einstreumaschine bläst das Stroh über die Fressgitter in die Buchten. Damit niemand beim Misten oder bei Treibarbeiten mit den Bullen in den direkten Kontakt tritt, deckt bei Dirk Freese ein

hydraulisch klappbares Treibeschild für den Frontladeranbau die gesamte Buchtenbreite ab. Steht einmal im Monat das Ausmisten an, treibt Dirk Freese die Bullen aus jeweils einer Bucht in den Sammelbereich im Inneren des Rundstalls, damit er in der leeren Bucht ungestört und sicher arbeiten kann.

Beim Neubau des Stalls wurden Schlauchleitungen unter dem Stallboden verlegt. Die Abwärme aus dem Kuhmist erwärmt wie bei einer Fußbodenheizung das Wasser im Schlauch. Zukünftig kann mit dieser Wärme das Tränkwasser frostfrei gehalten oder das Wohnhaus beheizt werden.



Ein zusätzliches Schwenkgatter erleichtert Dirk Freese die Reinigungs- und Wartungsarbeiten.



Präventionsfachmann Manfred Eggers zeigt: Personenschlupföffnungen ermöglichen die Flucht.



Alternative: Fang- und Behandlungsanlage seitlich am Stall

Warum ist ein Rundstall sinnvoll?

Jeder Betrieb muss sicherstellen, dass zu behandelnde Tiere für die Dauer der Maßnahme von der Gruppe getrennt und sicher fixiert werden können. So schreibt es die Unfallverhütungsvorschrift (§ 9 Ziffer 5 und § 10 Abs. 10 VSG 4.1) vor. Das Prinzip des Rundstalls erfüllt diese An-

forderung und eignet sich zur Nachahmung in konventionellen Haltungssystemen. Aber: Der Rundstall eignet sich nicht für jeden Betrieb. Bei bestehenden Ställen kann ein seitlich angebrachter Treibgang mit integriertem Fang- und Behandlungsstand und Selektionsbereich die Alternative sein.

LSV-INFO

Unser Außendienst bietet eine kostenfreie Bauberatung direkt im Betrieb an. Ihren persönlichen Kontakt finden Sie unter: www.svlfg.de/rinderhaltung

Profis am Werk

Alte Bäume sicher pflegen

Die Pflege alter Bäume und, falls unvermeidbar, deren Fällung stellen Kommunen mitunter vor Probleme. Die Gemeinde Brennborg in Bayern engagiert dafür professionelle Baumpfleger.

Wenn es um Baumpflegerarbeiten geht, steht für Franz Löffl, zweiter Bürgermeister von Brennborg und Förster in Rente, die Sicherheit der kommunalen Beschäftigten an erster Stelle. „Unsere Bauhofbeschäftigten können einfache Fällarbeiten durchführen. Sie für Arbeiten an den alten, zum Teil hohlen Bäumen im Burghof einzusetzen, wäre verantwortungslos. Dafür haben sie weder die nötigen Kurse noch die passenden Geräte“, sagt er. Die Gemeinde beauftragt für diese Arbeiten deshalb Martina und Martin Lautenschlager. Beide sind zertifizierte Baumkontrolleure.

Baumbeurteilung ist das A und O
Für ihre Tätigkeit benötigen Lautenschlagers Erfahrung, Sachkunde und Respekt vor den Bäumen. „Die Baumbeurteilung ist das A und O“, erklärt Martin Lautenschlager. „Ich überlege sehr konzentriert bei jedem Ast im Vorfeld, wie er reagieren wird, wenn ich die Motorsäge ansetze. Davon hängt ab, welche Schnitttechnik ich wähle.“ Immer wieder hält er während der Arbeit in der Krone inne, betrachtet die Situation. „Es ist wie Mikado spielen. Jeder Griff muss sitzen. Ich muss überlegen, welchen Ast ich wie bearbeite, damit der Baum eine schöne Krone bekommt und den Umwelteinflüssen standhält.“ Für Lautenschlagers geht Sicherheit vor. Deshalb führen sie Motorsägearbeiten oder ähnlich anspruchsvolle Tätigkeiten nur aus, wenn sie sich absolut fit fühlen.

Sicher arbeiten in der Höhe

Bei Bedarf arbeiten Lautenschlagers als Seilkletterer. Die notwendige Fortbildung haben sie an einer Baumkletterschule absolviert. Lieber nutzen sie aber die Hubarbeitsbühne. „Das ist sicherer und komfortabel“, so Martin Lautenschlager. Während ihrer Fortbildungen haben Martin und Martina Lautenschlager verschiedene Schnitttechniken erlernt, so dass sie von der Baumkrone aus bestimmen können, wo die herabfallenden Äste landen. „Bei überlangen Ästen, die über bebauten Gebieten reichen, setzen wir Ab-



Zum Schutz von Gebäuden, Anlagen oder Straßen wird auch Abseil- und Bremstechnik eingesetzt.

seiltechnik ein, um Gebäude, Gartenanlagen und Straßen zu schützen. Gegebenenfalls nutzen wir auch eine Bremstechnik. Die Aststücke kommen dadurch langsam und gezielt auf den Boden, die Wucht des Aufpralls wird vermindert“, erklärt Martina Lautenschlager.



Lautenschlagers entschieden sich bewusst für eine geländegängige Hubarbeitsbühne.

Kommunikation muss funktionieren

Lautenschlagers sind ein eingespieltes Team. Nach der langen gemeinsam verbrachten Zeit wissen beide, „wie der andere tickt“, wie er seine Arbeit angeht. Gegenseitiges Vertrauen ist in ihrem Beruf unbezahlbar. „Oft hängt unser Leben davon ab, dass der andere richtig handelt“, sagt Martin Lautenschlager. Eine klare Kommunikation ist dafür unabdingbar. „Wir nutzen ein hochwertiges Funksystem, das in den Gehörschützern der Helme verbaut ist“, erklärt er. Anders als bei anderen Systemen sei die sprechende Person bereits beim ersten Wort klar zu verstehen. Eine Notfall-App auf dem Smartphone gibt ihnen die Sicherheit, dass sie bei einem Unfall schnell gefunden werden. In der Gefährdungsbeurteilung halten sie zudem die Adresse der Baustelle sowie mögliche Kontaktdaten fest.

Gesund leben und arbeiten

Lautenschlagers achten sehr auf eine rückengesunde Lebens- und Arbeitsweise. Einmal pro Jahr lassen sie sich arbeitsmedizinisch untersuchen, ein-



Kapselgehörschutz mit Funksystem schont das Gehör und erleichtert die Kommunikation, weiß Martina Lautenschlager.

mal wöchentlich besuchen sie ein Rücken-Zentrum. Dort stärken sie ihre Rücken- und Bauchmuskulatur nach einem für sie erarbeiteten Trainingsplan. „Wir hatten beide Bandscheibenvorfälle. Ich hatte unerträgliche Schmerzen, konnte nicht mehr mit der Motorsäge arbeiten. Ich hatte schon Angst, dass ich meinen Beruf

aufgeben muss. Durch das Rücken-gerätetraining geht es mir inzwischen viel besser. Auch mein Mann hat weniger Rückenschmerzen“, sagt Martina Lautenschlager.

