

Pack's leichter an!

**Europäische Woche für Sicherheit und
Gesundheitsschutz bei der Arbeit
22.–26. Oktober 2007**

Informationspaket

Pack's leichter an!

Hintergrundinformationen zur Kampagne

Reduzierung des Risikos für Muskel- und Skeletterkrankungen am Arbeitsplatz

Muskel- und Skeletterkrankungen sind in Europa das häufigste arbeitsbedingte Gesundheitsproblem und betreffen Millionen von europäischen Arbeitnehmern in allen Wirtschaftssektoren. Fast 24 % der Beschäftigten in der EU leiden unter Rückenschmerzen und 22 % unter Muskelschmerzen. In den neuen Mitgliedstaaten sind beide Erkrankungen mit 39 % bzw. 36 % noch weiter verbreitet. Arbeitgeber müssen mehr für den Schutz ihrer Arbeitnehmer unternehmen, und die Arbeitnehmer müssen besser über die Risiken von Muskel- und Skeletterkrankungen informiert sein.

In diesem Informationspaket werden die Kernthemen der Kampagne „Pack's leichter an!“ zusammengefasst. Detailliertere Informationen sind auf der Website der Kampagne unter <http://ew2007.osha.europa.eu> abrufbar.

Inhalt

Zusammenfassung

Das Problem – warum Muskel- und Skeletterkrankungen ein wichtiges Thema sind

- **Muskel- und Skeletterkrankungen – eine Definition**
- **Spezifische arbeitsbedingte Muskel- und Skeletterkrankungen im Bereich des Nackens und der oberen Gliedmaßen**

Mögliche Maßnahmen am Arbeitsplatz

- **Wie lassen sich Muskel- und Skeletterkrankungen bekämpfen?**
- **Risikobewertung**
- **Manuelle Handhabung von Lasten – Reduzierung der Risiken**

Beispiele für bewährte Praktiken

Europäische Rechtsvorschriften

Pack's leichter an!

- **Informationen zur Kampagne**
- **Ziele der Kampagne**
- **Teilnahmebedingungen**

Informationen über die Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz

Zusammenfassung

Muskel- und Skeletterkrankungen sind in Europa das häufigste arbeitsbedingte Gesundheitsproblem. Fast 24 % der Beschäftigten in der EU leiden unter Rückenschmerzen und 22 % unter Muskelschmerzen¹. In den neuesten Mitgliedstaaten sind diese Erkrankungen noch weiter verbreitet.

Die Kosten von Muskel- und Skeletterkrankungen für Arbeitnehmer, Arbeitgeber und Regierungen sind hoch. Für Arbeitnehmer bedeuten diese Erkrankungen Schmerzen und Verdienstausschlag, für Arbeitgeber eine Beeinträchtigung der Wirtschaftlichkeit und für die Regierung eine Erhöhung der Sozialversicherungsausgaben.

Muskel- und Skeletterkrankungen stellen keine unüberwindliche Problematik dar. Viele Probleme können vermieden oder stark vermindert werden, indem Arbeitgeber die bestehenden Gesetze zu Sicherheit und Gesundheitsschutz einhalten und bewährte Praktiken einsetzen. Es gibt jedoch spezifische Maßnahmen, die zur wirksamen Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen erforderlich sind.

„Pack's leichter an!“ ist die Kampagne 2007 der Europäischen Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz zur Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen am Arbeitsplatz. Sie wird von den Ratspräsidentenschaften Deutschlands und Portugals im Jahr 2007, vom Europäischen Parlament, von der Europäischen Kommission und den europäischen Sozialpartnern unterstützt. Höhepunkt der Kampagne ist die Europäische Woche für Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit vom 22. bis 26. Oktober 2007.

Die Kampagne unterstützt einen integrierten Managementansatz mit drei Kernelementen. Erstens müssen Arbeitgeber, Arbeitnehmer und Regierung zusammenarbeiten, um Muskel- und Skeletterkrankungen zu bekämpfen. Zweitens sollten die Maßnahmen die Gesamtbelastung des Körpers berücksichtigen. Diese umfasst alle Belastungen, denen der Körper ausgesetzt ist, sowie die tatsächlich getragenen Lasten. So können beispielsweise Stress, eine kalte Arbeitsumgebung und das Arbeitstempo zur Entstehung von Muskel- und Skeletterkrankungen beitragen. Drittens sollten die Arbeitgeber für eine Weiterbeschäftigung, Rehabilitation und Wiedereingliederung in die Arbeitsabläufe von Mitarbeitern mit Muskel- und Skeletterkrankungen sorgen.

In der Kampagne „Pack's leichter an!“ tragen Arbeitgeber, Arbeitnehmer, Sicherheitsbeauftragte und externe politische Entscheidungsträger je einen Teil der Verantwortung. Arbeitgeber sollten mit gutem Beispiel vorangehen, indem sie ein echtes Engagement für Sicherheit und Gesundheitsschutz zeigen und alle praktikablen Maßnahmen zur Vermeidung und Reduzierung des Risikos für Muskel- und Skeletterkrankungen ergreifen. Das ist auch im Interesse der Arbeitgeber: Gutes Sicherheitsmanagement ist gut für das Geschäft und zeichnet effiziente Organisationen aus.

Die Einbeziehung der Arbeitnehmer bei der Bekämpfung von Gefahren am Arbeitsplatz ist äußerst wichtig – sie kennen ihren eigenen Arbeitsplatz am besten. Arbeitnehmer sollten Informationen und Schulungen zu Muskel- und Skeletterkrankungen erhalten, so dass sie spezifische Gefahren und Risiken vermeiden können. Politische Entscheidungsträger sollten das Thema Muskel- und Skeletterkrankungen im Rahmen der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes bei der Arbeit in ihre strategischen und legislativen Dokumente aufnehmen.

Als Teil der Kampagne „Pack's leichter an!“ hat die Agentur eine Website eingerichtet (<http://ew2007.osha.europa.eu>) und stellt verschiedene Ressourcen zur Verfügung, darunter auch



<http://ew2007.osha.europa.eu>

Informationen über Muskel- und Skeletterkrankungen, die über eine zentrale Dateneingangsstelle zugänglich sind: <http://osha.europa.eu/topics/msds/>.

