

LSV kompakt

MAGAZIN FÜR SICHERHEIT & GESUNDHEIT

www.svlfg.de

03 | 2022



ACKER*R*ACKER



**LANGSAMER IST SCHNELLER**

Durchschnittlich 5.880 Unfälle pro Jahr im Umgang mit Rindern belegen das hohe Risiko. Baulich und technisch kann dem ebenso entgegengewirkt werden wie durch ein ruhiges und bedachtes Vorgehen.

4

**VON ANFANG AN DABEI**

Nordgrün, Garten- und Landschaftsbauunternehmen, Nürnberg, nutzt den Sicherheitstechnischen Dienst seit über 20 Jahren. Ein Erfahrungsbericht.

12

**VON MENSCHEN MIT BEHINDERUNG**

Wolfgang Bauer hat bei einem Arbeitsunfall seine Hand verloren. Mit seiner Erfahrung als Betroffener berät er andere Unfallopfer in dieser schweren Lebenssituation.

16

HAUTKREBS-SCREENING

Um Hautkrebs frühzeitig bekämpfen zu können, ist es wichtig, die Früherkennungsuntersuchungen zu nutzen. Aber nur 20 bis 25 Prozent der 35- bis 80-Jährigen nehmen das kostenlose Angebot wahr.

22

Zum Titelbild:

Die Kinder der Kindertagesstätte „Astrid-Lindgren-Haus“ in Baunatal bauen Gemüse auf ihrem eigenen Acker an. Stolz zeigen die Kinder ihren Gemüsegarten.

||||| ■ KURZ GESAGT

Liebe Leserinnen und Leser,

qualifizierte Mitarbeitende zu finden und zu halten, ist in der Grünen Branche zu einer Herausforderung geworden. Lesen Sie auf den Seiten 6 und 7, was Heinz Achatz unternimmt, damit sich die Beschäftigten in seinem GaLaBau-Unternehmen wohlfühlen. Wir als SVLFG unterstützen Unternehmerinnen und Unternehmer dabei, sichere und gesunde Arbeitsbedingungen zu schaffen.

Die Unfallzahlen 2021 zeigen in den grünen Berufen eine erfreuliche Entwicklung: Die Unfälle mit einer Arbeitsunfähigkeit über drei Tage sind gegenüber dem Vorjahr um 3,9 Prozent rückläufig, im Fünfjahrestrend sogar um ein Viertel. In unseren Präventionsanstrengungen werden wir auch weiterhin nicht nachlassen. Für Rinderhalter geben wir auf den Seiten 4 und 5 Informationen und Praxistipps zum sicheren Verladen und Transport von Rindern.

Die SVLFG hat sich als Partner im ländlichen Raum zum Ziel gesetzt, das Bewusstsein für gesunde Ernährung und einheimische Lebensmittel zu stärken. Wir möchten, dass Kinder den regionalen Anbau von Lebensmitteln vor Ort miterleben und Landwirtschaft von klein auf kennenlernen. Deshalb ermöglichen wir als Kooperationspartner von Acker e. V. 100 Kindertagesstätten, am Bildungsprogramm „AckerRacker“ teilzunehmen. Mehr darüber lesen Sie auf Seite 18.

Haben Sie sich schon einmal geärgert, dass ein Arzt nicht alle Informationen zu Ihren früheren Behandlungen hatte? Das können LKK-Versicherte selbst ändern! Auf Seite 23 stellen wir Ihnen die Vorteile der elektronischen Patientenakte (ePA) vor. Nutzen Sie die ePA-App! Mit weiteren digitalen Angeboten möchten wir die Chancengleichheit in der Versorgung fördern. Deshalb berichten wir in LSV kompakt in jeder Ausgabe über unsere digitalen Services im Versichertenportal.

Wir wollen, dass Sie mit unseren Leistungen zufrieden sind. Nutzen Sie unsere unkomplizierte digitale Kommunikation und unsere persönliche Beratung nebeneinander, ganz individuell, so wie es Ihre Situation erfordert.

Herzlich Ihr

Christl W.

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: Krögers Buch- und Verlagsdruckerei GmbH, Industriestraße 25 a, 22880 Wedel. Bei den Adressangaben werden die Bestimmungen des Datenschutzes beachtet.



Walter Heidl, Vorstandsvorsitzender der SVLFG



||||| ■ ALTERSKASSE

Neue Befreiungsgrenze seit 1. Oktober

Bislang reichten 4.800 Euro regelmäßiges außerlandwirtschaftliches Jahreseinkommen, um sich von der Versicherungspflicht zur LAK befreien zu lassen. Seit 1. Oktober 2022 hat sich die Grenze auf 6.240 Euro jährlich (520 Euro monatlich) erhöht. Das Arbeitsentgelt aus einem Minijob reicht demnach nicht mehr für eine Befreiung aus. Wer jedoch am 30. September 2022 bereits befreit war, genießt Besitzstand: Sie bleiben befreit, solange das außerlandwirtschaftliche Einkommen regelmäßig die bisherige Grenze von 4.800 Euro jährlich übersteigt. Personen, die aufgrund von außerlandwirtschaftlichem Einkommen befreit sind und die wieder Beiträge zur LAK zahlen möchten, können bis zum 31. März 2023 schriftlich erklären, dass ihre Befreiung rückwirkend zum 30. September 2022 enden soll. Dies kann sinnvoll sein, um mit der Beitragszahlung eine Rentenanswartschaft zu sichern oder eine bestehende zu erhöhen.



||||| ■ GESUNDHEIT

Neue Ernährungsbroschüre „Power für den Arbeitstag“

Bewusste Ernährung spielt in der Grünen Branche eine wichtige Rolle. Mit „Power für den Arbeitstag – Richtiges Essen am Arbeitsplatz zählt sich aus!“ hat die SVLFG ihre neue Ernährungsbroschüre veröffentlicht. Unter dem Motto „Mit der richtigen Energie den Arbeitsalltag meistern!“ richtet sie sich explizit an Outdoor-Worker. Auf 28 Seiten erfahren Leser und Leserinnen, wie sie leicht gesunde Mahlzeiten zubereiten und einen ausgewogenen Speiseplan zusammenstellen, um leistungsstark durch den Arbeitsalltag zu kommen und das eigene Wohlbefinden zu verbessern. Neben Tipps für einfache Rezepte werden praktische Hinweise zum Transport von Mahlzeiten und zur Aufbewahrung unterwegs gegeben. Die Ernährungsbroschüre steht auf unserer Webseite zur Verfügung.

zum Download:
www.svlfg.de/b49



||||| ■ LKK-KURZKUR NOCH ATTRAKTIVER

Volle Erstattung der Kurskosten bei Kurzkuren seit 1. August

Die Landwirtschaftliche Krankenkasse (LKK) bietet ihren Versicherten präventive Kompaktangebote in Kurzkureinrichtungen an. Für Kurzkuren ab dem 1. August 2022 gilt, dass die in der Teilnahmebescheinigung der Kurzkureinrichtung angegebenen Kurskosten für LKK-Versicherte vollständig übernommen werden. Sie erhalten damit künftig die Kosten zu 100 Prozent erstattet. Das Kompaktangebot ist für Versicherte der LKK attraktiv, da die hohe zeitliche Beanspruchung und die unregelmäßigen Arbeitszeiten eine Teilnahme an Präventionskursen häufig nicht zulassen. Die Kurzkuren sind bei der LKK zu beantragen und müssen vor Buchung genehmigt sein. Bei Fragen zu den Programmen, deren Dauer und zu Terminen wenden sich Interessierte an die jeweiligen Einrichtungen. Mehr Informationen stehen online unter: www.svlfg.de/lkk-kurzkuren

||||| ■ AKKUTECHNIK

Lithium-Ionen-Akkus sicher transportieren

Werden Lithium-Ionen-Akkus beim Transport beschädigt, können sie in Brand geraten. Beutel mit einem Granulat aus Siliziumdioxid schaffen Abhilfe. Sie werden zusammen mit den Akkus in einer dafür zugelassenen, feuerfesten Box transportiert. Bei einer Beschädigung binden sie austretendes Elektrolyt, bei Temperaturen ab 900 Grad kapseln sie die Akkus ein und verhindern so einen Brand.

Mehr Infos zum sicheren Arbeiten mit Lithium-Ionen-Akkugeräten unter: www.svlfg.de/akkutechnik

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
Sicherheitstechnischer Dienst	0561 785-10900

Rinder sicher verladen

Langsamer ist schneller

Bauliche Einrichtungen, technische Hilfsmittel und ein ruhiges, bedachtes Vorgehen sorgen für ein hohes Maß an Sicherheit beim Verladen von Rindern.

In den vergangenen fünf Jahren ereigneten sich jährlich durchschnittlich 5.880 Unfälle beim Umgang mit Rindern, im Schnitt endeten davon sieben pro Jahr tödlich. Im Zusammenhang mit dem Auf- und Abladen sowie dem Transport der Tiere verletzten sich im vergangenen Jahr 257 Menschen; zwei Versicherte starben an ihren Verletzungen. Die Unfallverhütungsvorschrift Tierhaltung – VSG 4.1 sieht daher vor, dass für das sichere Verladen von Tieren geeignete Einrichtungen und Hilfsmittel verwendet werden. Darunter sind Verladerampen mit rutschhemmendem Bodenbelag, seitliche Begrenzungen von Verladerampen oder Panels zu verstehen.

Bei der Planung fängt es an
Bereits bei der Planung und dem Bau von Stallanlagen kann der Grundstein für das spätere sichere Verladen gelegt werden. So bewähren sich fest installierte oder mobile Treibgatter in Kombination mit vollwandigen Treibgängen in der Praxis. Diese erlauben stressarmes und sicheres Arbeiten. Wichtig ist eine ausreichende Höhe und Stabilität der einbezogenen Elemente und Bauteile. Auch in älteren Ställen gibt es individuell angepasste Möglichkeiten, einen Verladebereich nachträglich zu integrieren. Insbesondere im Außenbereich sollte dabei auf einen rutschfesten Bodenbelag geachtet werden.