Pack's leichter an

Wenn aufgrund der Gegebenheiten der Einsatz eines Forsttraktors mit Seilwinde unmöglich ist, kommt bei Lautenschlagers eine ferngesteuerte Kleinraupe mit Seilwinde zum Einsatz. Sie transportiert Stammstücke oder Äste sicher und rücken schonend ab. „Zum Beispiel schmale Burgtore oder enge Wanderwege in Hängen meistert das Gerät problemlos. Sie arbeitet zügig und die Bedienung ist einfach“, sagt Martin Lautenschlager. Der Einsatz der Kleinraupe erfordert volle Konzentration. Der Baumpfleger achtet darauf, dass er sie nur von einer sicheren Position aus bedient, so dass weder eine wegrollende Last noch ein reißendes Seil, noch das womöglich umstürzende Fahrzeug ihn gefährden kann. „Falls nötig, sichern wir die Raupe mit einem Gurt an einem Baum, um sie zusätzlich zu stabilisieren, oder wir setzen bei Bedarf Umlenkrollen ein“, erklärt er.

Gefahrenbereich absperren

Auch die Absperrung des Gefahrenbereiches gemäß der geltenden Richtlinie (ASR A5.2 sowie RSA 21) fällt in den Aufgabenbereich der Baumpfleger. Doch egal, wie sorgfältig sie auch vorgehen, häufig versuchen Passanten die Absperrungen zu umgehen. Lautenschlagers appellieren an die Vernunft aller, bestehende Absperrungen im Interesse der eigenen Sicherheit zu beachten. ■



Die wendige Kleinraupe kommt zum Einsatz, wenn kein Platz für einen Forsttraktor ist.

LSV-INFO

Weitere Informationen zum sicheren Arbeiten in der Baumpflege finden Sie unter: www.svlfg.de/baumarbeiten



Martin Lautenschlager arbeitet sicher und komfortabel auf der Hubarbeitsbühne.

Seilklettertechnik Unfallgeschehen analysiert

Eine Sondererhebung zeigt, wie sich das Unfallgeschehen zum Arbeitsverfahren Seilklettertechnik 2021 entwickelt hat.

Seilklettertechnik (SKT) ist ein Arbeitsverfahren der Baumpflege. Alle SKT-Unfälle werden mittels Sonderfragebogen ausgewertet, um zielgenaue Präventionsarbeit leisten zu können. Im Jahr 2021 weist die Unfallstatistik der SVLFG 102 Unfälle bei Arbeiten mit Seilklettertechnik (SKT) aus. Damit bewegt sich das Unfallgeschehen seit Jahren auf einem gleichbleibenden Niveau. Zwei Drittel der Unfälle verursachen leichte Verletzungen und ein Drittel führt zu schweren Verletzungen. Bei der Auswertung der Unfälle ist auffällig, dass menschliches Fehlverhalten die häufigste Unfallursache ist, denn Unachtsamkeit steht in der Unfallursachenstatistik an erster Stelle mit 24 Fällen. Zudem haben sich neun Personen bei Arbeiten mit der Motorsäge verletzt. Sieben Unfälle sind auf schlechte Schnitttechnik und jeweils sechs Unfälle auf Abrutschen mit den Steigeisen und Getroffenwerden von abgesägten Baumteilen zurückzuführen. Probleme mit der Standfestigkeit sind in 20 Fällen unfallur-

sächlich. Im Weiteren finden sich bei zehn Unfällen Ursachen in Brüchen von Ästen und Stammteilen, die Klimaschäden an den Bäumen vermuten lassen. Diese Unfälle wären mit Sicherheit durch konzentriertes, ruhiges Arbeiten zu vermeiden gewesen. Routinearbeiten im Rahmen von Standardaufträgen sind besonders unfallgefährlich. Zeitdruck muss immer vermieden werden.

Ein Unfallbeispiel

Bei Baumpflegearbeiten wollte der Kletterer ein Stammstück mit Seil ablassen. Als er sich im Baum umpositionierte und dazu die Kurzsicherung neu setzte, band er versehentlich das Ablassseil mit ein. Als er dann das Stammstück herabließ, wurde die Sicherung bis zur Umlenkrolle heruntergezogen. Das Stammstück pendelte dadurch gegen den Stamm und verletzte den Kletterer am Fuß.

Nur für Profis

Die Durchführung der seilunterstützten Baumpflegeverfahren setzt

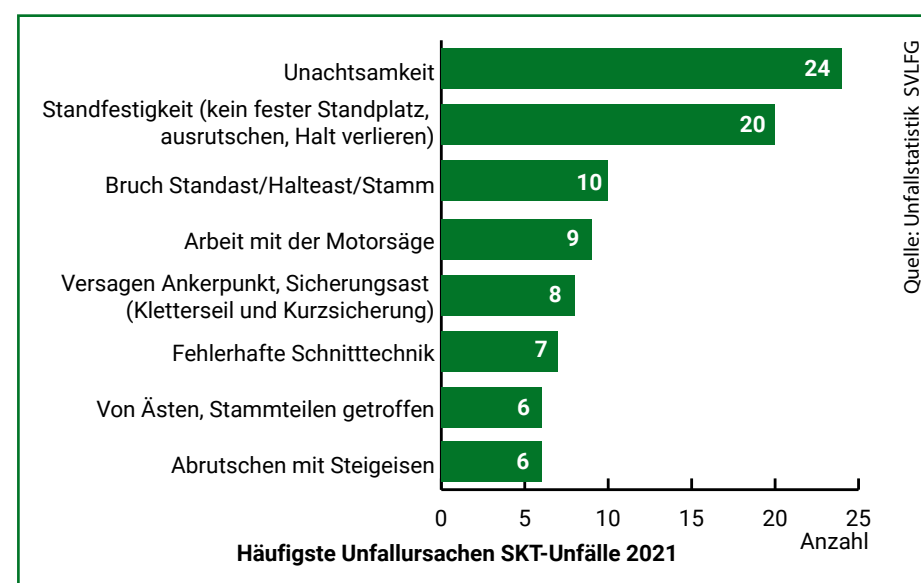


Die sichere Positionierung im Baum vermeidet Unfallgefahren.

voraus, dass Anwenderinnen und Anwender entsprechende Fachkundelehrgänge absolviert haben. Die komplexen Inhalte der SKT-Ausbildung sind in der Vorschrift für Sicherheit und Gesundheitsschutz „Gartenbau, Obstbau und Parkanlagen“ – VSG 4.2 definiert. Für eine hohe Qualität der SKT-Lehrgänge begutachten wir als Berufsgenossenschaft die Kletterschulen für Seilklettertechnik und prüfen Ausbilderinnen und Ausbilder. Für SVLFG-Versicherte lohnt sich die Qualität der SKT-Fortbildung doppelt. Absolvieren sie einen Lehrgang an einer anerkannten Fortbildungsstätte, dann gewähren wir einen Zuschuss in Höhe von 30 Euro.

LSV-INFO

Die 28 von der SVLFG anerkannten Kletterschulen sowie Informationen zu den Lehrgangsinhalten der Fortbildungsstufen A und B finden Sie unter: www.svlfg.de/anerkannte-fortbildungsstaetten-seilklettertechnik Dort finden Sie auch unsere Ansprechpartner rund um die Sicherheit bei SKT-Arbeiten.



Robotik – Chancen und Risiken

Neue Technologien wie hochautomatisierte, fahrerlose Maschinen bringen auch neue Gefährdungen mit sich.