Der europäische Wettbewerb für gute praktische Lösungen (Good Practice Award) ist ein wichtiger Bestandteil der Kampagne. In diesem Wettbewerb werden Unternehmen und Organisationen gewürdigt, die einen herausragenden Beitrag zur Vermeidung und Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen sowie zur Rehabilitation und Wiedereingliederung von Arbeitnehmern mit Muskel- und Skeletterkrankungen in den Arbeitsplatz geleistet haben. Organisationen und Einzelpersonen werden ermutigt, sich an der Kampagne zu beteiligen, eigene Veranstaltungen für die Europäische Woche zu organisieren und dazu beizutragen, dass Muskel- und Skeletterkrankungen weniger Leben beeinträchtigen.

Muskel- und Skeletterkrankungen: einige Zahlen aus der EUⁱⁱ

Fast 24 % der Beschäftigten in den EU-25 geben an, unter Rückenschmerzen zu leiden, und 22 % klagen über Muskelschmerzen. In den neuen Mitgliedstaaten sind beide Erkrankungen mit 39 % bzw. 36 % noch weiter verbreitet.

Etwa 62 % der Beschäftigten führen in mindestens einem Viertel der Arbeitszeit gleichförmig wiederholte Hand- oder Armbewegungen aus, 46 % nehmen schmerzhaft oder ermüdende Haltungen ein, und 35 % tragen oder bewegen schwere Lasten.

Die Landwirtschaft und das Baugewerbe sind im Hinblick auf körperliche Risiken und Muskel- und Skeletterkrankungen am häufigsten betroffen; diese Erkrankungen treten jedoch in allen Sektoren auf.

Frauen sind körperlichen Risikofaktoren weniger ausgesetzt, aber Männer und Frauen sind gleichermaßen von Arbeiten mit Hand- und Armbewegungen und schmerzhaften oder ermüdenden Haltungen betroffen.

Muskel- und Skeletterkrankungen – eine Definition

Arbeitsbedingte Muskel- und Skeletterkrankungen sind Beeinträchtigungen von physischen Strukturen wie Muskeln, Gelenken, Sehnen, Bändern, Nerven und lokalem Blutkreislauf, die hauptsächlich durch Arbeit und die Auswirkungen des unmittelbaren Arbeitsumfelds verursacht oder verschlimmert werden.

Bei den meisten arbeitsbedingten Muskel- und Skeletterkrankungen handelt es sich um kumulative Schädigungen, die eine Folge lang anhaltender, wiederholter Belastungen von hoher oder geringer Intensität sind. Aber auch akute Traumata wie unfallbedingte Brüche können zu Muskel- und Skeletterkrankungen führen.

Diese Erkrankungen treten hauptsächlich im Bereich des Rückens, des Nackens, der Schultern und der oberen, aber auch der unteren Gliedmaßen auf. Einige Muskel- und Skeletterkrankungen wie das Karpaltunnelsyndrom der Handwurzel haben eine spezifische Bezeichnung, weil ihre Symptome klar abgegrenzt sind. Andere sind unspezifisch, weil mit den auftretenden Schmerzen und Beschwerden keine deutlichen Hinweise auf eine spezifische Erkrankung verbunden sind.

Muskel- und Skeletterkrankungen, die den Oberkörper betreffen, werden als arbeitsbedingte Erkrankungen im Bereich des Nackens und der oberen Gliedmaßen (Work-Related Neck and Upper Limb Disorders, WRULD) bezeichnet. Die Symptome von WRULD entwickeln sich unter Umständen über einen langen Zeitraum und manifestieren sich in Form von Schmerzen, Unbehagen, Taubheitsgefühl und Kribbeln. Gelegentlich berichten die Betroffenen auch über geschwollene Gelenke, Beweglichkeitseinschränkungen, verringerte Greifkraft und Veränderungen der Hautfarbe an Händen oder Fingern. WRULD werden gelegentlich auch als Überbeanspruchung oder Überlastung, „Repetitive Strain Injuries“ (RSI) oder kumulative traumatische Erkrankungen bezeichnet; als spezifische Beispiele sind das Karpaltunnelsyndrom, Tendinitis und die Weißfingerkrankheit zu nennen.



Faktoren, die zur Entwicklung von Muskel- und Skeletterkrankungen und WRULD beitragen

Alle der folgenden Faktoren können für sich genommen zu Muskel- und Skeletterkrankungen und WRULD führen; beim Zusammentreffen mehrerer Risikofaktoren erhöht sich jedoch das Risiko entsprechend.

Physische Faktoren:

- Anwendung von Kraft, z. B. Heben, Tragen, Ziehen, Schieben und Werkzeuggebrauch
- gleichförmig wiederholte Bewegungen
- ungünstige und starre Haltungen, z. B. Arbeiten mit den Händen über der Schulterhöhe
- Vibrationen
- Kälte oder übermäßige Wärme
- schlechte Beleuchtung, die Unfälle verursachen kann
- hoher Lärmpegel, der zu körperlicher Anspannung führen kann

Organisatorische und psychosoziale Faktoren:

- anspruchsvolle Arbeit, fehlende Kontrolle über die ausgeführten Arbeiten und geringes Maß an Selbständigkeit
- geringe Arbeitszufriedenheit
- sich wiederholende, monotone Arbeiten, hohes Arbeitstempo
- fehlende Unterstützung durch Kollegen, Vorgesetzte und Führungskräfte

Individuelle Faktoren:

- Krankheitsvorgeschichte
- physische Leistungsfähigkeit
- Alter
- Fettleibigkeit
- Rauchen

Spezifische arbeitsbedingte Muskel- und Skeletterkrankungen im Bereich des Nackens und der oberen Gliedmaßen (WRULD)

Bei körperlicher Arbeit muss Kraft aufgewendet werden, um Gegenstände zu bewegen oder festzuhalten. Bei jeder Arbeit mit den Händen werden verschiedene Muskelgruppen in Nacken, Schultergürtel, Armen und Händen kontrahiert. Je größer die Kraft ist, die für die Handhabung von Gegenständen benötigt wird, umso höher ist der Aufwand an Muskelkraft in den beteiligten Körperteilen.