Praxistipp:
Eine leichte Steigung der Rampe vermeidet die Pfützenbildung.

Rinder wollen dorthin gehen, wo sie herkommen
Wenn die natürlichen Verhaltensweisen berücksichtigt und die richtigen Treibetechniken angewendet werden, verstehen Rinder leichter, was wir von ihnen wollen. Zum Beispiel unterstützt eine gebogene Form der Treibgänge die Bewegung der Tiere, denn diese stimuliert deren Fluchtinstinkt und Neugierde. Weiterhin begünstigt eine gezielte Beleuchtung die Vorwärtsbewegung der Tiere.

Praxistipp:
Die Beleuchtung scheint im Idealfall von hinten in den Viehtransporter.

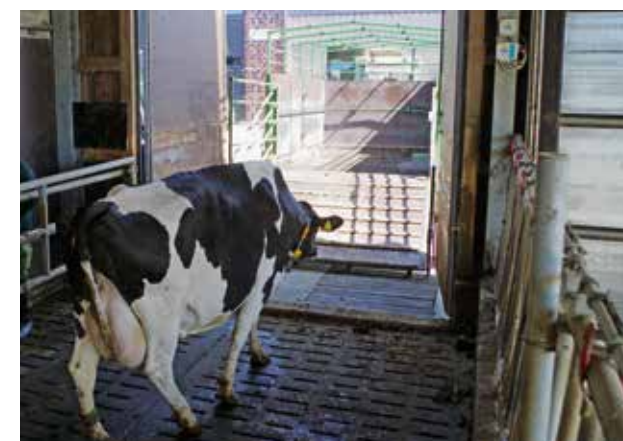
Das indirekte Licht vermeidet eine Blendung der Rinder. Dies ist wichtig, weil das Rinderauge viel sensibler auf blendendes Licht reagiert als das Auge des Menschen. Die Anpassung



Bevor es losgeht: klare Aufgabenverteilung und notwendige Absprachen mit allen Beteiligten



Gut durchdacht: Ein Verladebereich kann von mehreren Mastställen genutzt werden, Schwenkgatter verhindern ein Zurückweichen der Tiere.



Lassen Sie den Tieren genügend Zeit, sich an die Lichtverhältnisse zu gewöhnen und die Situation zu sondieren.



Mit Bändern in hellen Farben (weiß, rot, gelb) lassen sich die Tiere bremsen, wenn sie diese nicht gewöhnt sind.

vom Dunklen ins Helle dauert beim Rind etwa fünfmal länger als beim Menschen. Folge: Die Tiere zögern oder stoppen bei starken Lichtkontrasten oder Schattenwurf.

Mit absenkbarem Transportfahrzeug oder Verladerampe
Die Nutzung eines absenkbaren Viehtransportwagens oder eines erhöht liegenden Verladebereichs ermöglicht einen ebenerdigen Einstieg. Wo dies nicht möglich ist, kom-

men Fahrzeuge mit Verladerampen zum Einsatz. Für die Sicherheit von Mensch und Tier muss darauf geachtet werden, dass die Verladerampen an Transportfahrzeugen seitlich geschlossen (blickdicht) sind. So wird ein Ausweichen des Rindes zur Seite verhindert. Zudem sollte der Neigungswinkel der Rampe so flach wie möglich (maximal 20°) verlaufen. Die Rampe sollte mit einem rutschhemmenden Belag und Gleitrippen versehen sein.

se bereits am Vorabend des Verladetages selektiert und in Wartebuchten getrieben. Hierbei ist es vorteilhaft, wenn diese Rinder weiterhin Sichtkontakt zu anderen Tieren aus dem Stall haben.

Praxistipp:
Es empfiehlt sich, die Tiere vor dem Verladevorgang (früh am Morgen) anzufüttern, um Stress abzubauen und die Tiere abzulenken.

LEITFRAGEN VOR DEM VERLADEN

1. Wie viel Zeit steht zur Verfügung?
2. Welche baulichen und technischen Hilfsmittel sind verfügbar?
3. Wie viele Personen können beim Treiben und Verladen helfen?
4. Haben alle Helfenden Erfahrungen im Umgang mit Rindern?
5. Wer gibt das Kommando, wie getrieben und verladen wird?
6. Sind ausreichend Treibhilfen und Fluchtmöglichkeiten vorhanden?
7. Gibt es auffällige Rinder, über die jeder informiert sein sollte?
8. Sind alle Helfer ruhig und entspannt?
9. Gibt es einen Plan B?
10. Wird nach dem Verladen oder am folgenden Tag darüber gesprochen, wie jeder das Verladen empfunden hat und was verbessert werden kann?

Praxistipp:
Stroh oder Sägespäne auf der Rampe reduziert die Schwellenangst der Tiere.

Verlängerten Arm nutzen

Ein Treibstock als Armverlängerung dient dazu, den Kontakt zum Tier auch über eine gewisse Distanz herzustellen und es zu lenken. Besonders beim Treiben mehrerer Tiere ist die Verlängerung hilfreich. So können auch die Tiere gefahrlos gelenkt werden, die inmitten der Gruppe Schutz suchen. In der Regel handelt es sich bei diesen Tieren um Leittiere. Werden diese gezielt bewegt, trägt das maßgeblich zum Erfolg des Verladens bei. Auch andere Hilfsmittel wie zum Beispiel Flatterband können das Verladen erleichtern.

Planen, vorbereiten und Tierversand beweisen

Für ein sicheres und stressfreies Verladen werden die Tiere idealerweise

Neben den baulichen Gegebenheiten und entsprechenden Hilfsmitteln spielt der Mensch eine entscheidende Rolle. Beim Verladen kommt es darauf an, dass alle Beteiligten tierversandig sind und entspannt agieren. Nervosität und Hektik übertragen sich auf die Tiere und können für alle zur Gefahr werden. Der richtige Umgang und das Verständnis für die natürlichen Verhaltensweisen von Tieren stellen einen wichtigen Bestandteil der Arbeitssicherheit dar. Wir führen deshalb spezielle Kurse für Rinderhalter durch. Bei Neu- und Umbaumaßnahmen bieten wir eine kostenlose Bauberatung durch unseren Außendienst direkt vor Ort im Betrieb an.

LSV-INFO

Weitere Informationen zur sicheren Rinderhaltung und die Ansprechpartner für Ihre Region finden Sie unter: www.svlfg.de/rinderhaltung



Multifunktionsanbaugerät für den Bagger

Rückenbelastende Arbeiten mit Schaufel und Schubkarre übernimmt bei der AGALA GmbH der Tiltrotator. „Das innovative Anbaugerät ist beweglich in alle Richtungen. Es funktioniert wie ein Handgelenk und ersetzt zwei Hilfskräfte“, sagt Heinz Achatz. „Die Fahrer wurden intensiv geschult und sind hochmotiviert. Wir sind alle sehr zufrieden.“



Arbeitsorganisation im Baustellencontainer

„Ich habe den Beschäftigten bei der Planung und Einrichtung des Containers freie Hand gelassen. Sie wissen am besten, was sie brauchen und wie sie ihre Arbeitsgeräte sinnvoll und gut geschützt aufbewahren. Sie haben den Container in meinen Augen sehr funktional und übersichtlich eingerichtet. Ich hätte das nicht besser machen können“, lobt Achatz. Der Container bietet den Mitarbeitern nun Schutz vor Witterungseinflüssen und Platz, um sich bei Bedarf darin aufzuhalten. Er ist ausgestattet mit einem Kühlschrank und einem Kaffeeautomaten. Alle Arbeitsgeräte und -maschinen, Hilfsmittel, Erste-Hilfe-Materialien und die Persönliche Schutzausrüstung sind übersichtlich aufgeräumt und griffbereit.



Gute Mitarbeiter sind mein Kapital

Für beide Seiten ein Gewinn: Unternehmer Heinz Achatz motiviert seine Beschäftigten mit Hilfe einer gelebten Unternehmens- und Präventionskultur.

Qualifizierte Mitarbeitende im Garten- und Landschaftsbau zu finden und zu halten, ist eine Herausforderung. Heinz Achatz' Lösung des Problems lautet: „Ich Sorge dafür, dass es den Beschäftigten in meinem Unternehmen gut geht. Wir sind ein Team. Ich höre mir an, was sie sich wünschen, um gut, sicher und gesund arbeiten zu können. Soweit es mir möglich ist, setzen wir diese Ideen gemeinsam um.“

Das sagt die SVLFG

Die Unternehmenskultur in der AGALA GmbH ist vorbildlich. Im

Betrieb herrscht respektvolles und freundliches Miteinander vor. Heinz Achatz kennt die Gefährdungen auf seinen Baustellen und sorgt gemäß der Gefährdungsbeurteilung für Sicherheit und Gesundheitsschutz. Darüber hinaus delegiert er Verantwortung und drückt auch darüber seine Wertschätzung aus. Er vermittelt den Beschäftigten, dass er ihre Bedürfnisse wahrnimmt und ihre Wünsche in Bezug auf Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz umsetzt, sofern ihm das möglich ist, auch wenn diese den üblichen Standard übersteigen. ■

LSV-INFO

Unter www.svlfg.de/praeventionskultur finden Sie Tipps und Informationen zur Verbesserung der Unternehmens- und Präventionskultur sowie Beispiele, wie andere Betriebe für gesunde, sichere Arbeitsbedingungen sorgen.



UV- und Wetterschutz

Die Beschäftigten verfügen über eine ausreichende Menge hochwertiger Arbeitskleidungsstücke, die vor Witterungseinflüssen schützen. Für einen höheren Tragekomfort sind die Funktionsshirts der Arbeitnehmer mit Baumwolle unterfüttert. In der heißen Jahreszeit stellt der Arbeitgeber außerdem Kappen und Strohhüte zum Sonnenschutz. Neu angeschafft wird Kühlfunktionskleidung. Im Bild: Heinz Achatz trägt eine Warnweste mit Kühlfunktion. Zum Schutz vor UV-Strahlung an wechselnden Arbeitsstätten hat Heinz Achatz stabile Sonnenschutzpavillons gekauft. „Darunter lässt sich viel länger konzentriert arbeiten“, beschreibt ein Mitarbeiter seine Erfahrungen.