Die Vortragsveranstaltung der SVLFG „Robotik in der Landwirtschaft“ im Juli in Kassel zeigte auf, welche Herausforderungen und Risiken mit Blick auf die Interaktion von Mensch und Maschine bestehen und wie diese sicher und gesund gestaltet werden können. Lagen die Unfälle mit autonomen Fahrzeugen, Maschinen und Robotern im Jahr 2018 noch bei null, waren es 24 in 2022. SVLFG-Präventionsexperte Sebastian Dittmar dazu: „Unser zentrales Präventionsziel ist es, dass Personen zuverlässig von diesen Maschinen erkannt werden.“

Neue Maschinen-Verordnung

Sebastian Korfmacher vom Bundesministerium für Arbeit und Soziales verhandelte für die Bundesregierung in Brüssel die neue Maschinen-Verordnung. Sie löste zum 19. Juli die bisher geltende Maschinen-Richtlinie ab. Korfmacher erklärte, dass dies vor allem wegen Risiken durch neue Technologien wie künstliche Intelligenz (KI) oder autonome Roboter erforderlich wurde. Berücksichtigt wurde auch die „Cybersecurity“, also die Sicherheit und Zuverlässigkeit

von Steuerungen. Sie müssen Beanspruchungen und Eingriffen, die zu einer Gefährdungssituation führen, standhalten.

Hervorragende Referenten

Rudolf Behr, Vorstandsvorsitzender der BEHR AG, stellte klar, dass es ihm beim Einsatz von mehr Technik nicht um das Einsparen von Arbeitskräften geht, sondern darum, in den Arbeitsprozessen schneller zu werden. Dieser Aspekt ist bei Frischgemüse – wie es die BEHR AG anbietet – von höchster Bedeutung. Prof. Dr. André Steimers von der Hochschule Koblenz erklärte, dass der Einsatz von KI vor allem im ländlichen Raum wichtig ist, um die Menschen in der Umgebung vor den Gefährdungen, zum Beispiel durch selbstfahrende Maschinen, zu schützen. Dr. Christian Meltebrink präsentierte die Auswertungsergebnisse der SICK AG, die diese im Rahmen ihrer Forschung auf dem Feld der Sensoren-, Laser- und Radartechnik ermittelte. Dr. Klaus Weidig, Geschäftsführer der InnoTrac2020 GmbH, stellte den im Obst-, Wein- und Feldbau autonom einsetzbaren universellen Roboter CAESAR vor. Dieser wurde noch nicht auf den Markt gebracht, weil die sicherheitsrelevanten Anforderungen an den autonomen Einsatz noch nicht definiert sind. Weidig forderte die zuständigen Stellen in Deutschland und Europa daher auf, diese in einer Richtlinie zu dokumentieren. Zudem stellte SVLFG-Präventionsexperte Tobias Bräunig den Drohneinsatz



Prof. Dr. André Steimers (sitzend links), Dr. Klaus Weidig (sitzend rechts), Stefan Korfmacher (stehend links), Rudolf Behr (stehend rechts)

in der Landwirtschaft vor. Betreiber müssen hierfür über eine Haftpflichtversicherung, eine Betreiberregistrierung sowie einen Kompetenznachweis verfügen.

Positives Fazit

Martin Empl, alternierender Vorstandsvorsitzender der SVLFG, zeigte sich zufrieden: „Mensch, Tier und Maschine arbeiten immer enger zusammen. Wir als SVLFG sehen in den modernen Technologien Möglichkeiten und Chancen. Unser Hauptaufgabenfeld ist und bleibt jedoch der Arbeits- und Gesundheitsschutz. Dies bedingt eine zuverlässige Kommunikation zwischen Mensch und Maschine. Alle Beteiligten haben mit ihren Erfahrungen das Fundament für den weiteren Austausch geschaffen und gezeigt, wie wichtig es ist, das Thema Robotik in der Landwirtschaft zu vertiefen und dabei alle Sichtweisen zu berücksichtigen.“

LSV-INFO

Weitere Informationen finden Sie unter: www.svlfg.de/fachkolloquium-robotik

Pack's leichter an

Unter dem Motto „Trage nichts, was du schieben kannst“ stellen wir weiterentwickelte Schubkarren und einen Minidumper vor. Transporthilfen erleichtern die Arbeit und entlasten das Muskel-Skelett-System. Das Angebot an Rollbrettern, Flurförderzeugen, Wagen und Karren ist umfangreich.



Kraftpaket Minidumper

Gartenbautechniker Max Gaissmaier aus Freising/Bayern schwört auf Mini-Dumper und Akku-Schubkarren: „Unsere Beschäftigten nutzen beides, um auf engen Baustellen schwere Lasten, zum Beispiel Schüttgut, rückenschonend zu transportieren. Die Geräte sind sehr wendig. Damit kommen wir sogar durch Gartentore.“ Besonders über längere Strecken oder bei Arbeiten am Hang kommt der Mini-Dumper zum Einsatz. Gaissmaier lobt: „Akku-Karre und Dumper machen die Arbeit viel leichter. Sie entlasten die Beschäftigten sehr. Sie werden von den Mitarbeitern gerne genutzt und sind ständig im Einsatz.“ Die hohe Standfestigkeit und die Kippstabilität des Mini-Dumpers verringern die Verletzungsgefahr.



Es geht auch ohne Akku

Schubkarren mit drei Rädern erleichtern auch ohne Elektroantrieb den Lastentransport erheblich, weil sie beim Schieben nicht angehoben werden müssen. Das weiß Landwirt Martin Wagner aus Hitzing/Bayern zu schätzen. Er nutzt die dreirädrige Karre seit Jahren, weil er Rückenprobleme hat, und möchte sie nicht mehr missen. Die tief angesetzten Griffe erleichtern zudem das Auskippen. Bremsen an den Rädern verhindern unbeabsichtigtes Wegrollen.

Kadaver-Karre

Müssen tote Schweine transportiert werden, erleichtern Kadaver-Karren die schwere Arbeit. Dabei handelt es sich um Metallgestelle auf Rädern, die mit einer Seilwinde ausgestattet sind. Die Karren sind so klein, dass im Stall gut damit gearbeitet werden kann.



Schubkarre mit Elektroantrieb

Landwirtin Sandra Rembart-Sigl aus Rothalmünster/Bayern ist begeistert von ihrer Akku-Schubkarre: „Der Akku ist so stark, dass er die Karre zusammen mit der Ladung nahezu alleine den Hang hinaufzieht. Die Akku-Schubkarre erleichtert uns die Arbeit sehr, vor allem meinem Vater, der uns im Betrieb unterstützt.“ ■

LSV-INFO

Tipps zum ergonomischen Arbeiten gibt es unter:



www.svlfg.de/gesunder-ruecken-im-betrieb

Aus dem Unfallgeschehen

1 Auf einem Ackerbaubetrieb wurden auf der Weide neben der Hofstelle 15 weibliche Schafe und ein Bock gehalten, um das Grünland zu nutzen. Die Frau des Unternehmers wollte an diesem Tag den Schafen den Wassertrog nachfüllen, was von außerhalb der Weide möglich war. Weil der Trog verschmutzt war, betrat sie dennoch die Weide, um ihn zu säubern. Dabei wurde sie von dem Schafbock angegriffen. Ihre Hilferufe hörte der Auszubildende und kam ihr zur Hilfe. Er konnte das Tier mit einem Stock zurückhalten und die Verletzte in Sicherheit bringen. Die Verunglückte erlitt bei dem Angriff eine Oberschenkelfraktur.

Unfallursache:

Obwohl der Bock noch nie auffällig war, hätte die Verletzte die Weide nicht ohne eine zweite Person betreten sollen.