Manche WRULD werden durch die akute Aufwendung von extremer Kraft ausgelöst, aber die meisten dieser Erkrankungen sind die Folge ständig wiederkehrender, scheinbar nur mäßiger Kraftaufwendungen über einen längeren Zeitraum. Diese können zu Muskelermüdung und mikroskopischen Schädigungen der Weichgewebe im Nacken und in den oberen Gliedmaßen führen.

Die wichtigsten Risikofaktoren für WRULD sind:

- kraftintensive Tätigkeiten mit hoher mechanischer Belastung im Bereich von Nacken, Schultern und oberen Gliedmaßen
- Arbeiten in unergonomischer Körperhaltung



- Bewegungswiederholungen, insbesondere immer derselben Muskelgruppen und Gelenke und bei der Kombination von kraftintensiven Tätigkeiten und repetitiven Bewegungen
- langes Arbeiten ohne Pause und Erholungsmöglichkeit
- Hand- und Armvibrationen, die zu Taubheitsgefühl, Kribbeln oder Gefühllosigkeit führen und die Betroffenen zwingen, eine größere Greifkraft aufzuwenden

Wie lassen sich Muskel- und Skeletterkrankungen bekämpfen?

Die Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen (und WRULD) sollte mittels eines integrierten Managementansatzes erfolgen, dessen Gegenstand nicht nur die Vermeidung von Neuerkrankungen ist, sondern auch die Weiterbeschäftigung, Rehabilitation und Wiedereingliederung von Arbeitnehmern, die bereits an Muskel- und Skeletterkrankungen leiden. Üblicherweise werden Muskel- und Skeletterkrankungen nicht durch einen einzelnen Faktor verursacht; daher ist es wichtig, alle Risikofaktoren zu bewerten und in ihrer Gesamtheit anzugehen.

Viele Probleme können vermieden oder stark vermindert werden, indem die bestehenden Gesetze zu Sicherheit und Gesundheitsschutz eingehalten und Richtlinien zu bewährten Praktiken befolgt werden. Dies umfasst die Bewertung der Arbeitsaufgaben, die Einführung vorbeugender Maßnahmen und die Überwachung ihrer durchgehenden Befolgung. Zur Risikobekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen sind jedoch spezifische Maßnahmen erforderlich.

Der europäische Ansatz zur Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungenⁱⁱⁱ

Vorbeugung von Muskel- und Skeletterkrankungen^{iv}:

- Vermeidung von Risiken für Muskel- und Skeletterkrankungen
- Bewertung unvermeidlicher Risiken
- Risikobekämpfung an der Quelle
- individuelle Anpassung der Arbeit
- Anpassung an die technologische Entwicklung
- Ersatz gefährlicher Abläufe durch sichere oder weniger gefährliche
- Entwicklung einer stimmigen und umfassenden Präventionsstrategie, die auf die körperlichen Belastungen in ihrer Gesamtheit ausgerichtet ist
- Vorrang kollektiver Schutzmaßnahmen gegenüber individuellen Schutzmaßnahmen
- Erteilung geeigneter Anweisungen an die Beschäftigten

Weiterbeschäftigung von Arbeitnehmern mit Muskel- und Skeletterkrankungen:

- Rehabilitation von Beschäftigten mit Muskel- und Skeletterkrankungen
- Wiedereingliederung dieser Beschäftigten in die Arbeitsabläufe

Risikobewertung

Die Arbeitgeber sind gesetzlich verpflichtet, eine Bewertung der Risiken am Arbeitsplatz vorzunehmen und Maßnahmen zum Schutz von Sicherheit und Gesundheit ihrer Beschäftigten und zum Schutz Dritter zu ergreifen. Eine sachgerechte Risikobewertung trägt dazu bei, die Kosten für Unternehmen durch Produktionsausfälle, Entschädigungsansprüche und höhere Versicherungsprämien zu senken.

Bei einer Schritt für Schritt durchgeführten Risikobewertung ist wie folgt vorzugehen:

- Bestimmung aller Risiken oder Kombinationen von Risiken, die zu Muskel- und Skeletterkrankungen führen können
- Bestimmung von gefährdeten Personen und von Gefährdungsquellen
- Bewertung der Risiken und Festlegung zu ergreifender Maßnahmen: Kann die Gefahr vollständig beseitigt werden? Kann das Risiko eingeschränkt werden? Können Schutzmaßnahmen zum Schutz der gesamten Belegschaft ergriffen werden? Ist persönliche Schutzausrüstung erforderlich?
- Überwachung der Risiken und regelmäßige Überprüfung der Präventivmaßnahmen

Nach der Risikobewertung sollte eine nach Prioritäten geordnete Liste der erforderlichen Maßnahmen erstellt werden, an deren Umsetzung die Beschäftigten und deren Vertreter beteiligt werden. Der Schwerpunkt der Maßnahmen sollte sowohl auf der Prävention als auch auf der Risikominimierung liegen. Wichtig ist, dass alle Beschäftigten geeignete Informationen erhalten und an Unterweisungs- und Schulungsmaßnahmen zum Thema Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit teilnehmen, in denen sie darüber aufgeklärt werden, wie sich spezifische Gefahrensituationen und Risiken vermeiden lassen. Die Beteiligung der Arbeitnehmer bei der Bekämpfung von Gefahren am Arbeitsplatz ist äußerst wichtig; die Beschäftigten und ihre Vertreter kennen ihren eigenen Arbeitsplatz am besten.

Die Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen kann kosteneffizient sein^v

Beschäftigte in der Wäscherei eines großen allgemeinen Krankenhauses im Vereinigten Königreich waren bei ihrer Tätigkeit dem Risiko von Verletzungen im Lendenwirbelsäulen- und Schulterbereich ausgesetzt. Sie mussten sich übermäßig vorbeugen, um trockene und nasse Wäsche unter Kraftanstrengungen und in einer ungünstigen Arbeitshaltung anzuheben. Nach einer ergonomischen Bewertung, an der Fachleute, Mitarbeiter und das Management beteiligt waren, wurden wesentliche Änderungen der Arbeitsplätze und der Wäschereiausrüstung sowie eine Jobrotation eingeführt.