Sicherheitsschuhe Gut zu(m) Fuß!

Wenn der Sicherheitsschuh drückt, kann das besonders für Menschen mit Diabetes schlimme Folgen haben.

Diabetikerinnen und Diabetiker leiden häufig unter dem diabetischen Fußsyndrom. Nerven und Gefäße an den Füßen sind geschädigt, die Füße werden schlechter durchblutet und es kann zu Gefühlsstörungen bis hin zu Taubheitsgefühlen in den Füßen kommen. Häufig geht der diabetische Fuß mit trockener und rissiger Haut einher.

Besondere Gefahren

Bedingt durch die Nervenstörung in den Füßen stolpern und stürzen Betroffene leichter. Auch spüren sie Temperaturunterschiede an den Füßen kaum. In Verbindung mit der schlechteren Durchblutung neigen Diabetikerinnen und Diabetiker leichter zu Erfrierungen an den Füßen, wenn sie lange Zeit bei großer Kälte im Freien arbeiten. Auch sind die Füße zuckerkrankter Personen schmerzempfindlicher. Sie bemerken deshalb erst spät, wenn Schuhe zu eng sind oder scheuern. So können sich aus Druckstellen und Blasen schwere, schlecht heilende Verletzungen entwickeln, die zu Infektionen neigen.

Adaptierte Einlagen nutzen

Auf eine ärztliche Verordnung hin analysieren Orthopädie-Schuhmacherinnen und -Schuhmacher die Druckverteilung im Fuß. Das Ergebnis ist eine Grundlage für die Versorgung mit Weichbettungseinlagen. Wichtig: Kaufen Sie nur Sicherheitsschuhe, die laut Hersteller für diabetisadaptierte Einlagen geeignet sind.

Füße pflegen und verwöhnen

Kümmern Sie sich besonders gut um Ihre Füße, wenn Sie an einem diabetischen Fußsyndrom leiden. Ruth Trenkler, Präsidentin des Deutschen Verbandes für Podologie (ZFD) e. V., rät: „Gehen Sie zu einer medizinischen Fußpflegerin oder einem medizinischen Fußpfleger. Wenn Sie an krankhaften Schädigungen der Haut und der Zehennägel bei nachweisbaren Gefühlsstörungen der Füße infolge Diabetes mellitus leiden, übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen dafür die Kosten. Eine Verordnung erhalten Sie bei Bedarf in Ihrer Arztpraxis. Ob bei Ihnen die Voraussetzungen vorliegen, entscheidet Ihr behandelnder Arzt. Stellen Sie Veränderungen an Ihren Füßen fest, lassen Sie diese von ärztlicher Seite abklären. Behandeln Sie Druckstellen und Wunden nicht selbst.“ Gönnen Sie Ihren Füßen außerdem ein tägliches Fußbad, tupfen Sie die Füße vorsichtig trocken und entfernen Sie Hornhaut sanft. Feilen Sie Ihre Fußnägel nur bis zur Zehenkuppe und cremen Sie die trockenen Füße ein. Auch wichtig: Tragen Sie nur Strümpfe mit einem hohen Baumwollanteil ohne störende Nähte und wechseln Sie Ihre Strümpfe täglich. ■

KAUFBERATUNG: SICHERHEITSSCHUHE FÜR DIABETIKER

Namhafte Sicherheitsschuhhersteller bieten spezielle Schuhe an, welche die Anforderungen von Personen mit Diabetes erfüllen. Darauf sollten Sie achten:

- besonders hohe und breite Zehenschutzkappen
- keine innenliegenden Nähte oder Kanten
- atmungsaktives, weiches Innenfutter
- weiches, hautfreundliches und atmungsaktives Obermaterial
- spezielle Polsterung im Knöchel- und Achillessehnenbereich, um Druckstellen zu vermeiden
- weiches, anpassbares und außen liegendes Schnürsystem mit gepolsterter Lasche
- ein Schaftaufbau und eine Schaftkonstruktion, die auch ein nachträgliches Einlegen von Schuheinlagen regelkonform möglich machen
- besonders weite Passform (Weiten 13, 14 und 15)

Tragen Sie zwei Paar Sicherheitsschuhe im Wechsel und achten Sie darauf, dass die Schuhe nach dem Tragen auch innen trocken sind, bevor diese wieder zum Einsatz kommen.

LSV-INFO

Fragen zu Sicherheitsschuhen beantwortet das SVLFG-Team **Gesunde Arbeit** telefonisch unter: 0561 785-10010 sowie per E-Mail an das Postfach: bgf-koordinierungsstelle@svlfg.de

Unsere Online-Schulung „Schöne Grüße an die Füße“ erklärt, was Ihren Füßen gut tut und berät zum Kauf von Sicherheitsschuhen.

Über die Hälfte aller Trägerinnen und Träger von Sicherheitsschuhen sind unzufrieden mit ihrem Schuhwerk. Laut einem Bericht des Instituts für Gesundheitsförderung und -forschung äußerten 54 Prozent von ihnen, dass sie ihre Sicherheitsschuhe als unbequem empfinden. Bemängelt wurde unter anderem, dass die Schuhe schlecht passen, dass sie drücken oder scheuern. Beschwerden gab es auch über nicht atmungsaktives Material. Bei manchen Modellen sei die Passform sogar so schlecht, dass die Zehen nicht mehr geschützt seien.

Wo drückt der Schuh?

Die Konsequenz ist klar: Unbequeme oder nicht passende Schuhe bleiben im Schrank. Und sollte der Träger nicht bemerken, dass seine Schuhe falsch sitzen, nehmen die Füße auf Dauer sogar Schaden. Dass letzteres nicht selten der Fall ist, wissen Kirsten Brandt und Meinrad Fußeder. Sie sind zwei der SVLFG-Präventionsfachleute, die Schulungen zur Fußgesundheit anbieten. „Rund 82 Prozent aller Deutschen tragen Schuhe, die nicht richtig passen. Die Folgen sind Fußfehlstellungen, Deformierungen der Zehen, Fehlbelas-

tungen des Muskel-Skelett-Systems und Rücken- sowie Kopfschmerzen. So wird irgendwann jeder Schritt zur Qual, die Arbeit macht keinen Spaß mehr und im schlimmsten Fall fällt man krankheitsbedingt aus“, so Fußeder. Eine schnelle Information, ob der Sicherheitsschuh richtig passt, gibt der Innensohlentest. Kirsten Brandt rät daher: „Nehmen Sie die Sohlen aus den Schuhen und stellen Sie sich darauf. Die Schuhgröße ist richtig, wenn die Sohlen 1,5 cm länger und etwas breiter sind als Ihr Fuß. Wenn Sie die Schuhe tragen, sollten sich Ihre Zehen frei bewegen können. Die Zehenschutzkappe muss alle Gelenke überdecken.“

Damit der Schuh richtig passt

Wenn Schuhe nicht passen, liegt es nicht immer am Modell. Oft werden sie zum Beispiel in der falschen Größe gekauft. Fußeder rät: „Kaufen Sie Ihre Sicherheitsschuhe im Fachhandel. Dort werden Ihre Füße vermessen und mit Ihnen gemeinsam das passende Modell ausgesucht. Frauen sollten sich auf keinen Fall mit kleinen Männergrößen abspesen lassen. Die Anatomie des Frauenfußes ist eine andere als die des Männerfußes.“ Besonders wichtig ist die Beratung im Fachhandel für Menschen, die bereits Füße mit Fehlstellungen haben, und für Diabetiker.

Wellness für die Füße

Der passende Schuh ist wichtig für die Fußgesundheit. Darüber hinaus kann jeder durch häufiges Barfußlaufen auf natürlich gewachsenem Boden, Fußgymnastik, Fußmassagen, Hygienemaßnahmen und durch Pflege dafür sorgen, dass die Füße lange gesund und schmerzfrei bleiben.

Regelmäßige Gymnastik tut den Füßen gut.

Das Angebot der SVLFG

In ihren Online-Schulungen „Schönen Gruß an den Fuß – gesunde Füße, gesunde Arbeit“ geben die SVLFG-Präventionsfachleute viele Tipps rund um die Fußgesundheit. ■

LSV-INFO

Termine und Einwahldaten zu den kostenlosen Online-Schulungen finden Sie im Internet unter: www.svlfg.de/onlinevortrag-gesunde-fuesse Tipps zur gesunden Arbeit gibt es unter: www.svlfg.de/gesunde-arbeit Fragen beantworten die SVLFG-Präventionsfachleute telefonisch unter: 0561 785-10010 oder per E-Mail an: bgf-koordinierungsstelle@svlfg.de

Ohne Strom geht nichts

Bei Netzausfall ist ein Notstromaggregat im Unternehmen hilfreich, für Tierhalter ist es zwingend vorgeschrieben. Was Sie bei der Anschaffung von Zapfwellengeneratoren beachten sollten.

Wegen der zu erwartenden Gasknappheit im kommenden Winter hat unsere Regierung zum Energiesparen aufgerufen. Es wird mit eventuellen Stromausfällen gerechnet. Jeder, der schon einmal einen Stromausfall erlebt hat, weiß, welche unangenehmen Folgen dies hat: Ohne elektrischen Strom bricht unser gewohntes Leben zusammen.

Für Tierhalter vorgeschrieben

Weil dann auch Lüftungsanlagen und die automatische Fütterung in den Ställen nicht mehr funktionieren, schreibt die Tierschutz-Nutztierhaltungsverordnung vor, dass für Haltungseinrichtungen, in denen bei Stromausfall eine ausreichende Ver-

sorgung der Tiere mit Futter und Wasser nicht sichergestellt ist, ein Notstromaggregat bereitstehen muss. Aber auch ohne einen zwingenden Grund kann es sinnvoll sein, sich ein Notstromaggregat zuzulegen.