2 Ein Unternehmen der Grün- und Baumpflege hatte den Auftrag, die Hecken bei einem Kunden zu schneiden. Während der Arbeiten bat der Auftraggeber einen Mitarbeiter des Unternehmens, auch noch einen Ast an einem Obstbaum zu kürzen. Hierzu legte der Mitarbeiter eine Anlegeleiter an den Baum und bestieg diese mit einer Motorsäge in der Hand. Beim Absägen des Astes verlor er den Halt und stürzte aus vier Metern Höhe auf den Rasen. Dabei zog er sich einen Beckenbruch und eine Fraktur am Unterarm zu.

Unfallursache:

Arbeiten mit der Motorsäge auf Leitern sind laut Unfallverhütungsvorschrift verboten. Der Verunglückte hätte Alternativen zur Leiter wie Hubarbeitsbühne, Kleinpodest oder Teleskopsäge nutzen müssen.

3 Ein Landwirt wollte im eigenen Wald eine circa 25 Meter hohe Eiche fällen, dabei begleitete ihn sein Vater. Er hatte seinen Vater vorher angewiesen, in sicherer Entfernung zu warten. Nachdem der Landwirt den Fällschnitt vorbereitet hatte, fiel er nach dem Warnruf den Baum und begab sich auf den Rückweichplatz. Bei der Fällung streifte der Baum einen benachbarten Baum und riss einen etwa drei Meter langen Ast ab, der weggeschleudert wurde. Als er sich nach der Fällung umsah, fand er seinen schwerverletzten Vater, der von dem Ast am Kopf getroffen wurde. Trotz Erster Hilfe und sofort eingeleiteter Rettung starb der Verletzte noch am Unfallort.

Unfallursache:

Im Gefahrenbereich (doppelte Baumlänge) darf sich bei einer Fällung außer dem Motorsägenführer niemand aufhalten. Der Landwirt hätte sich vor der Fällung vergewissern müssen, dass sein Vater an einem sicheren Ort stand.

4 Der Jagdpächter wollte seinen Ansitz besteigen. Als er die vorletzte Stufe der Leiter in circa drei Meter Höhe betrat, brach diese und er stürzte ab. Hierbei zog er sich mehrere Frakturen an Armen und Beinen zu.

Unfallursache:

Hochsitze sind der Witterung ausgesetzt und das verwendete Baumaterial verschleißt über die Zeit. Daher müssen Hochsitze mindestens einmal im Jahr und vor jeder Benutzung geprüft werden, was in diesem Falle nicht geschah. ■



Ansitze vor dem Aufstieg auf Stabilität überprüfen!

Unfallverhütungsvorschrift Jagd

Sicherheit geht vor

Die Schussabgabe von erhöhter Position bei Erntejagden und eine eindeutige Regelung zur Signalkleidung bei Gesellschaftsjagden wurden in die Hinweise der Unfallverhütungsvorschrift Jagd aufgenommen.

An einer Erntejagd auf einem Rapsfeld waren vier Jäger beteiligt. Auf Anweisung besetzten die Mitjäger einen Ansitzbock mit Kanzel, eine mobile Jagdeinrichtung und einen ebenerdigen Stand, während der Jagdleiter sich auf der anderen Feldseite mit einem Sitzstock dem Erntefortschritt folgend positionierte. Aus dem Rapsfeld traten zwei Füchse heraus. Der ebenerdig stehende Jäger erlegte einen Fuchs. Vom anderen Schützen wurde der zweite Fuchs erfolglos beschossen. Er hatte dazu seinen zugewiesenen Ansitzbock verlassen. Der Fahrer der Erntemaschine sah etwas Signalfarbenes am Boden liegen, als er zurückfuhr. Es war der Jagdleiter, der mit einer blutenden Kopfwunde am Boden lag. Drei Tage nach dem Jagdunfall verstarb der Verletzte. Bei der Obduktion wurde ein Geschossfragment in seinem Kopf gefunden. Solche und ähnlich tragische Unfallhergänge waren Anlass für uns, die Hinweise zur Unfallverhütungsvorschrift Jagd VSG 4.4 zu schärfen, um

damit noch mehr für den jagdlichen Arbeitsschutz zu sensibilisieren.

Zur Gefährdung bei der Schussabgabe

Unter den Hinweisen zu § 3 Ausübung der Jagd Absatz 4 „Ein Schuss darf erst abgegeben werden, wenn sich der Schütze vergewissert hat, dass niemand gefährdet wird“ heißt es nun zusätzlich „Eine Gefährdung ist zum Beispiel dann gegeben, wenn [...] bei Erntejagden die Schussabgabe ohne erhöhte jagdliche Einrichtung und ohne Beschränkung der Schussentfernung erfolgt.“ Die maßgebliche Funktion des Kugelfangs, insbesondere für Erntejagden, wird damit unterstrichen.

Zum Tragen von Signalkleidung

Das Tragen von Signalkleidung bei Gesellschaftsjagden findet sich unter § 4 Besondere Bestimmungen für Gesellschaftsjagden im Absatz 12: „Bei Gesellschaftsjagden müssen sich alle an der Jagd unmittelbar Beteiligten deutlich farblich von der Umgebung abheben.“ Zu dieser Regelung findet sich nun unter den Hinweisen: „Zur deutlichen farblichen Abhebung von der Umgebung eignet sich großflächige Oberbekleidung in Signalfarbe wie zum Beispiel Warnwesten.“ Die bisherige Aufzählung reichte von der gelben Regenjacke bis zum orangefarbenen Signalband am Hut, was mitunter zu Auslegungsproblemen führte. Mit dem einfachen Beispiel der signalfarbenen Warnweste oder wie auf dem Foto abgebildet der großflächigen Signalkleidung ist für alle an der Jagd direkt Beteiligten dem praktischen Wissensstand Rechnung getragen.



Die Schussabgabe von erhöhter Position bei Erntejagden und großflächige Signalkleidung bei Gesellschaftsjagden machen die Jagd sicherer.

LSV-INFO

Mehr Informationen zur Prävention bei Erntejagden finden Sie unter: www.svlfg.de/so-gelingt-die-erntejagd Die Unfallverhütungsvorschrift Jagd findet sich unter dem Suchbegriff: VSG 4.4 Die Präventionsbroschüre "B44 Erntejagd" können Sie kostenfrei bestellen unter: www.svlfg.de/broschueren-bestellen

Hauterkrankte suchen online Hilfe

Eine Befragung ergab, dass sich bei Hautkrankheiten mehr als die Hälfte der Betroffenen in sozialen Medien informieren.

besseres Verständnis, um das volle Potenzial zur Aufklärung über Hautgesundheit auszuschöpfen. Digitale Medien bieten eine Fülle von Möglichkeiten, seinen Hautzustand besser zu verstehen und sich effektiver mit Ärzten auszutauschen. Die Suche nach Ursachen, Diagnosen

Eigenbehandlungen zu vermeiden. Dies ist besorgniserregend, da Betroffene die Empfehlungen für digitale Gesundheitsangebote sehr schätzen würden. Eine Lösung könnte eine unabhängige und hochwertige digitale Plattform sein, die ein breites Spektrum an Gesundheitsinformationen von der Prävention bis zur Therapie von Hauterkrankungen bietet. Um dies zu erreichen, ist eine Zusammenarbeit zwischen Medizinern, Betroffenen und anderen Fachleuten unerlässlich.

Die Suche nach Informationen im Netz nimmt auch bei dermatologischen Themen stark zu. Wo liegen die Chancen und Herausforderungen und was sind die Auswirkungen?