Aufgrund dieser Umstellung gingen die krankheitsbedingten Fehlzeiten um 62 % zurück, die Produktivität stieg um 12 %, es fielen 20 % weniger Überstunden an, und auch das Arbeitsklima wurde besser. Die Gesamtkosten der Umstellung betrugen etwas mehr als 40 000 EUR und amortisierten sich in weniger als fünf Monaten. Berechnungen zufolge belaufen sich die Gesamteinsparungen über einen Zeitraum von drei Jahren auf fast 300 000 EUR.

Manuelle Handhabung von Lasten – Reduzierung der Risiken

Die manuelle Handhabung von Lasten umfasst das Anheben, Halten, Absetzen, Schieben, Ziehen, Tragen oder Bewegen einer Last. Der Anteil der Arbeitnehmer, die nach eigenen Angaben schwere Lasten tragen oder bewegen, ist in den letzten Jahren zwar zurückgegangen, ist in den 25 EU-Mitgliedstaaten mit 34,5 % jedoch immer noch hoch. In den neuesten Mitgliedstaaten liegt der Anteil mit 38,0 % noch höher^{vi}. In der Richtlinie 90/269/EWG des Rates sind die Vorschriften bezüglich der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes bei der manuellen Handhabung von Lasten festgelegt, insbesondere wenn ein Risiko für Rückenverletzungen der Arbeitnehmer besteht.

Die manuelle Handhabung von Lasten kann Folgendes verursachen:

- Muskel- und Skeletterkrankungen aufgrund der allmählichen und zunehmenden Beeinträchtigung des Muskel-Skelett-Systems durch ständiges Anheben oder Handhaben von Lasten, z. B. Schmerzen im Lendenwirbelsäulenbereich
- akutes Trauma wie unfallbedingte Schnittverletzungen oder Brüche



Mehrere Risikofaktoren tragen zur Erhöhung des Verletzungsrisikos bei. Verletzungen – insbesondere im Rückenbereich – können in folgenden Fällen auftreten:

- Die Lasten sind zu schwer, zu groß, schwierig zu fassen, befinden sich in einem labilen Gleichgewicht oder sind instabil, sind nicht in Reichweite oder haben eine Form oder Größe, die die Sicht des Arbeitnehmers einschränkt, was die Unfallgefahr erhöht.
- Die Aufgaben sind zu anstrengend, erfordern ungünstige Körperhaltungen oder Bewegungen oder erfordern eine wiederholte Handhabung.
- Die Arbeitsumgebung bietet nicht ausreichend Platz für die manuelle Handhabung von Lasten, weist einen unebenen, instabilen oder nicht rutschfesten Boden auf, ist zu warm oder zu kalt oder ist unzureichend beleuchtet.
- Ein Arbeitnehmer verfügt über mangelnde Erfahrung, Ausbildung oder Einweisung in die Arbeit, ist älter, weist bestimmte körperliche Eigenschaften oder Leistungsvermögen auf, wie z. B. Körpergröße oder Stärke, oder hat in der Vergangenheit bereits Rückenerkrankungen gehabt.

Arbeitgeber müssen die Gesundheits- und Sicherheitsrisiken analysieren, denen ihre Mitarbeiter ausgesetzt sind. Zur Durchführung einer effizienten Risikobewertung können einfache Schritte durchgeführt werden, wie z. B. die Ermittlung von Gefahren, die Unfälle zur Folge haben können, und die Analyse, ob die vorhandenen Vorsichtsmaßnahmen ausreichen.

Durch die Beseitigung oder zumindest die Verringerung der Risiken bei der manuellen Handhabung von Lasten können Unfälle und Gesundheitsschäden vermieden werden. Arbeitgeber sollten beispielsweise erwägen, ob sich die manuelle Handhabung von Lasten durch die Verwendung von motorisch angetriebenen Transport- und Fördergeräten vermeiden lässt. Wenn sich die manuelle Handhabung von Lasten nicht vermeiden lässt, sollte die Nutzung von Hilfsgeräten wie Hebezeugen und Transportwagen in Erwägung gezogen werden. Organisatorische Maßnahmen wie Jobrotation und längere Pausen sollten nur in Erwägung gezogen werden, wenn sich die Risiken bei der manuellen Handhabung von Lasten nicht vermeiden oder verringern lassen. Die Bereitstellung von Informationen über die Risiken und potenziellen Gesundheitsgefahren durch die manuelle Handhabung von Lasten sowie die Einweisung in die Nutzung von Geräten und die richtigen Handhabungsmethoden sind ebenfalls wichtig. Die Rehabilitation und Wiedereingliederung von Arbeitnehmern mit Muskel- und Skeletterkrankungen in die Arbeitsabläufe sollten ein fester Bestandteil der Präventionsstrategie für diese Erkrankungen sein. Dadurch werden die Gesundheit und das Wohlbefinden der Arbeitnehmer verbessert und Produktivitätseinbußen vermieden. Die Einbeziehung der Beschäftigten und ihrer Vertreter bei der Bekämpfung der Risiken am Arbeitsplatz ist äußerst wichtig.

Richtige Methoden bei der Handhabung

Vor dem Anheben einer Last sollten Sie die Arbeitsaufgabe planen und vorbereiten und sicherstellen, dass:

- Sie den Einsatzort kennen;
- sich in dem Bereich, in dem Sie sich bewegen, keine Hindernisse befinden;
- Sie die Last fest im Griff haben;
- Ihre Hände, die Last und ggf. vorhandene Griffe rutschfest sind;
- wenn Sie die Last mit jemand anderem anheben, Sie beide genau wissen, was sie tun.