Zapfwellengeneratoren besonders geeignet

Da auf den meisten Höfen ein Traktor vorhanden ist, ist es empfehlenswert, sich für einen Zapfwellengenerator zu entscheiden. Denn bei diesen Generatoren entfällt im Gegensatz zu anderen die Wartung eines eigenen Antriebsmotors. Der Traktor ist meist betriebsbereit, so dass ein Zapfwellengenerator bei Netzausfall schnell gestartet werden kann. Vor

der Anschaffung sollte man mit einer Elektrofachkraft den Leistungsbedarf im Notfall ermitteln. Für welche Zwecke soll der Generator eingesetzt werden – im Haus- und/oder Feldbetrieb? Wichtig ist ebenfalls eine ausreichende Traktorleistung, um den Generator mit seiner Nennleistung betreiben zu können. Bleibt zu hoffen, dass uns ein Blackout erspart bleibt, und falls nicht, dass wir zumindest gut darauf vorbereitet sind. ■

LSV-INFO

Mehr Informationen zum sicheren Betrieb von Zapfwellengeneratoren finden Sie unter: www.svlfg.de/generator und im Flyer F35 Zapfwellengeneratoren unter: www.svlfg.de/f35



Zapfwellengenerator im Einspeisebetrieb
Foto: Firma Schneeberger

AUSSTATTUNGSMERKMALE VON ZAPFWELLENGENERATOREN

- Der Generator muss mindestens der Schutzart IP 44 bei Betrieb im Freien (Feldbetrieb) entsprechen. Wenn der Generator ausschließlich in einem gesonderten, staubfreien und trockenen Betriebsraum für die Hauseinspeisung verwendet wird (Hausbetrieb), muss die Schutzart mindestens IP 23 entsprechen.
- Die Auslöser des Leistungsschalters oder der Leitungsschutzschalter (je nachdem, worüber der Generator verfügt) müssen im Kurzschluss- und Überlastfall sicher auslösen und den Stromfluss unterbrechen.
- Im Feldbetrieb ist das Personenschutzprinzip der Isolationsüberwachung gegenüber einem FI-Schutzschalter (30mA) zu bevorzugen, da diese Generatoren ohne Elektrofachkraft in Betrieb genommen werden dürfen.
- Generatoren mit Erdspeiß und FI-Schutzschalter (30mA) können ebenfalls für den Feldbetrieb eingesetzt werden. Die Erdung muss hierbei aber von einer Elektrofachkraft eingemessen werden.
- Bei Zapfwellenantrieb müssen gut vom Fahrerplatz ablesbare Anzeigen für Frequenz, Spannung und optional Stromstärke (ein oder drei Phasen) vorhanden und die Grenzbereiche farbig markiert sein.
- Der Generator muss über eine Überwachungseinrichtung verfügen, welche bei Über- und Unterspannung sowie Über- und Unterfrequenz den Generator abschaltet.
- Für die Hauseinspeisung muss eine Sondersteckdose vorhanden sein.

Aus dem Unfallgeschehen

1 Der Angestellte eines landwirtschaftlichen Unternehmens war damit beauftragt, Getreide zum örtlichen Landhandel zu bringen. Er fuhr dazu mit einem Gespann aus einem 200 PS starken Traktor und einem 16 Tonnen schweren Dreiachsanhänger auf der Landstraße. Auf einer Strecke mit acht Prozent Gefälle bremste er ab und der luftdruckgebremste Anhänger schob den Traktor an. Trotz Beschleunigen und Gegenlenken gelang es nicht mehr, das Gespann unter Kontrolle zu bringen. Der Traktor stellte sich quer, rutschte in den Graben und überschlug sich. Dabei wurde der Fahrer aus dem Traktor geschleudert und zwischen Hänger und Traktor eingeklemmt. Er erlitt schwere Verletzungen im Kopf- und Oberkörperbereich. Ein PKW-Fahrer, der als Erster an die Unfallstelle kam, leistete Erste Hilfe und benachrichtigte den Rettungsdienst. Jedoch verstarb der Verunglückte noch an der Unfallstelle.

Unfallursache:

Wie die Unfalluntersuchung ergab, war das manuell bedienbare, lastabhängige Bremsventil nicht auf Vollast gestellt. Zudem wurde an der Bremsleitung eine Undichtigkeit festgestellt. Dies führte anscheinend dazu, dass der Anhänger nicht bremste und sich der Traktor durch die große schiebende Last querstellte. Die Unfallfolgen hätten deutlich geringer sein können, wenn der Fahrer angeschnallt gewesen wäre. Ein Gurt war im Traktor vorhanden.

2 Ein Altenteiler wollte, nachdem er mit der angebauten Pflanzenschutzspritze auf den Hof fuhr, das Hallentor öffnen. Als er abgestiegen war, bemerkte er, dass der Traktor in Richtung Tor rollte. Als er daraufhin schnell aufspringen wollte, um die Bremse zu betätigen, rutschte er von der Trittstufe ab und fiel vor

das Hinterrad des Traktors, das den Fuß überrollte. Der Altenteiler zog sich dabei eine Fraktur des Fußgelenkes zu.

Unfallursache:

Die Unfalluntersuchung ergab, dass die manuell zu betätigende Handbremse des Traktors nicht fest genug angezogen war und das Fahrzeug deshalb ins Rollen kam. Der Verletzte hätte den Sachschaden in Kauf nehmen sollen, anstatt aufzuspringen. Dabei hatte er noch Glück im Unglück, denn solche Unfälle enden oft tödlich.

3 Bei Reparaturarbeiten an der Maschinenhalle eines Garten- und Landschaftsbaubetriebes wollten ein Angestellter und ein Auszubildender einen Schaden am Giebel beheben. Dazu stellten sie eine Gitterbox auf die Palettengabel des Radladers und der Auszubildende bestieg den Korb. Nachdem der Korb auf etwa 3,5 Meter Höhe angehoben war, begann der Lehrling mit der Reparatur. Als er sein Gewicht auf eine Seite verlagerte, stürzte der Korb von der Palettengabel ab. Der Azubi zog sich

eine Fraktur des rechten Armes und zahlreiche Prellungen zu.

Unfallursache:

Eine Gitterbox in Verbindung mit einem Radlader ist keinesfalls geeignet, Personen zu heben. Hierfür gibt es Hubarbeitsbühnen oder Arbeitsplattformen, die – wenn sie richtig gesichert sind und der Radlader für den Einsatz geeignet ist – ein sicheres Arbeiten in der Höhe ermöglichen.

4 Beim Fällen einer circa 25 Zentimeter starken Esche im eigenen Wald legte der Forstbesitzer den Fallkerb und danach den Fällschnitt an. Als er den Baum von hinten einschchnitt, riss dieser auf und der Mann wurde am Kopf getroffen. Hierbei zog er sich eine Schädelfraktur zu und musste intensivmedizinisch behandelt werden.

Unfallursache:

Der Verletzte hatte bei der Baumbeurteilung übersehen, dass der Baum ein „Vorhänger“ war und hatte die falsche Schnitttechnik gewählt. ■



Sicher arbeiten in der Höhe mit einer Hubarbeitsbühne.

Sicherheitstechnischer Dienst

Von Anfang an dabei

Das Garten- und Landschaftsbauunternehmen Nordgrün aus Nürnberg nutzt den Service unseres Sicherheitstechnischen Dienstes (STD) seit über 20 Jahren.

Geschäftsführer Ulrich Schäfer hat sich als einer der ersten für den STD entschieden. Seitdem betreut unser STD-Mitarbeiter Bernd Junghans dessen Betrieb. „Ich bin überzeugt, dass eine externe Sicherheitsfachkraft von den Beschäftigten intensiver als Autorität und als Vertrauensperson wahrgenommen wird als ein Kollege mit einer Zusatzqualifikation“, sagt Schäfer. Hinzu kommt, dass sich durch eine externe

Fachkraft für Arbeitssicherheit das Verhältnis der Beschäftigten untereinander nicht verschiebt – auch dann nicht, wenn Maßnahmen nötig werden, die zunächst lästig erscheinen. „Bernd Junghans findet den richtigen Ton im Umgang mit der Belegschaft. Er ist kompetent und tritt in einer angemessenen Form auf. Seine Anregungen werden gerne angenommen“, fasst der Unternehmer zusammen.

Geschäftsführung entlastet

Junghans beurteilt und dokumentiert zusammen mit der Geschäftsleitung Gefährdungen im betrieblichen Ablauf. Gemeinsam werden Lösungen erarbeitet, um Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz kontinuierlich zu verbessern. „Der STD entlastet mich sehr. Wir brauchen im Anschluss nur noch die Maßnahmen umsetzen“, so Schäfer.

Junghans ist bei Nordgrün präsent. Die Beschäftigten kennen ihn. Keiner wundert sich, wenn er auch einmal nach Dienstschluss auf einer Baustelle auftaucht, um zu sehen, wie dort gearbeitet worden ist.

Alle ziehen an einem Strang

Dass Unternehmer, Führungskräfte und der STD an einem Strick ziehen, merken die Beschäftigten. Das bleibt nicht ohne Folgen. „Vor Jahren gab es bei einer Baustellenbesichtigung Probleme wegen mangelhafter Ladungssicherung. Herr Junghans hat mit den Betroffenen gesprochen und mich informiert, seitdem funktioniert das tadellos“, gibt Schäfer ein

Josef Mennigmann, Mitglied der Vertreterversammlung der SVLFG

„Der STD übernimmt alle Aufgaben einer Fachkraft für Arbeitssicherheit. Sie erhalten ein Betreuungspaket mit allen Dienstleistungen, die Sie brauchen.“



Beispiel. Insgesamt hat sich die Arbeitssicherheit seit der Unterstützung durch den STD bei Nordgrün verbessert. Das zahlt sich aus. Weniger Unfälle heißt weniger Ausfallzeiten. Ein weiterer Tätigkeitsschwerpunkt von Bernd Junghans ist die jährliche Mitarbeiterunterweisung und -schulung. Ereigneten sich im Vorjahr Unfälle, ist es Schäfer wichtig, dass diese analysiert und im Rahmen der Unterweisung besprochen werden. Gut sei, so Schäfer, dass Junghans in Absprache mit den Baustellenleitern Spezialthemen, etwa den Einsatz von Erdbaummaschinen, aufgreift und dass er Innovationen vorstellt. In diesem Jahr hatte er neben der SVLFG-UV- und Hitzeschutzbox auch Kühlfunktionskleidung dabei. „Die Beschäftigten probierten die Kühlkleidung sofort aus und waren begeistert. Diese Anregung greife ich natürlich auf. Ich werde einige Kühlwesten anschaffen und die Mitarbeiter außerdem bei Bedarf mit Sonnencreme ausstatten. Das ist eine Kleinigkeit, aber ich habe bisher noch nicht daran gedacht“, ergänzt Schäfer.