Interessante Ergebnisse

Die Umfrage wurde im Zuge der Untersuchung „MEDI-DIGITAL“ von der Hautklinik der TU München in Kooperation mit der SVLFG durchgeführt. Über 1.000 Patientinnen und Patienten sowie fast 200 Hautärztinnen und -ärzte haben an einer deutschlandweiten Befragung teilgenommen. Mehr als die Hälfte der Betroffenen gab an, digitale Medien im Zusammenhang mit ihrem Hautzustand zu nutzen und stuften diese als wichtig ein.

Hautärzte hingegen betrachten diese Suche als weniger relevant und fragen im Gespräch mit den Betroffenen selten danach. Dabei sollte es auch für Ärzte bedeutsam sein, ob ein Vorwissen bei ihren Patienten besteht. So können sie eventuelle Fehlinformationen beseitigen. Darüber hinaus wünschen sich Menschen mit Hauterkrankungen gute Plattformen, um nachzulesen, was ihnen der Arzt zur Diagnose gesagt hat. Denn während des Arzttermins bleibt oft zu wenig Zeit, um wesentliche Punkte ausführlich besprechen zu können. Im Ergebnis erfordert diese Diskrepanz zwischen Patienten und Ärzten eine verbesserte Kommunikation und ein

und alternativen Behandlungsmöglichkeiten trieb die Befragten an, sich online zu informieren. Dabei verließen sie sich vor allem auf Suchmaschinen, Online-Nachschlagwerke und Gesundheitsinformations-Plattformen. Besonders interessant ist die große Bedeutung von Online-Selbsthilfegruppen für diejenigen, die derzeit nicht in ärztlicher Behandlung sind. Ganze 76 Prozent gaben an, diese zu nutzen. Über digitale Medien können sich Betroffene zudem mit anderen in ähnlichen Situationen vernetzen.

Handlungsbedarf bei der Qualität Schlecht bestellt war es um die Qualität der Gesundheitsinformationen in digitalen Medien. Hautärzte gaben daher an, nur teilweise digitale Plattformen zu empfehlen, um falsche

Einfluss digitaler Medien

Digitale Medien haben einen positiven Einfluss auf den Weg von ersten Symptomen bis zu ärztlichen Kontrollen. Zudem haben digitale Angebote das Potenzial, die Arzt-Patienten-Beziehung zu stärken. Dabei sind laut Befragten das Vertrauen, die digitalen Kenntnisse und Fähigkeiten der Betroffenen, die Offenheit der Hautarztpraxen gegenüber digitalen Angeboten und der digitalen Suche nach Gesundheitsinformationen sowie das Interesse an Fortbildungen zur Digitalisierung in der Medizin entscheidend.

Fazit

Die Integration digitaler Medien in die Gesundheitsversorgung bietet enorme Chancen, um die Arzt-Patienten-Beziehung und den Weg der Patienten zu verbessern. Eine digitale Plattform – das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) arbeitet an einer solchen – kann hochwertige Gesundheitsinformationen liefern und das Vertrauen zwischen Arzt und Patient stärken. Die Zukunft der Dermatologie liegt in der konstruktiven Nutzung digitaler Medien für eine optimale Versorgung und in einer engeren Zusammenarbeit zwischen Ärzten und Patienten.



Norbert Leben, Mitglied des Vorstandes der SVLFG

„Die Erntejagd ist besonders dynamisch und birgt oft große Gefahren. Die erhöhte Schussposition und das konsequente Tragen von Signalkleidung sind Maßnahmen, die zu mehr Sicherheit beitragen.“



Gesundheitstage für Saisonarbeitskräfte

Saisonarbeitskräfte sind häufig starker UV-Strahlung und Hitze am Arbeitsplatz ausgesetzt. Wir beraten vor Ort, wie sie ihre Gesundheit schützen können.

In diesem Sommer organisierten wir erstmals Gesundheitstage für Erntehelferinnen und Erntehelfer. Unsere Hauptthemen waren UV- und Hitzeschutz. Das Interesse war enorm. Möglich wurde die Sonderaktion durch Fördergelder des Bundesministeriums für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL). Franz Xavier Huber, Landwirt aus Reisbach in Bayern, nutzte unser Angebot.

Belegschaft hoch motiviert

Auf den Feldern der Familie Huber werden Gurken angebaut. Die Ernte übernehmen rumänische Saisonarbeitskräfte. Für die Betreuung der Arbeitskräfte ist überwiegend Enikö Huber zuständig. Die gebürtige Rumänin hat ein gutes Gespür für die Bedürfnisse der Beschäftigten. Weil sie die kulturellen Besonderheiten kennt und weil sie deutsch, rumänisch und ungarisch spricht, fällt es ihr leicht, einen guten Kontakt zu den Arbeitskräften herzustellen. Sie kann Aufträge klar und gut verständlich erteilen und den Beschäftigten die Wertschätzung für deren geleistete Arbeit glaubhaft vermitteln. Viele Mitglieder ihrer eigenen Familie sind unter den Beschäftigten, die Stimmung ist gut, die Motivation hoch. Hubers führen das gute Betriebsklima unter anderem auf ein respektvolles, freundliches Miteinander zurück.

„Wenn dieser Gesundheitstag unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter darin bestärkt, bei der täglichen Arbeit auf ihre Gesundheit zu achten, hat sich der Tag für uns alle bezahlt gemacht“, ist sich Franz Xavier Huber sicher. Thema des Gesundheitstages war der UV- und Hitzeschutz. „Wir arbeiten den ganzen Sommer draußen. Als ich von der SVLFG gehört

habe, wie stark weißer Hautkrebs bei uns in der Grünen Branche verbreitet ist, wurde mir erst richtig bewusst, dass wir alle uns noch besser schützen müssen.“ Dabei arbeiten die Beschäftigten von Franz Xavier Huber bereits unter guten Bedingungen. „Neben der Überdachung der Liegeflächen auf den Gurkenfliegern setzen wir auf körperbedeckende Kleidung und Sonnencreme. An sehr heißen Tagen beginnen wir bereits am frühen Morgen mit der Arbeit und machen nachmittags dafür früher Feierabend. Die Pausen können in den Shuttle-Bussen im Schatten verbracht werden. Auch Trinkpausen legen wir regelmäßig ein und achten darauf, dass die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer ausreichend trinken. Auf den Feldern stehen den Beschäftigten mobile Toiletten zur Verfügung“, erklärt der Unternehmer.

Großes Interesse

Franz Xavier Huber hatte damit gerechnet, dass die Beschäftigten am Gesundheitstag teilnehmen. Schließlich war es bezahlte Arbeitszeit. Von dem großen Interesse an den Gesundheitsthemen UV- und Hitzeschutz war er dennoch überrascht. „Damit hatte ich nicht gerechnet. Meine Frau übersetzte den Vortrag und nachdem wir uns selbst einer Melaninmessung unterzogen hatten, verloren die Beschäftigten ihre Scheu und nutzten das Angebot intensiv“, so Huber. „Jetzt kennen alle ihren Hauttyp. Sie haben gelernt, worauf sie während der Arbeit achten müssen, damit ihre Haut gesund bleibt, und was der Lichtschutzfaktor der Sonnencreme aussagt. Mit diesen Informationen können die Beschäftigten viel anfangen. Hautstellen wie unbedeckte Arme, Beine und das Ge-

sicht werden jetzt mit Sonnencreme geschützt“, so Huber. Ehefrau Enikö bekräftigt den Wert des Gesundheitstages. „Die Beschäftigten haben sich sehr über die Wertschätzung gefreut, die ihnen seitens der SVLFG entgegengebracht wurde. Sie fühlten sich von einer behördlichen Stelle gesehen und ernst genommen. Das erfüllte sie mit Stolz. Die Sonnencreme, die alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer bekommen haben, wurde gerne angenommen. Hubers profitieren zudem davon, dass nun eine offizielle Stelle betont hat: Arbeiten im Bikini oder mit nacktem Oberkörper schädigt die Haut und ist deshalb untersagt. „Solche Aussagen von externen Stellen wirken nach. Mein Eindruck ist, dass die Beschäftigten sich seit dem Gesundheitstag sorgfältiger vor Sonnenbrand schützen“, sagt Enikö Huber zufrieden.