Beim Anheben einer Last:

- Setzen Sie Ihre Füße um die Last, und beugen Sie Ihren Körper darüber (wenn dies nicht möglich ist, sollte der Abstand zwischen Ihrem Körper und der Last möglichst klein sein).
- Nutzen Sie Ihre Beinmuskulatur beim Anheben.
- Halten Sie Ihren Rücken gerade.
- Ziehen Sie die Last so nah wie möglich zu Ihrem Körper.
- Heben und tragen Sie die Last mit nach unten ausgestreckten Armen.

Dabei ist Folgendes zu beachten:

- Sie sollten die Last mithilfe des eigenen Körpergewichts schieben bzw. ziehen und sich beim Schieben nach vorne lehnen bzw. beim Ziehen zurücklehnen.
- Sie sollten festen Halt auf dem Boden haben, damit Sie sich nach vorne bzw. zurücklehnen können.
- Der Rumpf sollte nicht gebeugt oder gedreht werden.
- Zur besseren Kraftausübung sollten Sie die an den Fördereinrichtungen vorgesehenen Griffe/Handgriffe verwenden. Die Griffe sollten sich in einer Höhe zwischen Schulter und Taille befinden, damit Sie die Last in einer günstigen, neutralen Körperhaltung schieben bzw. ziehen können.
- Die Fördereinrichtungen müssen einwandfrei gewartet sein.
- Die Böden sollten hart, stabil, eben und sauber sein.



Beispiele für bewährte Praktiken

Körperliche Aktivität zur Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen bei Steuerbüromitarbeitern

Erkrankungen des Nackens und der oberen Gliedmaßen sind unter Arbeitnehmerinnen an Computerarbeitsplätzen verbreitet. Da die Nutzung von Computern am Arbeitsplatz zunimmt, ist dies ein wachsendes Problem; es ist jedoch nur relativ wenig über die Prävention und den Nutzen körperlicher Aktivität zur Linderung von Erkrankungen des Nackens und der oberen Gliedmaßen bekannt.

Körperliche Aktivität wird zunehmend mit einem günstigen Krankheitsverlauf in Verbindung gebracht; es ist aber noch nicht genug über Störungen des Muskel-Skelett-Systems bekannt. Mitarbeiter eines Steuerbüros in Dänemark äußerten ein Interesse daran, an einer Studie teilzunehmen. Das Unternehmen bot zwar Einrichtungen für körperliche Aktivität an, aber nur wenige Maßnahmen zur Einweisung oder Anleitung.

Der allgemeine Ansatz der Maßnahme umfasste die Sensibilisierung auf höchster Ebene des Unternehmens, die Kommunikation mit verschiedenen lokalen Standorten und die Finanzierung externer Schulungsprogramme und Trainingsleiter. Es wurden Fragebogen an 2163 Mitarbeiter gesendet; 862 davon äußerten ein Interesse, an der Studie teilzunehmen, und 616 Mitarbeiter nahmen tatsächlich an der Studie teil.

Professionelle Trainingsleiter wurden den Teilnehmern für die folgenden drei Gruppen zugeteilt: allgemeine körperliche Aktivitäten wie Gymnastik, Gehen, Dehnungsübungen usw.; Krafttraining für den Bereich Nacken und obere Gliedmaßen; und Informationen zur Gesundheitsförderung. Das Unternehmen unterstützte wöchentlich eine Stunde für körperliche Aktivität während der Arbeitszeit über einen Zeitraum von einem Jahr.

Das Hauptproblem bestand darin, dass Arbeitnehmer während der Arbeitszeit nicht die Zeit fanden, an den Programmen für körperliche Aktivität teilzunehmen, obwohl der Arbeitgeber ihnen wöchentlich eine Stunde für die Zeitdauer eines ganzen Jahres erlaubt hatte. Änderungen in der Arbeitskultur sind erforderlich, bevor der vollständige Nutzen von körperlichen Trainingsprogrammen umgesetzt werden kann.

Die Unterstützung vom Top-Management des Unternehmens war sichergestellt, und Ablehnung von Seiten der Arbeitnehmer war selten, obwohl einzelne Mitarbeiter das Projekt anfänglich zu boykottieren versuchten; diese Einwände wurden jedoch durch Einzelgespräche überwunden.

Die Ergebnisse des Projekts zeigten, dass die Teilnehmer sehr zufrieden waren, insbesondere in der Gruppe mit den meisten Trainingsleiterstunden; Krafttraining führte zu einer Stärkung der Schultermuskulatur und zu einer Reduzierung der Nackenerkrankungen. Mit dem Krafttrainingsprogramm wurden die Ziele für die Reduzierung der Nackenbeschwerden erreicht; allgemeinere körperliche Aktivität war dagegen weniger erfolgreich. Das Projekt wurde von allen beteiligten Gruppen als erfolgreich eingestuft.

Ein Training von nur 20 Minuten an drei Tagen in der Woche vermindert erfolgreich Nackenbeschwerden bei Arbeitnehmern mit Computerarbeitsplätzen. Diese Erkenntnis kann in allen EU-Mitgliedstaaten genutzt werden.

Kontakt: Trine Blangsted und Gisela Sjøgaard

Arbejdsmiljøinstituttet (AMI)

<http://www.ami.dk/spa>

Umgestaltung eines Kranführersitzes

Kranführer bei einem Abfallrecyclingunternehmen in Deutschland klagten über Schmerzen im Bereich des Nackens, der Schultern und der oberen Gliedmaßen. Sie arbeiteten in einem Führerstand am oberen Ende eines geschlossenen Aufnahmebunkers, in den der Abfall von LKW entladen wird; sie saßen auf einem einfachen drehbaren Sitz und bedienten mit Joysticks einen Greiferkran zum Vermischen und Transportieren des Abfalls in den Trichter des Verbrennungssystems.



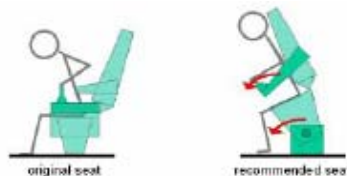
Beschwerden wurden berichtet, als die Kranführer vorübergehend in einer neuen Anlage eingesetzt wurden. Die Berufsgenossenschaft der Gas-, Fernwärme- und Wasserwirtschaft (BGFW) wurde beauftragt, die Ursache für die Muskel- und Skeletterkrankungen zu ermitteln, und forderte das Berufsgenossenschaftliche Institut für Arbeitsschutz (BGIA) auf, die Untersuchungen durchzuführen.