„Es ist mir sehr wichtig, dass unsere Beschäftigten sicher und gesund arbeiten können. Herr Junghans ist dafür ein Experte. Er weiß, worauf er bei der Gefährdungsbeurteilung achten muss, für ihn ist das tägliche Routine. Das gibt mir die Sicherheit, dass mein Betrieb jederzeit alle Anforderungen an Arbeits- und Gesundheitsschutz erfüllt“, fasst der Unternehmer zusammen. ■



STD-Mitarbeiter Bernd Junghans (links) stellt Ulrich Schäfer (rechts) und einem seiner Mitarbeiter die SVLFG-UV- und Hitzeschutzbox vor.



Ulrich Schäfer (links außen) überlässt die sicherheitstechnische Betreuung seit über 20 Jahren dem STD.

LSV kompakt im Gespräch mit Bernd Junghans

Für wen wird der STD tätig?

Alle bei uns versicherten Arbeitgeberbetriebe, insbesondere auch Kommunen, können unsere Leistungen in Anspruch nehmen.

Was ist das Leistungsspektrum des STD?

Wir übernehmen alle Aufgaben der Fachkraft für Arbeitssicherheit. Dazu gehören die Gefährdungsbeurteilung und die Dokumentationen. Wir begehen die Betriebsstätten und Baustellen und erstellen einen Beratungsbericht. Wir analysieren das betriebliche Unfallgeschehen, beraten bei der Auswahl und Anschaffung von Persönlicher Schutzausrüstung, Maschinen und Geräten sowie bei der Planung, Errichtung und Unterhaltung der Betriebsstätten. Außerdem beantworten wir Fragen zum Brandschutz. Grundsätzlich arbeiten wir eng mit den betrieblichen Sicherheitsbeauftragten sowie den Sicherheits- und Gesundheitsschutz-Koordinatoren zusammen. Auf Wunsch bieten wir Hilfestellung bei der Zusammenarbeit mit anderen Stellen,

wie zum Beispiel mit den Ämtern für Arbeitsschutz. Außerdem erstellen wir betriebsbezogene Gefahrstoff- und Pflanzenschutzmittelkataloge mit Angaben zur Zulassung durch die Biologische Bundesanstalt. Wir arbeiten Betriebsanweisungen aus und helfen dabei, Ersatzstoffe für nicht mehr zulässige Pflanzenschutzmittel zu finden. Gerne beantworten wir Fragen rund um Betriebstankstellen sowie zur Kennzeichnung, zur Lagerung und zum Transport von Gefahrstoffen.

Bietet der STD Mitarbeiterqualifizierungsmaßnahmen an?

Neben den jährlichen allgemeinen Unterweisungen bieten wir eine Vielzahl von speziellen Unterweisungen und Seminaren an.

Ab 01.01.2023 führt der STD ein pauschales Abrechnungsverfahren ein. Welche Vorteile ergeben sich dadurch?

Die Kosten für eine Fachkraft für Arbeitssicherheit werden jetzt neu nach Einsatzstunden berechnet. Grund-

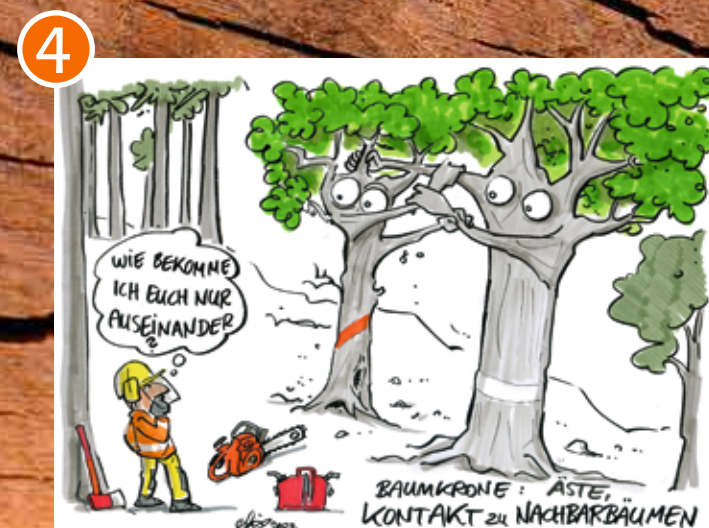
lage sind die Anzahl der Mitarbeitenden und die Risikobewertung der verschiedenen Bereiche in einem Betrieb. Es gibt niedrige, mittlere und erhöhte Risikobewertungen. Ein großer Vorteil für unsere Kunden ist die bessere Kalkulierbarkeit der Kosten. Uns ermöglicht die Pauschalabrechnung, dass wir unser Personal für unsere Vertragspartner besser planen können. So erhalten unsere Kunden einen optimalen Service für den Gesundheits- und Arbeitsschutz. Das neue System erklären wir in Videokonferenzen.

LSV-INFO

Infos zum STD, eine Übersicht der Mitarbeiterqualifizierungsmaßnahmen und ein Kontaktformular gibt es unter: www.svlfg.de/sicherheitstechnischer-dienst
Angaben zum neuen Abrechnungsverfahren sowie die Termine der Videokonferenzen finden Sie unter: www.svlfg.de/sicherheitstechnischer-dienst-pauschalabrechnung
Telefonisch ist der STD erreichbar unter: 0561 785-10900

Die 7 Merkmale der Baumbeurteilung Damit der Baum richtig fällt

Der Baumbeurteilung wird in der Praxis oft zu wenig Beachtung geschenkt. Dadurch steigt das Unfallrisiko.



Stephan Neumann, Vorsitzender der Vertreterversammlung der SVLFG

„Die Baumbeurteilung vor der Fällung ist grundlegend für die Arbeitssicherheit.“



Jeder Baum ist individuell in seiner Merkmalsausprägung, keiner ist wie der andere. Die Ansprache, also das Erkennen und das Einschätzen der relevanten Baummerkmale, ist die wichtigste Maßnahme vor der Fällung. Ziel ist es, zu beurteilen, mit welcher Methode und mit welchen Werkzeugen der Baum sicher gefällt werden kann. Was bei der Baumansprache nicht erkannt wird, bleibt bei der Fällarbeit unberücksichtigt und erhöht das Unfallrisiko, allzu oft fatal. Um stärker auf das erfahrungsgemäß zu wenig beachtete Thema Baumbeurteilung aufmerksam zu machen, sind Cartoons zu den sieben Merkmalen einer Baumbeurteilung erstellt worden. Die Bedeutung der Baumhöhe, der Baumkrone, der Äste, des Stammverlaufes, des Gesundheitszustandes, des Stammdurchmessers, der Nachbarbäume und der Umgebung wird so praxisnah unterstrichen.

NEUE BROSCHÜRE UND APP "STOCKFIBEL TO GO"

Unsere Broschüre „B47 Baumbeurteilung“ erklärt, worauf es bei der Baumansprache ankommt. Erhältlich ist sie online unter: www.svlfg.de/b47. Gedruckte Exemplare können angefordert werden unter: www.svlfg.de/broschueren-bestellen. Bitte beachten Sie auch auf unserer Rückseite den Hinweis zur App "Stockfibel to go".

Selbsthilfe gibt Perspektive

Von Menschen mit Behinderung – für Menschen mit Behinderung

Wolfgang Bauer ist ehrenamtlicher Peer-Berater. „Peer“ heißt gleichrangig. Peer-Beratung ist eine Beratung auf Augenhöhe.



Dank seines starken Willens und einer für ihn optimalen Prothese kann Wolfgang Bauer seinen Betrieb weiterführen.



Die Rinderhalter Johann M. und Wolfgang Bauer teilen ein ähnliches Schicksal. Beide haben durch einen Arbeitsunfall eine Hand verloren. Der Unfall von Johann M. ist noch kein halbes Jahr her. Für ihn ist die Zukunft noch völlig unklar. Für Peer-Berater Wolfgang Bauer ist das Leben mit Prothese längst Realität. Er hat nicht vergessen, wie er sich kurz nach seinem eigenen Unfall gefühlt hat. Deshalb engagiert er sich als Peer-Berater. Aus seiner eigenen Erfahrung heraus kann er Johann M. in dieser schwierigen Lebenssituation beistehen. Nach dem ersten Treffen mit Johann M. sagt er: „Ich habe das Gefühl, dass Johann jetzt beruhigter in die Zukunft schaut. Wir hatten ein gutes Gespräch, er hat erkannt, wie gut ein Leben mit Prothese funktionieren kann.“ Den Kontakt zwischen den beiden Rinderhaltern hat der zuständige SVLFG-Reha-Manager vermittelt.

Die Chemie muss stimmen

Eine Peer-Beratung ist kostenlos. Sie kommt zustande, wenn ein Unfall-opfer den Wunsch hat, sich mit anderen Betroffenen auszutauschen, die inzwischen wieder fest im Leben stehen. Häufig ergeben sich erste Kontakte zwischen Unfallopfern bereits in den berufsgenossenschaftlichen Unfallkliniken. Allerdings muss der Ratsuchende auch bereit sein für eine Peer-Beratung. „Der Zeitpunkt muss passen und die Chemie zwischen mir und dem Gesprächspartner muss stimmen“, weiß Bauer. Sind diese Grundvoraussetzungen gegeben, dann kann die Peer-Beratung ein wichtiger Baustein auf dem Weg zurück ins Leben sein. Peer-Bera-

ter entwickeln mit der Zeit ein Gespür dafür, wie es dem Gegenüber geht, ob er sprechen kann oder ob es noch zu früh ist. „Ich merke, dass ich den Menschen vor allem dann helfen kann, wenn ich sehr offen bin. Wenn ich von mir erzähle, ist schneller eine Gesprächsgrundlage da.“ Peer-Beratungen unterliegen einer Schweigepflicht – auch der SVLFG gegenüber.