Positives Resümee

„Das BMEL fördert 2023 insbesondere Gesundheitsaktionen für Saisonarbeitskräfte. Gemäß unseres Setting-Ansatzes informieren wir im Rahmen von Aktionen wie etwa betrieblichen Gesundheitstagen direkt vor Ort. Bei den Veranstaltungen für Erntehelferinnen und Erntehelfer erleben wir nun, wie groß das Interesse dieser Gruppe am Gesundheitsschutz ist. Die Beschäftigten empfinden die Veranstaltungen darüber hinaus als eine Anerkennung ihrer Leistung. Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber bewerten die Aktionstage als rundum positive Veranstaltungen im Sinne einer gelebten Präventionskultur. Diese Eindrücke bestätigen uns in unserem Tun“, so Reinhold Watzele, Leiter des Kompetenzzentrums Arbeit und Gesundheit. ■



Enikö Huber testete während des Gesundheitstages Kühlfunktionskleidung. Die Anschaffung ist für die kommende Saison geplant.



Das Interesse der Beschäftigten an Informationen zum Gesundheitsschutz war sehr groß.



Die Beschäftigten von Franz Xavier und Enikö Huber waren begeistert vom SVLFG-Gesundheitstag.



Präventionsfachmann Meinrad Fußeder bestimmte auf Wunsch den Hauttyp (Melaninmessung) und gab Tipps zum UV- und Hitzeschutz.



Für Franz Xavier und Enikö Huber hat der Gesundheitsschutz ihrer Beschäftigten höchste Priorität.

LSV-INFO

Unter www.agriwork-germany.de stellen wir Saisonarbeitskräften eine kostenlose Web-App in zehn Sprachen zur Verfügung. Drei neue Kurzfilme mit Tipps zu Arbeitsschutzmaßnahmen bei der Spargelernte finden Sie auf unserem YouTube-Kanal in der Playlist "Filme für Saisonarbeitskräfte".



Foto: marilyn barbone/Shutterstock.com

Die Entzündungskiller

Mit der richtigen Ernährung kann chronischen Krankheiten entgegen gewirkt werden.

Chronische Erkrankungen haben stark zugenommen. Auslöser sind sehr häufig permanente niedrig-gradige oder stille Entzündungen, die über Jahre unentdeckt bleiben. Dazu gehören Herz-Kreislauf-Erkrankungen, steigende Infektanfälligkeit und nachlassende Leistungsfähigkeit sowie Diabetes, Parkinson, Demenz und Multiple Sklerose, aber auch rheumatische Erkrankungen sowie Krebs und Ereignisse wie Schlaganfall und Herzinfarkt.

Lebensstil verantwortlich

Stress und Bewegungsmangel, aber auch Übergewicht und das damit verbundene Bauchfett fördern eine Übersäuerung und damit einhergehend Entzündungsprozesse im Körper. Durch gesunde Ernährung, die weder aufwendig noch teuer sein muss, lassen sich diese unmittelbar positiv beeinflussen bzw. lindern. Langfristig ist eine dauerhafte Ernährungsumstellung anzustreben.

Weg von Fertigprodukten

Fertigprodukte, Fastfood und vorverarbeitete Lebensmittel sind zu meiden, denn industriell bearbeitete Lebensmittel sind für unsere Gesundheit nicht zuträglich. So sind in

Deutschland 1.500 Nahrungszusatzstoffe für Geschmack, Geruch, Farbe, Konsistenz etc. zugelassen. In industriell hergestelltem Brot sorgen allein zehn Chemikalien dafür, dass es nicht an den Maschinen festklebt. Unser Darm kann diese Emulgatoren, Konservierungs-, Aroma- und Farbstoffe nur schwer abbauen. Dies kann zu Entzündungen und Autoimmunprozessen führen. Zudem enthalten die meisten Fertigprodukte versteckten Zucker. Übermäßiger Zuckerkonsum fördert Entzündungen. Die Weltgesundheitsorganisation empfiehlt einem Erwachsenen bei einer Kalorienzufuhr von 2.000 kcal nicht mehr als 50 Gramm Zucker pro Tag. Zur Orientierung: Ein Becher Fruchtjoghurt bis 250 Gramm enthält bis 36 Gramm Zucker, ein Glas Limonade circa 32 Gramm.

Frisch, regional und saisonal

Selber kochen ist wieder angesagt – mit viel frischem Obst und Gemüse von Wochenmärkten oder Bauernhöfen in der Nähe oder aus dem eigenen Garten. Dies muss nicht lange und weit transportiert werden, sondern kann zum Vollreifezeitpunkt geerntet werden. Es ist schmackhafter und garantiert den höchsten Gehalt an gesundheitsfördernden Inhaltsstoffen.

Entzündungshemmende Vitamine

Insbesondere die Vitamine C und E und das Pro-Vitamin Beta-Carotin wirken entzündungshemmend. Viel Beta-Carotin steckt in Tomaten, Karotten, Mangos, Orangen oder im

Grünkohl. Vitamin C ist vor allem in Gemüsepaprika, Petersilie, Blumenkohl, Fenchel, Kohlrabi, Rotkohl, Rosenkohl, Spinat, Feldsalat und Broccoli enthalten. Selbst die Kartoffel, einstmals als Dickmacher geschmäht, enthält viel Vitamin C. Weil dies wasserlöslich ist, sollte Kochwasser nicht weggegossen, sondern in Suppen oder Soßen weiterverarbeitet werden. Für alle Liebhaber der Tomatensauce: Lycopin, das in reifen Tomaten – und noch mehr in Dosentomaten sowie Tomatenmark – steckt, stärkt das Immunsystem und senkt das Krebsrisiko sowie den Blutdruck. Zudem enthalten Gemüse und Obst Spurenelemente, Mineralien sowie viele sekundäre Pflanzenstoffe. Sie wirken zellschützend, antimikrobiell und entzündungshemmend. Zwiebeln besitzen etwa 100 dieser bioaktiven Wirkstoffe, Äpfel und Tomaten sogar mehr als 300. Besonders viel Spurenelemente und Mineralien enthalten dunkelgrünes Blattgemüse und Spinat.

Zubereitung wichtig

Die meisten Vitamine nimmt zu sich, wer das Gemüse gleich nach der Ernte in rohem Zustand verzehrt – als Salat oder Snack mit Dip. Lange Lagerzeiten und Aufwärmen reduzieren den Vitamingehalt, gleiches gilt für langes Wässern oder Kochen. Daher ist Dünsten oder Dämpfen die bessere Wahl.