Die Arbeitsplätze wurden mit dem Messsystem CUELA vermessen, das bereits an verschiedenen Arbeitsplätzen erfolgreich zur Aufzeichnung und Bewertung von Belastungsfaktoren für Muskel- und Skeletterkrankungen eingesetzt wurde. Das Messsystem bestand aus Sensoren und einem Miniaturcomputer, die an der Kleidung der Arbeitnehmer befestigt wurden. Die verschiedenen Körper- und Gelenkbewegungen während einer Schicht wurden kontinuierlich mit einer hohen Zeitauflösung (50 Hz) gemessen und auf einer Speicherkarte gespeichert.

Die mit dem Messsystem ausgestatteten Arbeitnehmer konnten ihre Arbeitsabläufe normal ausführen. Die Messungen wurden darüber hinaus auf Video dokumentiert, und die Arbeitshaltung wurde mithilfe einer dreidimensionalen computeranimierten Figur dargestellt.

Die untersuchten Arbeitsplätze wirkten identisch; die Arbeitsorganisation, Schichtabläufe, Arbeitsumgebung und Aufgaben waren gleich. Der ermittelte Unterschied bestand in der Position des Kranführerstands; diese war die Ursache für das Problem. Der nicht-verstellbare Sitz und die Instrumente waren für die Arbeit in aufrechter Haltung entworfen worden, so dass die Arbeit in einer extrem gebeugten Körperhaltung zu einer ungünstigen Armhaltung führte.

Der Sitz wurde für eine verbesserte Haltung so umgestaltet, dass er wie nachfolgend dargestellt permanent nach vorne geneigt war und darüber hinaus verschiedene Einstellmöglichkeiten für die Anpassung durch den Kranführer bot.



Das Ergebnis des neuen Sitzes war eine deutlich verbesserte Arbeitshaltung der Kranführer, eine echte Verbesserung der Arbeitssituation und ein starker Rückgang der Muskel- und Skeletterkrankungen.



<http://ew2007.osha.europa.eu>

Muskel- und Skeletterkrankungen im Nacken- und Schulterbereich stellen in zahlreichen verschiedenen Sektoren in ganz Europa ein Problem dar. Diese Methode lässt sich auf ähnliche Arbeitsplätze übertragen, beispielsweise auf Arbeitsplätze, bei denen der Sichtbereich unter dem Arbeitnehmer liegt, z. B. bei Kranführern in Hafenanlagen.

Kontakt: Dirk Ditchen, BG Institut für Arbeitsschutz (BGIA)
E-Mail: Dirk.Ditchen@hvbq.de

Ergonomie-Richtlinienkonzept

Ein österreichisches Bioscience-Unternehmen war mit seinen Unfallraten und Fehlzeiten unzufrieden und ergriff Maßnahmen zur Verbesserung der Arbeitsbedingungen und des Verhaltens seiner Mitarbeiter. Eine Strategie und ein Programm für Sicherheit und Gesundheitsschutz wurden entwickelt. Das Ergonomie-Richtlinienkonzept (ERK) vermittelt allen Mitarbeitern, die direkt oder indirekt an der Gestaltung der Arbeitsplätze beteiligt sind, Grundkenntnisse über Ergonomie: Stress und Belastungen, Arbeitsbedingungen, Prävention, Analyse- und Bewertungsverfahren und Umsetzung systematischer Verbesserungen.

Der Kern des ERK ist ein dreistufiges Programm: Basis-Workshops, zwei tiefer gehende Workshops und jährliche Followup-Workshops. In allen Workshops werden sieben Bereiche der Ergonomie behandelt: Haltungen und Bewegungen am Arbeitsplatz, Messungen am Arbeitsplatz und Arbeitsausrüstung, Arbeitszeit, arbeitsbedingter psychologischer Stress, Luftqualität in klimatisierten und anderen Innenräumen, Licht und Lärm. Die Teilnehmer erhalten eine größere Kompetenz für die praktische Umsetzung ihrer Kenntnisse, insbesondere bei der Planung neuer Arbeitsplätze und Modifikationen.

ERK-Projekt: Handhabung eines 23 kg schweren Zentrifugenrotors

Vorher: Der Rotor wurde manuell ausgebaut, wobei die Zentrifuge zu einer Werkbank getragen wurde. Die Flüssigkeit im Rotor wurde manuell in einen Behälter abgelassen (Haltung, Bewegungen, Kraftaufwand).

Nachher: Der Rotor wird mithilfe einer an der Decke befestigten Hebevorrichtung angehoben (Abb. 1) und in einen Transportwagen gesetzt. Auf diese Weise können bis zu acht Rotoren transportiert und gehandhabt werden (Abb. 2). Zum Ablassen der Flüssigkeit wird der obere Teil des Transportwagens mit den Rotoren um die waagerechte Achse gedreht (Abb. 3), ohne ungünstige Körperhaltungen und Bewegungen und mit einem Bruchteil des Kraftaufwands bei der manuellen Handhabung.



Abb. 1: Herausheben des Rotors mit einer an der Decke befestigten Hebevorrichtung



Abb. 2: Transport von 8 Rotoren mit dem Transportwagen



Abb. 3: Ablassen der Rotorflüssigkeit mit der drehbaren Vorrichtung des Transportwagens



In den ersten drei Jahren der ERK-Umsetzung sank die Unfallrate um 29 %, und die krankheitsbedingten Fehlzeiten gingen um etwa 50 % zurück. Das ERK kann in angepasster Form in allen Unternehmen eingesetzt werden. Der Erfolg ist auf den direkten Zugang zu dem Unternehmen und auf die Integration eines Anregungsprogramms zurückzuführen. Die erforderlichen Anpassungen für andere Unternehmen betreffen die Schwerpunktlegung der sieben ergonomischen Bereiche.