Jeder tickt anders

Peer-Beratungen sind nicht als langfristige Begleitung gedacht. Allerdings gibt es Unterschiede im Gesprächsbedarf. „Dem einen reicht ein Telefonat, andere profitieren erst, wenn mehrere Gespräche über einen längeren Zeitraum verteilt stattfinden. Manche wollen sofort nach dem Unfall wissen, wie es weitergeht, andere können in der Klinik noch gar nicht darüber reden“, weiß Bauer. Er lässt jedem die Zeit, die er braucht. Gerne besucht Bauer die Betroffenen für das Erstgespräch in deren eigenem Umfeld. „Daheim fühlen sich die Menschen sicher.“ In dem Gespräch geht es meist um den Unfall und die Behinderung. Zu Folgegesprächen lädt Bauer auf seinen Betrieb ein. „Im Stall zeige ich, wie ich mit der Prothese arbeite. Das interessiert die Menschen meistens sehr.“ Bei aller Tragik bereitet Bauer sein Ehrenamt Freude, weil er damit Menschen helfen kann. Allerdings muss er sich gut abgrenzen. „Zum Glück holen mich auch meine eigenen Erinnerungen nicht ein“, sagt er. „Ich kann Menschen inzwischen viel besser einschätzen und habe gelernt, wie wichtig die psychologische Seite der Peer-Beratung ist“, sagt er. Natürlich kosten die Gespräche Zeit, aber das ist es Wolfgang Bauer wert. ■

Power für den Arbeitstag

Mit unseren neuen Ernährungsworkshops erarbeiten wir mit Ihnen und Ihren Beschäftigten praxisnah vor Ort, wie Sie die Ernährung am Arbeitsplatz gesundheitsgerecht gestalten können.

Gespannt legt sich der Teilnehmer aus dem Rheinberger Pflanzenzucht-Unternehmen „Dümmen Orange“ auf die Papierrolle, welche die Referentin auf dem Fußboden ausgebreitet hat. Eine Kollegin nimmt einen Stift und zeichnet zunächst seine Umrisse, ehe die sieben Teilnehmenden Symptome und Folgen

Fokus, die wir in Kooperation mit externen Dienstleistern anbieten. Die Kurse richten sich an Betriebe der Grünen Branche. Die Kursleiterinnen und Kursleiter vermitteln den Teilnehmenden, wie sie sich am Arbeitsplatz gesund ernähren und leistungsfähig bleiben. Tipps für den Einkauf und Ideen, wie der Arbeitgeber beim

persönlichen Ziel unterstützen kann, runden das Konzept ab. Teil des Lernprozesses ist dabei stets die SVLFG-Broschüre „Power für den Arbeitstag: Richtiges Essen am Arbeitsplatz zahlt sich aus!“



Welches Modul zu Ihnen passt, klären wir mit Ihnen in einem telefonischen Beratungsgespräch. Für versicherte Betriebe ist die Teilnahme an einem Ernährungsworkshop pro Jahr kostenfrei. Eine Schulung dauert bis zu drei Stunden, teilnehmen können mindestens sechs bis 15 Personen.



Auf individuelle Anforderungen abgestimmt

Um die Inhalte auf die Begebenheiten vor Ort abzustimmen, finden die Workshops in Ihrem Betrieb statt. Das Angebot umfasst drei frei wählbare Module mit unterschiedlichen Schwerpunkten:

Lernen mit dem Tellerpuzzle

Die 24 Auszubildenden der Landesforstverwaltung „Berliner Forsten“ haben sich für das Modul „Unterwegs gesund verpflegt“ entschieden. Die 16- bis 20-Jährigen versorgen sich größtenteils selbst mit belegten Broten, Brötchen und Gemüse. Nicht bei allen steht ein Frühstück auf dem Tagesplan. Mit dem Lebensmittel-Tellerpuzzle ordnen sie unter fachkundiger Anleitung unter anderem zu, welche Nahrungsmittel für eine ausgewogene Ernährung wichtig sind und in welchem Umfang sie diese verzehren sollten. ■



Kommen gut an: die drei neuen Workshops rund um das Thema gesunde Ernährung.

von Flüssigkeitsmangel auf dem skizzierten Körper notieren. Schon vorab haben sie sich zu ihren Trinkgewohnheiten ausgetauscht. Später erarbeitet das Team Maßnahmen, um diese zu verbessern. Das eigene Trinkverhalten steht in einem der drei neuen Workshops im

1. Energiebedarf – Im Alltag muss der Motor laufen: Was esse ich im Alltag? Welche Krafräuber und Energiespender gibt es?
2. Auftanken schafft Leistungskraft – So trinkst du dich fit: Wie ist mein eigenes Trinkverhalten?
3. Unterwegs gesund verpflegt – Bäcker, Metzger & Co.: Welche Tipps zur Pausenverpflegung und Aufbewahrung gibt es?

LSV-INFO

Kontakt und Anmeldung telefonisch unter 0561 785-10010 oder per Mail: bgf-koordinierungsstelle@svlfg.de
Weitere Informationen online: www.svlfg.de/gesund-ernaehren-bei-koerperlich-schwerer-arbeit
Ernährungsbroschüre: www.svlfg.de/b49

Kita-Kinder auf dem Acker

Durch das Bildungsprogramm AckerRacker lernen Kita-Kinder ihr eigenes Gemüse anzubauen.

Aufgeregt erzählt der Junge mit der lilafarbenen Kappe: „Hier wachsen Tomaten und Kartoffeln“, und zeigt, wo er und die anderen Kita-Kinder die Pflanzen in der Erde platziert haben. Auf dem Acker gießt eine junge Erntehelferin das Zucchini-beet. Im Kräutergarten lauscht eine Gruppe der Geschichte, in der Marienkäfer das Gemüse vor Blattläusen schützen.

Natur erleben

Kita-Kinder für gesunde Ernährung, Natur und Nachhaltigkeit zu begeistern: Das ist das Ziel von AckerRacker, einem Bildungsprogramm des gemeinnützigen Vereins Acker e. V. Die Kinder bauen unter Anleitung frisches, regionales Gemüse an, entdecken die Natur mit allen Sinnen und erleben, wie lecker selbst angebaute Produkte schmecken. Als einer der



Überzeugten sich vor Ort, wie fleißig die Kinder des Astrid-Lindgren-Hauses schon gegärtnert haben (v. l.): Gerhard Sehnert (Vorsitzender der SVLFG-Geschäftsführung), Dr. Volker Wolfram (SVLFG-Vorstandsmitglied), Esther Dilcher (Bundestagsabgeordnete), Luise Zailer (Acker e. V., Acker-Coach), Sarah Eisinger (Acker e. V., Regionalleiterin Region West), Stefanie Nett (Acker e. V., Regional Koordinatorin Mittel- und Nordhessen), Falk Ozellis (Leiter der Kita), Manuela Strube (Bürgermeisterin von Baunatal), Nele Bieler und Janina Huck (Erzieherinnen).

Hauptpartner unterstützt die SVLFG seit 2021 das Bildungsprogramm. 100 Kitas wird dadurch bis 2024 die Teilnahme ermöglicht. Eine Projekt-Einrichtung ist die Kindertagesstätte Astrid-Lindgren-Haus in Baunatal. Mit leuchtenden Augen erzählen die Jungs und Mädchen Baunatals Bürgermeisterin Manuela Strube sowie der Bundestagsabgeordneten Esther Dilcher bei einem Besuch vor Ort, wie viel Freude es ihnen macht, Tomaten, Gurken und Kartoffeln anzubauen, die Pflanzen zu pflegen, das Gemüse zu ernten – und natürlich zu verspeisen. Sowohl Manuela Strube als auch Esther Dilcher brachten zum Ausdruck, wie wichtig es ist, Kinder und junge Familien an gesunde Lebensmittel heranzuführen. Beide hoffen, dass die AckerRacker-Kita in Baunatal ein gutes Vorbild für weitere Kitas in Nordhessen ist.

Mit Spaß bei der Sache

Auch der Waldkindergarten „Die Frischlinge“ aus Kirchheimbolanden gehört zu den von der SVLFG geförderten Kitas. „Wir sehen, wie die Kinder sich beim Pflanzen, Säen, Ernten, Jäten, Gießen einbringen. Mit wie viel Spaß sie bei der Sache sind“, schwär-

men die Erzieherinnen in einem mit den Kindern verfassten Dankeschreiben. Zu erleben, wie begeistert die Kinder ihre Beete bestellen, ist für SVLFG-Vorstandsmitglied Dr. Volker Wolfram eine Bestätigung, wie bedeutsam das Engagement für AckerRacker ist. „Die Kinder übernehmen Verantwortung für ihre Pflanzen, bewegen sich viel mehr im Freien und sind mit Recht stolz auf ihre Erfolge. Ganz nebenbei entwickeln sie auch noch ein gutes Verständnis für die Vorgänge in der Natur.“

Betriebe besuchen

Als zusätzliches Angebot bietet die SVLFG „ihren“ Kitas an, Kontakte zu landwirtschaftlichen- und gartenbaulichen Betrieben zu vermitteln, um den Kindern als Gruppe einen Besuch zu ermöglichen. So gewinnen sie Einblicke in deren Alltag und lernen die Arbeit in und mit der Natur kennen. Ziel ist es zu zeigen, welchen Beitrag die Landwirtschaft für die Region leistet – und dass ihre Arbeit unsere Wertschätzung verdient. ■

LSV-INFO

Mehr Infos über die Kooperation unter: www.svlfg.de/ackerracker



Vorstandsmitglied Dr. Volker Wolfram zu Besuch im Astrid-Lindgren-Haus



Auf die Gurke, fertig, los!