Im Winter, wenn die Auswahl an regionalem frischem Gemüse geringer ist, kann auf eiweißreiche Hül-

senfrüchte zurückgegriffen werden. Linsen-, Bohnen- oder Erbsensuppen enthalten viele Mineralstoffe sowie Spurenelemente, zum Beispiel Magnesium, Zink, Eisen und Selen.

Öfter heimisches Obst

Es müssen nicht immer Zitrusfrüchte oder die Kiwi sein – auch heimisches Obst wie Sanddorn, Hagebutte, Johannisbeeren, dunkle Kirschen, Trauben und Pflaumen enthalten viele gesunde Pflanzenstoffe. Sie kommen besonders in den Randschichten vor. Das Obst sollte also gut gewaschen und ungeschält gegessen werden. Vorsicht bei Fruchtsäften: Hier ist der Fruchtzuckeranteil zu beachten.

Die richtigen Fette essen

Trotz aller Verteufelungen in den letzten Jahrzehnten ist Fett wichtig für die Gesundheit. Allerdings ist Fett nicht gleich Fett. Meiden Sie gehärtete Fette bzw. Transfette, die in vielen industriell hergestellten Nahrungsmitteln stecken, so zum Beispiel in Pommes, Pizza, Burger, Croissants, Keksen, Chips, Erdnuss-Flips und Popcorn.

Omega 3 gegen Entzündungen

Menschen mit hohem Omega-3-Werten im Blut neigen laut einer Studie aus den USA von 2018 weniger zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Herzinfarkten oder Demenz. Gerade in der Schwangerschaft ist Omega 3 besonders wichtig für die Hirnentwicklung des Kindes. Diese Lebensmittel sind reich an Omega-3-Fettsäuren:

- Leinöl, Rapsöl, Walnussöl, Hanföl, Chia-Öl
- Makrele, Hering, Lachs, Sardelle

- Mikro-Algen
- Walnüsse, Mandeln, Pekanüsse
- Leinsamen, Kürbiskerne, Chiasamen, Sonnenblumenkerne

Wichtig: Omega-3-reiche Pflanzenöle wie Leinöl oder Leindotteröl nicht erhitzen, da diese mehrfach ungesättigten Fettsäuren sehr instabil sind.

Gewürze und wenig Fleisch

In gesundem Essen dürfen Gewürze und Kräuter nicht fehlen. Besonders gut wirken ätherische Öle in Kurkuma (in jedem Curry enthalten), Ingwer und Chili. Auch Nelken, Zimt, Kreuzkümmel, Muskat und Piment wirken anti-entzündlich. Gut zu wissen: Pfeffer verbessert die Aufnahme dieser wertvollen Inhaltsstoffe aus anderen Gewürzen und Nahrungsmitteln.

Fleisch steht bei vielen Ernährungsforschern aufgrund des hohen Gehalts an Arachidonsäure in Verdacht, Entzündungen und Schmerzen zu begünstigen. Es sollte also sparsam gegessen werden und dann qualitativ hochwertig sein.

Ernährungsberatung sinnvoll

Ernährungsempfehlungen müssen immer auf das persönliche Krankheitsbild und Lebensumfeld abgestimmt sein. Chronisch Kranke sollten sich vom Arzt eine Ernährungsberatung verordnen lassen. Eine Verordnung erhalten Versicherte der LKK, die wegen falscher Ernährung erkrankt sind oder deren Erkrankung durch eine Fehlernährung mitverursacht wurde. Die Landwirtschaftliche Krankenkasse erstattet ihren Mitgliedern 80 Prozent der Kosten, maximal 240 Euro für höchstens sechs Beratungen. Das

REGELN FÜR DEN ALLTAG:

- Täglich drei- bis fünfmal Obst und Gemüse essen, am besten saisonal und regional
- Regelmäßig Fisch zubereiten – mindestens einmal die Woche
- Wenig Fleisch essen
- Salat mit Leinöl oder Walnussöl anmachen und mit Walnüssen oder anderen Nüssen dekorieren
- Oft Gewürze wie Kurkuma, Ingwer oder Chili verwenden

kann zum Beispiel bei diesen Krankheiten der Fall sein: Stoffwechselerkrankungen wie Diabetes mellitus, Adipositas, Erkrankungen der Verdauungs- und Ausscheidungsorgane, Herz- und Kreislauferkrankungen, Bluthochdruck, Krebserkrankungen, Hauterkrankungen, Allergien, Osteoporose, Rheuma, Autoimmunerkrankungen, Nahrungsmittelunverträglichkeiten. Vor Beginn der Beratung sind eine ärztliche Verordnung und ein Kostenvoranschlag einzureichen. ■

LSV-INFO

Mehr Informationen gibt es online unter: www.svlfg.de/ergaenzende-leistungen-zur-rehabilitation-lkk Empfehlungen finden Sie auch auf der Internetseite der Deutschen Gesellschaft für Ernährung unter: www.dge.de/gesunde-ernaehrung/dge-ernaehrungsempfehlungen/

TRITTSicher In die Zukunft

„Trittsicher in die Zukunft“ – so heißt das neue Präventionsprogramm der SVLFG für ältere Menschen.

Wir führen das bisherige und sehr erfolgreiche Projekt „Trittsicher durchs Leben“ weiter und möchten mit dem neu konzipierten Bewegungsprogramm „Trittsicher in die Zukunft“ weitere Regionen in Deutschland erreichen. Inhaltlich geht es in dem Programm darum, ältere Menschen dabei zu unterstützen, langfristig ihre Selbstständigkeit zu erhalten.

Lange eigenständig bleiben

Das Präventionsprogramm startet zunächst in Sachsen-Anhalt, Thüringen, Sachsen, Mecklenburg-Vorpommern und Brandenburg. Es wird eine

KONSORTIALPARTNER UND UNTERSTÜTZENDE ORGANISATIONEN

- Deutscher Städte- und Gemeindebund, Berlin
- Robert Bosch Gesellschaft für medizinische Forschung, Stuttgart
- Institut für Gesundheitsökonomie und Versorgungsforschung Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf, Hamburg
- Institut für Epidemiologie und medizinische Biometrie Universität Ulm, Ulm
- Charité Universitätsmedizin, Forschungsgruppe Geriatrie, Berlin
- Deutscher Olympischer Sportbund, Frankfurt
- Deutscher Turner-Bund e. V., Frankfurt
- Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen, Bonn
- Landseniorenverband Thüringen e. V., Erfurt



Es wird auch ein Tablet unterstütztes Kursangebot geben.

Studie mit 3.000 Personen zwischen 70 und 90 Jahren durchgeführt, um das Bewegungsprogramm auf seine Wirksamkeit hin zu untersuchen. Die Ergebnisse sollen helfen, die Mobilität der älteren Menschen zu verbessern sowie das Sturzrisiko zu senken. Dadurch werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer unterstützt, möglichst lange im eigenen Zuhause zu leben.

Vorgänger und Blaupause ist „Trittsicher durchs Leben“

Das Gesundheitsangebot „Trittsicher durchs Leben“ wurde durch die SVLFG ab 2015 in fünf Bundesländern (Bayern, Baden-Württemberg, Hessen, Rheinland-Pfalz und Niedersachsen) nachhaltig implementiert. Durch die Zusammenarbeit der einflussreichen Organisationen im ländlichen Raum, wie SVLFG und die damaligen Partner Deutscher LandFrauenverband und Deutscher Turner-Bund, konnte eine tragfähige Infrastruktur aufgebaut werden. So ist „Trittsicher durchs Leben“ mittlerweile in vielen Gemeinden fest etabliert und es konnten bereits über 6.000 Kurse durchgeführt werden.