Kontakt: DI Georg Effenberger, Allgemeine Unfallversicherungsanstalt Österreich (AUVA)

E-Mail: georg.effenberger@auva.at

Europäische Rechtsvorschriften

Die EU-Rechtsvorschriften verpflichten die Arbeitgeber dazu, die Gesundheits- und Sicherheitsrisiken für ihre Mitarbeiter zu minimieren. Die wichtigsten Aspekte der Vorbeugung von Muskel- und Skeletterkrankungen sind in europäischen Richtlinien, in Vorschriften der Mitgliedstaaten und Leitfäden über bewährte Praktiken bereits anerkannt. Ergänzend zu diesen Richtlinien regeln verschiedene Europäische Normen (die so genannten EN-Normen) Einzelheiten oder ermöglichen die Umsetzung der Richtlinien.^{vii}

Die folgenden europäischen Richtlinien sind für die Vorbeugung von Muskel- und Skeletterkrankungen von besonderer Bedeutung:

- 89/391/EWG: Maßnahmen zur Verbesserung der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes der Arbeitnehmer
- 89/654/EWG: Mindestvorschriften für Arbeitsstätten
- 89/655/EWG: Zweckmäßigkeit von Arbeitsmitteln
- 89/656/EWG: Zweckmäßigkeit von persönlicher Schutzausrüstung
- 90/269/EWG: Ermittlung und Prävention von Gefährdungen bei der manuellen Handhabung von Lasten
- 90/270/EWG: Mindestvorschriften bezüglich der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes bei der Arbeit an Bildschirmgeräten
- 93/104/EG: Arbeitszeitgestaltung
- 98/37/EG: Maschinen
- 2002/44/EG: Feststellung und Verhütung von Risiken durch Vibrationen
- 2006/42/EG: Wichtige Gesundheitsschutz- und Sicherheitsanforderungen hinsichtlich der Konstruktion und des Baus von Maschinen

Pack's leichter an!

Warum Muskel- und Skeletterkrankungen ein Problem sind

Muskel- und Skeletterkrankungen haben für die EU Priorität. Die Ziele der Lissabon-Strategie^{viii} der EU sehen nicht nur eine Erwerbsbeteiligung von 70 % bis zum Jahr 2010 vor, sondern auch die Schaffung von mehr und besseren Arbeitsplätzen in Europa. Die Bekämpfung der Muskel- und Skeletterkrankungen – der häufigsten arbeitsbedingten Gesundheitsstörung – würde zur Erreichung dieses Zieles beitragen. In den Gemeinschaftsstrategien für Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit werden Muskel- und Skeletterkrankungen ebenfalls als Prioritätsbereich festgelegt.

Die Kosten der Muskel- und Skeletterkrankungen für die EU sind hoch, aber eine Prävention ist möglich. Für Arbeitnehmer bedeuten diese Erkrankungen Schmerzen und Verdienstausschlag, für Arbeitgeber eine Beeinträchtigung der Wirtschaftlichkeit und für die Regierung eine Erhöhung der Sozialversicherungsausgaben. Muskel- und Skeletterkrankungen betreffen Millionen europäischer Arbeitnehmer in allen Wirtschaftssektoren; ein besonderes Problem sind sie jedoch in den Bereichen Landwirtschaft, Baugewerbe, Dienstleistungen und Einzelhandel, Transport, Gesundheitswesen sowie Hotel- und Gastronomiegewerbe. Fast 24 % der Beschäftigten in Europa leiden unter Rückenschmerzen und 22 % unter Muskelschmerzen. In den neuen Mitgliedstaaten sind beide Erkrankungen mit 39 % bzw. 36 % noch weiter verbreitet^{ix}.

Informationen zur Kampagne

„Pack's leichter an!“ unterstützt Arbeitgeber, Arbeitnehmer, Sicherheitsbeauftragte und politische Entscheidungsträger bei der Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen am Arbeitsplatz. Die Kampagne unterstützt einen integrierten Managementansatz zur Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen, der einerseits die Vermeidung von Muskel- und Skeletterkrankungen und andererseits die Weiterbeschäftigung von Arbeitnehmern, die an Muskel- und Skeletterkrankungen leiden, umfasst. Der Schwerpunkt liegt auf der Frage nach dem Umgang mit der Belastung – dabei geht es um alle Belastungen, denen der Körper ausgesetzt ist, und nicht nur um tatsächlich getragene Lasten. Belastungen können beispielsweise durch Stress, eine kalte Arbeitsumgebung, die Arbeitsorganisation und das Arbeitstempo entstehen. Daher ist es wichtig, alle Risikofaktoren für diese Erkrankungen zu bewerten und in ihrer Gesamtheit anzugehen.

Die europäische Kampagne unterstützt ebenfalls die Weiterbeschäftigung, Rehabilitation und Wiedereingliederung von Arbeitnehmern, die bereits an Muskel- und Skeletterkrankungen leiden. Besonders wichtig ist dabei die soziale und organisatorische Unterstützung der Arbeitnehmer mit Muskel- und Skeletterkrankungen für die Rückkehr in das Arbeitsleben und die spätere Weiterbeschäftigung.

Höhepunkt der Kampagne ist die Europäische Woche für Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit vom 22. bis 26. Oktober 2007. Sie wird von den Ratspräsidentenschaften Deutschlands und Portugals im Jahr 2007, vom Europäischen Parlament, von der Europäischen Kommission und von den europäischen Sozialpartnern unterstützt.

Die Europäische Woche wird seit dem Jahr 2000 jährlich veranstaltet und dient zur Förderung der Verbesserung der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes am Arbeitsplatz. Die Europäische Woche hat fünf strategische Ziele: Sensibilisierung, Bereitstellung von Informationen, Entwicklung und Bereitstellung von Ressourcen, Förderung von Aktivitäten zur Verbesserung von Arbeitsplätzen und Ermittlung und Anerkennung von bewährten Praktiken.