Seit dem Frühling hat Nico seine Gurkenpflanzen gegossen, gehegt und gepflegt. Jetzt erntet er seine eigenen leckeren Gurken.

Gurkenkaltschale

Wasche und rasple eine halbe Bio-Salatgurke. Presse eine halbe Zitrone aus. Wasche einen Stengel Minze, zupfe die Blätter ab und zerreiße sie in kleine Stückchen. Vermische 200 g Joghurt oder Buttermilch, 200 bis 250 ml Gemüsebrühe, den Zitronensaft, die Gurke und die Minzeblättchen. Stelle die Suppe mehrere Stunden in den Kühlschrank.



Wenn du nicht warten willst, kühle die Kaltschale mit Eiswürfeln. Garniere mit Gurkenscheiben, Zitronenscheiben oder gerösteten Kernen. Du kannst anstelle von Minze auch einen halben Teelöffel Dillspitzen verwenden.

Gurken sind eine gesunde Erfrischung. Dippe Gurkenscheiben in Kräuterquark und genieße die leckere Zwischenmahlzeit.



Basteltipp: Gurkenkaktus

Hast du eine Gurke, die nicht mehr schön ist? Halbiere sie und stelle sie in einen sauberen Blumentopf. Fülle Murmeln oder Steinchen ein, so dass die Gurke nicht umfällt. Stecke Zahnstocher als Stacheln in die Gurke. Verziere den Kaktus mit einer Blüte.



Rätsel für schlaue Füchse

Was weißt du über Gurken?

Kreuze die richtigen Antworten an:

- ☐ Gurken sind gesund, weil sie viele Vitamine enthalten.
- ☐ Gurken versorgen deinen Körper mit Flüssigkeit.
- ☐ Gurken gehören zur Familie der Beeren.
- ☐ Gurkenblüten sind giftig.



Schleichend in den Burnout

Helmut Grillmeier (44) ist Betriebsunternehmer eines familiengeführten Milchviehbetriebes in der nördlichen Oberpfalz. Er hat Stefan Adelsberger von der SVLFG über „die schwerste Zeit seines Lebens“ berichtet.



Stefan Adelsberger: Vielen Dank, dass wir heute hier sein dürfen und Sie uns ein Interview zum Thema „Burnout in der Landwirtschaft“ geben. Nach wie vor ein großes Tabu unter Landwirten, man spricht nicht gerne darüber.

Helmut Grillmeier: Ich wollte es immer allen recht machen und habe mich dadurch überlastet. Es begann schleichend vor etwa sechs Jahren, ich hab mich persönlich nicht mehr wertgeschätzt gefühlt. Ich bin aus

dieser Schleife nicht mehr rausgekommen. Ich war wie ein Roboter, total emotionslos und gefühlslos und hatte keine Freude mehr am Leben. Plötzlich war ich nicht mehr schwindelfrei. Ich bin Musiker, konnte aber keine Musik mehr hören, habe sofort, wenn ich ins Auto gestiegen bin, das Radio ausgeschaltet. Seit über 20 Jahren bin ich Landwirt und hatte keine Freude mehr an meiner Arbeit und an den Tieren.

Stefan Adelsberger: Wie haben sich Ihre Probleme auf die Familie und den Betrieb ausgewirkt?

Helmut Grillmeier: Sogar von meiner Familie habe ich mich abgegrenzt, konnte mich mit den Kindern nicht mehr unterhalten und nicht mehr mit ihnen spielen – das war furchtbar! Eines Tages bin ich auf dem Schlepper gesessen und wollte zum Pflügen fahren. Mit der Bedienung der Maschine war ich total überfordert, mein zwölfjähriger Sohn musste es mir erklären. Auch meine Körperpflege habe ich vernachlässigt, habe mich wochenlang nicht mehr rasiert und in Gesprächen zum Stottern begonnen. Ich konnte einfach nicht mehr! Ich dachte mir, dass es vielleicht an diesen schwierigen Zeiten mit Corona liegt, dass ich so antriebslos bin. Richtig schlimm wurde es dann Ende 2021, da ging dann gar nichts mehr. Meine Familie ist mit mir durch die Hölle gegangen. Vor Weihnachten gingen meine Söhne zu meiner Frau und sagten: „Wir wünschen uns, dass der Papa wieder so wird, wie er mal war.“ Meiner Frau und meinen beiden Söhnen habe ich es zu verdanken, dass ich hier sitze. Der Gedanke

an sie hat mich am Leben erhalten. Sie haben mich sehr unterstützt. „Egal wie lang oder wie weit dein Weg ist, komm gesund wieder nach Hause“, sagten sie zu mir.

Stefan Adelsberger: Warum hat es so lange gedauert, bis Sie sich Hilfe geholt haben?

Helmut Grillmeier: Ich habe mich so geschämt, Hilfe in Anspruch zu nehmen. Viel zu lange habe ich unter enormen Anstrengungen die Fassade aufrechterhalten. Ich hatte einfach Angst davor, als „Spinner“ abgestempelt zu werden.

Stefan Adelsberger: Und dann haben Sie Hilfe bekommen? Was waren die nächsten Schritte?

Helmut Grillmeier: Ich war beim Arzt, der hat mir Tabletten gegeben. Das alleine hat mir nicht geholfen. Weitere Hilfe zu suchen, dazu war ich nicht mehr in der Lage. Meine Familie und ich wussten nicht mehr weiter. Meine Schwester hat sich bei Ulrich Härtl vom Bayerischen Bauernverband erkundigt, was wir machen können. Der Ulrich hat mir die Telefonnummer des Telezentrums der SVLFG gegeben. Dort habe ich dann angerufen und wurde umfassend zu psychologischer Unterstützung beraten. Für akute Krisensituationen bekam ich die Telefonnummer der SVLFG-Krisenhotline an die Hand. Für die präventiven Angebote war ich schon zu krank und so habe ich mich dann entschlossen, einen Antrag auf eine stationäre Reha bei der SVLFG zu stellen.

Gesundheitsangebote

Infos erhalten Sie unter:
www.svlfg.de/gleichgewicht
sowie telefonisch unter:
0561 785-10512 und per Mail:
gruppenangebote@svlfg.de

Stefan Adelsberger: Wie geht es Ihnen heute?

Helmut Grillmeier: Heute geht es mir so gut wie noch nie! Ich lebe mein Leben jetzt viel intensiver, liebe meine Frau und meine Kinder wie nie zuvor. Ende Dezember hab ich nicht gedacht, dass jemals noch die Sonne scheint in meinem Leben, aber jetzt scheint sie wieder.

Stefan Adelsberger: Aus unserer täglichen Arbeit wissen wir, dass sich viele nicht trauen, sich Hilfe zu holen. Was würden Sie Landwirten raten, die sich in einer ähnlichen Situation befinden?

Helmut Grillmeier: Ich rate Landwirten oder auch Angehörigen, die an sich selber oder an Personen in ihrem Umfeld Veränderungen feststellen, sich rechtzeitig um Hilfe zu bemühen. Und das Wichtigste dabei: Reden hilft. Keiner ist allein, zur Not gibt es die entsprechenden Krisenhotlines. ■

LSV-INFO

Finden Sie sich in einer ähnlichen Situation? Machen Ihnen familiäre Konflikte, Sorgen um den Betrieb, Krankheit oder andere Probleme das Leben schwer? Die SVLFG hat Gesundheitsangebote, die Sie unterstützen können. Dabei arbeiten wir auch mit externen Fachkräften zusammen. Zu allen Unterstützungsangeboten beraten wir Sie vertraulich und unverbindlich in unserem Telezentrum (0561 785-10512) sowie per Mail unter: gleichgewicht@svlfg.de

Betriebsübergabe – ein Gesundheitsthema		
Flair Hotel Neeth 24211 Dammdorf	07.03. – 10.03.2023	Heike Sprengel Tel. 0561 785-16437
Hotel Schröder 27419 Groß Meckelsen	06.12. – 09.12.2022	Heike Sprengel Tel. 0561 785-16437
Bildungshaus 74821 Neckarelz	31.10. – 03.11.2022	Christiane Mayer Tel. 0561 785-16416
Bildungshaus Kloster St. Ulrich 79283 Bollschweil	05.01. – 08.01.2023	Christiane Mayer Tel. 0561 785-16416
Hotel Summerhof 94086 Bad Griesbach	13.02. – 16.02.2023 06.03. – 09.03.2023	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071
Betriebsaufgabe – auch ein Gesundheitsthema		
Flair Hotel Neeth 24211 Dammdorf	21.02. – 24.02.2023	Christine Leicht Tel. 0561 785-16381
Gesundresort feelMOOR 88410 Bad Wurzach	11.01. – 14.01.2023	Christiane Mayer Tel. 0561 785-16416
Gesundheit kompakt		
Landgrafenklinik 31542 Bad Nenndorf	27.02. – 02.03.2023	Maike Winkler Tel. 0561 785-16381
Gesundresort feelMOOR 88410 Bad Wurzach	24. – 27.10. / 21. – 24.11.22 06.02. – 09.02.2023	Annette Angeli Tel. 0561 785-12994
Hotel Summerhof 94086 Bad Griesbach	16. – 19.01. / 06. – 09.02.23	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071
Trainings- und Erholungswoche für pflegende Angehörige		
Landgrafenklinik 31542 Bad Nenndorf	12.02. – 19.02.2023	Christine Leicht Tel. 0561 785-16381
Kliniken Hartenstein, Wildetal 34537 Bad Wildungen	28.10. – 04.11.2022	Hans Uwe Schäfer Tel. 0561 785-17385
Klinik Solequelle 59597 Bad Westernkotten	07.12. – 14.12.2022 11. – 18.01. / 18. – 25.01.23	Hans Uwe Schäfer Tel. 0561 785-17385
Reha-Klinik FRISIA 83646 Bad Tölz	16.11. – 23.11.2022 30.11. – 07.12.2022	Sieglinde Schreiner Tel. 0561 785-16166
Klinik Rosenhof, Hotel Sammareier 84364 Bad Birnbach	16.10. – 23.10. 06. – 13.11. / 20. – 27.11.22	Sieglinde Schreiner Tel. 0561 785-16166
Kaiser Trajan Klinik 93333 Bad Gögging	29.01. – 05.02.2023	Sieglinde Schreiner Tel. 0561 785-16166
Stressmanagement		
Kneipp-Bund Hotel 37431 Bad Lauterberg im Harz	21.11. – 24.11.2022	Maike Winkler Tel. 0561 785-16381
Kneipp-Bund Hotel 37431 Bad Lauterberg im Harz	16.01. – 19.01.2023 13.02. – 16.02.2023	Christine Leicht Tel. 0561 785-16381
Gesundheitspark 72250 Freudenstadt	01.03. – 04.03.2023	Christiane Mayer Tel. 0561 785-16416
Gesundresort feelMOOR 88410 Bad Wurzach	06.12. – 09.12.2022 08.02. – 11.02.2023	Christiane Mayer Tel. 0561 785-16416
Hotel Summerhof 94086 Bad Griesbach	19.10. – 22.10.2022 30.01. – 02.02.2023	Gerd Gmeinwieser Tel. 0561 785-13071
Stark gegen Stress		
Hotel Fürstenhof 31812 Bad Pyrmont	05.02. – 18.02.2023	Heike Sprengel Tel. 0561 785-16437
Kaiser Trajan Klinik 93333 Bad Gögging	06.11. – 19.11.2022 08.01. – 21.01.2023	Sieglinde Schreiner Tel. 0561 785-16166
Online-Seminare		
Online-Seminar Pflegende Angehörige (jeweils an 4 Tagen)	11./13./18./20.10.2022	Wolfgang Michel Tel. 0561 785-14502
Digitale Pflege-Stammtische	27.10./15.12.2022	Wolfgang Michel Tel. 0561 785-14502
Online-Seminar Stressmanagement (jeweils nachmittags)	09./16./23./30.01./2023 06.02./13.03.2023	Heike Sprengel Tel. 0561 785-16437