Die Kommunen als Partner vor Ort

Denselben Ansatz – ein flächendeckendes, auf die Bedürfnisse der Seniorinnen und Senioren zugeschnittenes Angebot an Bewegungskursen – verfolgt „Trittsicher in die Zukunft“. Auch die Vernetzung starker Institutionen vor Ort ist fester Bestandteil des Präventionsprogramms. Die SVLFG wird zusammen mit dem Deutschen Städte- und Gemeinde-

REGIONALKONFERENZEN ZUR VERNETZUNG: KOMMUNEN IM FOKUS

Zur Auftaktveranstaltung am 5. Juni 2023 kamen in Magdeburg rund 40 Vertreterinnen und Vertreter von Kommunen aus dem Umland sowie Multiplikatoren aus den Sektoren Gesundheit und Soziales zusammen. Petra Grimm-Benne, Sozialministerin von Sachsen-Anhalt, verwies in ihrem Eröffnungsvortrag auf die Dringlichkeit des Ausbaus präventiver Gesundheitsangebote in einer immer älter werdenden Gesellschaft und die bewegungsfreundliche Gestaltung der Kommunen.

bund (DStGB) knapp 30 Veranstaltungen durchführen, um die Partner auf kommunaler Ebene zusammenzubringen und die Entstehung von Netzwerken zu fördern.

Digitales Training

Ab 2024 werden die Bewegungskurse in zwei unterschiedlichen Formaten angeboten. Neben einem traditionellen Bewegungskurs vor Ort wird es auch ein neuartiges, Tablet unterstütztes Kursmodell geben – eine Mischung aus Präsenzterminen und Einheiten online. Die Tablets werden den Teilnehmenden und Kursleitenden kostenlos leihweise zur Verfügung gestellt. Da es sich bei dem Programm um ein sogenanntes Setting-Angebot handelt, kann die SVLFG dies nicht nur ihren Mitgliedern, sondern auch allen anderen gesetzlich Krankenversicherten anbieten. In den Kursen können ältere Menschen über neun Kurseinheiten je 60 Minuten durch Kraft- und Gleichgewichtsübungen ihre Sicherheit beim Stehen und Gehen verbessern. Zusätzlich werden Online-Einheiten für die Bereiche Ernährung und Sicherheit im eigenen Wohnumfeld angeboten. Auf diese Weise sollen auch die digitalen Kompetenzen der Seniorinnen und Senioren langfristig gestärkt werden. Derzeit werden Schulungen für interessierte Übungsleiterinnen und Übungsleiter sowie Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten vorbereitet, außerdem Informationsveranstaltungen für Kommunen, die ihren Seniorinnen und Senioren das innovative Präventionsangebot anbieten wollen.



LSV-INFO

Mehr Informationen zu „Trittsicher durchs Leben“ gibt es unter: www.trittsicher.org
Ausführliche Infos zu unserem neuen Präventionsangebot gibt es unter: www.zukunft-trittsicher.de

Gesundheitsangebote mit freien Plätzen

Infos unter 0561 785-10512 und per Mail an: gruppenangebote@svlfg.de

Betriebsübergabe – ein Gesundheitsthema

Hotel Schröder 27419 Groß Meckelsen	05.03. – 08.03.2024	Christine Leicht Tel. 0561 785-16381
Hotel Kunz 66954 Pirmasens	26.02. – 29.02.2024	Heike Sprengel Tel. 0561 785-16437
Bildungshaus Kloster St. Ulrich 79283 Bollschweil	02.01. – 05.01.2024	Christiane Mayer Tel. 0561 785-16416
Hotel Summerhof 94086 Bad Griesbach	18.03. – 21.03.2024	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071

Betriebsaufgabe – auch ein Gesundheitsthema

Gesundresort feelMOOR 88410 Bad Wurzach	05.02. – 08.02.2024	Christiane Mayer Tel. 0561 785-16416
Hotel Summerhof 94086 Bad Griesbach	15.01. – 18.01.2024	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071

Trainings- und Erholungswoche für pflegende Angehörige

Landgrafenklinik 31542 Bad Nenndorf	12.11. – 19.11.2023	Heike Sprengel Tel. 0561 785-16437
Klinik Wildetal 34537 Bad Wildungen	27.10. – 03.11.2023 15.03. – 22.03.2024	Hans Uwe Schäfer Tel. 0561 785-17385
Klinik Solequelle 59597 Bad Westerkotten	06.12. – 13.12.2023 10.01. – 17.01.2024	Hans Uwe Schäfer Tel. 0561 785-17385
Gesundheitspark Hohenfreudenst. 72250 Freudenstadt	26.11. – 03.12.2023	Wolfgang Michel Tel. 0561 785-14502
Reha-Klinik FRISIA 83646 Bad Tölz	22.11. – 29.11.2023 29.11. – 06.12.2023	Sieglinde Schreiner Tel. 0561 785-16166
Klinik Rosenhof 84364 Bad Birnbach	03.12. – 10.12.2023 14. – 21.01., 04. – 11.02.2024	Sieglinde Schreiner Tel. 0561 785-16166
Klinik Kaiser Trajan 93333 Bad Gögging	10.12. – 17.12.2023 21. – 28.01., 18. – 25.02.2024	Sieglinde Schreiner Tel. 0561 785-16166
Hescuro Kliniken 97708 Bad Bocklet	17.04. – 24.04.2024	Hans Uwe Schäfer Tel. 0561 785-17385

Gesundheit kompakt

Gesundresort feelMOOR 88410 Bad Wurzach	08.01. – 11.01.2024 04.03. – 07.03.2024	Annette Angeli Tel. 0561 785-12994
Hotel Summerhof 94086 Bad Griesbach	23. – 26.10., 04. – 07.12.2023 22. – 25.01., 26. – 29.02.2024	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071

Stressmanagement

Gesundheitspark Hohenfreudenstadt 72250 Freudenstadt	21.11. – 24.11.2023 17.01. – 20.01.2024	Christiane Mayer Tel. 0561 785-16416
Gesundresort feelMOOR 88410 Bad Wurzach	02.11. – 05.11.2023 31.01. – 03.02.2024	Christiane Mayer Tel. 0561 785-16416
Hotel Summerhof 94086 Bad Griesbach	31.01. – 03.02.2024	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071
Kneipp-Bund Hotel Heikenberg 37431 Bad Lauterberg	28.11. – 01.12.2023	Heike Sprengel Tel. 0561 785-16437

Stark gegen Stress

Klinik Kaiser Trajan 93333 Bad Gögging	12.11. – 25.11.2023	Sieglinde Schreiner Tel. 0561 785-16166
Hotel Fürstenhof 31812 Bad Pyrmont, Staatsbad	21.01. – 03.02.2024	Heike Sprengel Tel. 0561 785-16437

Online-Seminare

Online-Trainings- und Erholungs- woche für pflegende Angehörige	07./09./14./16.11.2023 (Dauer vier Tage)	Julia Schaller Tel. 0561 785-16399
Digitale Pflegestammtische	19.10.2023 14.12.2023	Julia Schaller Tel. 0561 785-16399
Online-Stress-Serie	22.01./29.01./05.02./12.02./ 19.02./08.04.2023	Christine Leicht Tel. 0561 785-16381

Jetzt zum Download



Wissen modern vermitteln:
Mit den Infografiken zur Azubi-Gesundheitsstudie