Helmut Grillmeier kann heute offen über seinen Burnout sprechen.

Berufskrankheit Hautkrebs Hautkrebs-Screening

Im Rahmen der Sozialpartner-Initiative **Umgang mit UV-Strahlung bei Tätigkeiten im Freien** setzen wir uns dafür ein, das Hautkrebsrisiko zu senken.

Hautkrebs und seine Vorstufen sind die häufigsten Berufskrankheiten bei Beschäftigten in der Grünen Branche. Umso wichtiger wäre es für sie, die kostenlosen Früherkennungsuntersuchungen (Hautkrebs-Screenings) der gesetzlichen Krankenkassen (GKV) zu nutzen. GKV-Versicherte ab 35 haben alle zwei Jahre darauf einen Anspruch. Aber die LKK-Statistik ist ernüchternd: Nur ein geringer Anteil der Versicherten nutzt das kostenlose Hautkrebs-Screening. Im Durchschnitt gehen rund 20 Prozent der 35- bis 65-Jährigen und rund 25 Prozent der 75- bis 80-Jährigen zum Screening. Dabei sind LKK-Versicherte und alle in den grünen Berufen Tätige oft besonders gefährdet, an Hautkrebs zu erkranken, weil sie berufsbedingt häufiger der krebserregenden natürlichen UV-Strahlung ausgesetzt sind als Beschäftigte anderer Berufe. Wir raten deshalb dringend: Nutzen Sie das kostenlose Screening.

Durch regelmäßige Früherkennungsuntersuchungen verringert sich das Risiko, an Hautkrebs zu sterben oder schwere Krankheitsverläufe zu erleiden. Rechtzeitig erkannt, lässt sich Hautkrebs gut behandeln und heilen. Ziel des Screening ist es, weißen und schwarzen Hautkrebs beziehungsweise Vorstufen davon in einem möglichst frühen Stadium zu entdecken. Operationen sind dann weniger umfangreich, die medikamentöse Behandlung ist schonender.

Screening in der Hausarztpraxis

Auch in dafür qualifizierten Hausarztpraxen wird das Screening, eine Untersuchung der Haut am ganzen Körper und dem Kopf, angeboten. Nutzen Sie diese Möglichkeit zum Beispiel dann, wenn ein Facharzttermin zeitnah nicht zu bekommen ist. Wurde in einer Hausarztpraxis ein Verdacht auf Hautkrebs festgestellt, gibt es eine Überweisung in die Facharztpraxis. Wer eine Hautverände-

rung bemerkt, kann diese unabhängig vom Screening jederzeit ärztlich abklären lassen.

Arbeitsmedizinische Vorsorge

Unternehmen, deren Beschäftigte Tätigkeiten im Freien mit intensiver Belastung durch natürliche UV-Strahlung ausüben, müssen ihren Mitarbeitenden eine arbeitsmedizinische Vorsorge anbieten. Informationen sowie Tipps zum Schutz vor natürlicher UV-Strahlung bei der Arbeit finden Arbeitgeberinnen, Arbeitgeber und Arbeitnehmende unter: www.svlfg.de/vorsorge-uv-schutz ■

LSV-INFO

Unter bestimmten Voraussetzungen beteiligen wir uns bei LKK-Versicherten unter 35 an den Kosten für ein Hautkrebs-Screening. Informationen dazu unter: www.svlfg.de/vorsorge
Die LKK belohnt die Teilnahme am gesetzlichen Screening ab 35 mit zehn Punkten im Bonusprogramm.

Fünf-Punkte-Check

1	Haben sich Leberflecke und Muttermale in Größe, Form und Farbe verändert?	Ja	Nein
2	Sind die Ränder der Leberflecke und Muttermale unregelmäßig?	Ja	Nein
3	Fühlen sich Hautbereiche, vor allem im Kopfbereich, rau oder schuppig an?	Ja	Nein
4	Haben Sie Hautstellen, die jucken, bluten oder nässen?	Ja	Nein
5	Haben Sie Hautstellen, die wie eine Wunde aussehen, aber nicht verheilen?	Ja	Nein

Durch regelmäßige Selbstuntersuchungen können Veränderungen schnell erkannt werden. Suchen Sie einen Arzt oder eine Ärztin auf, wenn Sie auch nur eine der Fragen mit „Ja“ beantwortet haben, und lassen Sie die Hautveränderung untersuchen.

Foto: ktsdesign/Shutterstock.com

SVLFG digital
Digitale Zukunft

Endlich kein Papier mehr – alle Gesundheitsdaten immer online dabei!

Nutzen Sie schon Ihre elektronische Patientenakte?

SVLFG digital
Digitale Zukunft

ePA
elektronische Patientenakte

Informieren Sie sich doch gleich:
Jetzt online unter www.svlfg.de/elektronische-patientenakte

SVLFG

Ihre elektronische Patientenakte (ePA)

Mit der ePA-App der SVLFG können Sie jederzeit und überall auf Ihre persönlichen Gesundheitsdaten zugreifen.

App statt Aktenordner

- Medizinische Dokumente sicher online speichern
- Jederzeit verfügbar, egal ob von zu Hause oder bei einem Arztwechsel
- Optimieren Sie Ihre Behandlung
- Impf- und Mutterpass, Zahnbonusheft und weitere...

Neugierig geworden? Dann melden Sie sich doch gleich an!

www.svlfg.de/elektronische-patientenakte

Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau
sicher ■ gesund aus einer Hand | 0561 785-0

SVLFG

Seit einiger Zeit gibt es sie nun, Ihre elektronische Patientenakte (ePA). Die elektronische Patientenakte ist eine App der SVLFG, die Sie kostenlos aus dem App-Store herunterladen können. In der ePA-App können Sie Ihre Gesundheitsdaten sicher und mobil auf Ihrem Handy sammeln und verwalten.

Wir entwickeln die verschiedenen digitalen Angebote stetig weiter, um Ihnen neue Funktionalitäten und Services zur Verfügung zu stellen. Aber werden die digitalen Angebote auch genutzt? Mit dieser und weiteren Fragen rund um die Digitalisierung hat sich der Vorstand der SVLFG im Juli 2022 in Kassel in einer Klausurtagung beschäftigt. Martin Empl, alternierender Vorstandsvorsitzender der SVLFG, hat es auf den Punkt gebracht:

„Wir stehen den technischen Neuerungen aufgeschlossen gegenüber, wenn die Funktionalitäten einen echten Mehrwert für unsere Berufskolleginnen und -kollegen schaffen.“

Die ePA-App der SVLFG bietet Ihnen viele Vorteile. Das Mobiltelefon hat in der heutigen Zeit jeder dabei. Die persönlichen Gesundheitsdaten zu meist noch nicht – oder nutzen Sie schon Ihre elektronische Patientenakte? Gerade im Notfall kann es wichtig sein, aktuelle Gesundheitsdaten online dabei zu haben. Und dies gilt für jedes Alter. Denken Sie nur an Ihren Medikationsplan, den Impfpass oder den Mutterpass. Laden Sie also gleich Ihre

ePA-App herunter und probieren Sie die Funktionen aus. Die Nutzung ist für Sie kostenlos! Auf unserer Internetseite erhalten Sie weitere Informationen zu Ihrer ePA. Scannen Sie einfach den QR-Code mit Ihrem Mobiltelefon. Bei Fragen zur elektronischen Patientenakte sowie bei technischen Problemen helfen wir Ihnen gerne auch unter folgender Rufnummer persönlich weiter: 0561 785-10700. Beachten Sie, dass wir als Krankenkasse keinen Einblick in die persönlichen Daten Ihrer ePA haben. Bei medizinischen Fragen ist deshalb Ihre Arztpraxis der richtige Ansprechpartner. ■

SVLFG digital

Digitale Zukunft

Nutzen Sie schon die neuen digitalen Angebote?

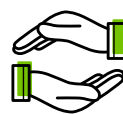
Online-Antrag auf Befreiung von Zuzahlungen



KRANKENKASSE



Online-Anträge Pflegekasse



PFLEGEKASSE



Film "Die Sicherheitsfälltechnik"



App "Stockfibel to go"