Zeitplan der Kampagne

Juni 2007: Medienstart mit dem für Beschäftigung und soziale Angelegenheiten zuständigen Mitglied der Kommission im Europäischen Parlament, Brüssel

Oktober 2007: Europäische Woche mit begleitender Ausstellung im Europäischen Parlament

März 2008: Abschlussveranstaltung: der „Gipfel zu Muskel- und Skeletterkrankungen“, in dem auf die Europäische Woche zurückgeblickt wird, die wichtigsten Fragen erläutert werden und die Gewinner des Wettbewerbs für gute praktische Lösungen ermittelt und geehrt werden.

Ziele der Kampagne

Generell sollten Arbeitgeber Verfahren und Maßnahmen im Bereich Sicherheit und Gesundheitsschutz einführen und schnell auf eventuell vorhandene Bedenken reagieren. Sie sollten jedoch mehr tun als nur ihre rechtlichen Verpflichtungen zu erfüllen. Arbeitgeber sollten mit gutem Beispiel vorangehen und ein echtes Engagement für Sicherheit und Gesundheitsschutz zeigen. Das ist auch im Interesse der Arbeitgeber: Gutes Sicherheitsmanagement ist gut für das Geschäft und zeichnet effiziente Organisationen aus.

Die Kampagne „Pack's leichter an!“ deckt alle 27 EU-Mitgliedstaaten sowie die Länder der Europäischen Freihandelsassoziation (EFTA) ab. Der in der Kampagne geförderte integrierte Managementansatz hat drei Kernelemente:

- Zusammenarbeit von Arbeitgebern, Arbeitnehmern und Regierung bei der Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen
- Berücksichtigung der Gesamtbelastung des Körpers, die zu Muskel- und Skeletterkrankungen führt
- Weiterbeschäftigung, Rehabilitation und Wiedereingliederung von Arbeitnehmern, die an Muskel- und Skeletterkrankungen leiden oder gelitten haben

Viele Aspekte von „Pack's leichter an!“ sind für viele verschiedene Menschen relevant, einige Ziele der Kampagne sind jedoch auf bestimmte Gruppen ausgerichtet.

Arbeitgeber sollten:

- Aktionen weiterführen, die im Rahmen der ersten Europäischen Woche für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz im Jahr 2000 („Gemeinsam gegen Muskel- und Skeletterkrankungen“) initiiert wurden;
- sich die Risiken von Muskel- und Skeletterkrankungen und ihre Gesundheitsauswirkungen bewusst machen, einschließlich weniger bekannter Aspekte wie langem Stehen oder Sitzen und Erkrankungen der unteren Gliedmaßen;
- gute praktische Lösungen am Arbeitsplatz zur Vermeidung von Muskel- und Skeletterkrankungen umsetzen;
- den umfassenden Präventionsansatz am Arbeitsplatz fördern, indem sie das Konzept der „Gesamtbelastung des Körpers“ berücksichtigen;
- das Bewusstsein für die Risiken für Muskel- und Skeletterkrankungen fördern und die Einführung guter praktischer Lösungen in den Bereichen und den Belegschaftsgruppen mit erhöhtem Risiko fördern, z. B. in den Bereichen Dienstleistungen, Einzelhandel und Bildung oder bei älteren Arbeitnehmern;
- die Umsetzung eines integrierten Managementansatzes optimieren, indem sie Maßnahmen zur Reduzierung der Risiken für Muskel- und Skeletterkrankungen ergreifen;



- die Weiterbeschäftigung, Rehabilitation und Wiedereingliederung in die Arbeitsabläufe für Arbeitnehmer mit Muskel- und Skeletterkrankungen ermöglichen;
- gute praktische Lösungen für die Weiterbeschäftigung und Wiedereingliederung von Arbeitnehmern, die in der Vergangenheit Muskel- und Skeletterkrankungen hatten, umsetzen;
- interdisziplinäre Ansätze fördern, bei denen Prävention und Rehabilitation kombiniert werden;
- die Beteiligung der Arbeitnehmer an Aktivitäten im Bereich Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz fördern und erleichtern.

Arbeitnehmer und ihre Sicherheitsbeauftragten sollten:

- sich die Risiken für Muskel- und Skeletterkrankungen und ihre Gesundheitsauswirkungen bewusst machen;
- wissen, wie die Risiken vermieden oder reduziert werden können;
- mit Lösungen für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz für diejenigen Mitarbeiter, die bereits an Muskel- und Skeletterkrankungen leiden, vertraut sein;
- gute praktische Lösungen zur Vermeidung von Muskel- und Skeletterkrankungen fördern;
- zu informierten, sachkundigen und aktiven Partnern bei Aktivitäten für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz werden.

Politische Entscheidungsträger sollten:

- das Thema Muskel- und Skeletterkrankungen im Rahmen der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes am Arbeitsplatz in ihre strategischen und legislativen Dokumente aufnehmen;
- Interessengruppen an der Entscheidungsfindung zum Thema Muskel- und Skeletterkrankungen im Rahmen der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes bei der Arbeit beteiligen.

Andere Interessengruppen sollten:

- das Bewusstsein für die Risiken für Muskel- und Skeletterkrankungen am Arbeitsplatz fördern;
- gute praktische Lösungen zur Vermeidung von Muskel- und Skeletterkrankungen und zur Weiterbeschäftigung, Rehabilitation und Wiedereingliederung von Arbeitnehmern mit Muskel- und Skeletterkrankungen fördern.

Europäischer Wettbewerb für gute praktische Lösungen

Die Kampagne „Pack's leichter an!“ wird von dem alljährlichen europäischen Wettbewerb für gute praktische Lösungen (Good Practice Award) begleitet, in dem Unternehmen und Organisationen für herausragende und innovative Beiträge zur Vermeidung und Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen sowie zur Rehabilitation und Wiedereingliederung in die Arbeitsabläufe von Arbeitnehmern, die bereits an Muskel- und Skeletterkrankungen leiden, gewürdigt werden. Die Bekanntmachung der Gewinner und die Preisverleihung finden auf dem „Gipfel zu Muskel- und Skeletterkrankungen“ im März 2008 statt.

Arbeitgeberinitiativen zur Vermeidung von Muskel- und Skeletterkrankungen

- Durchführung von Risikobewertungen
- Erarbeitung von Aktionsprogrammen mit einem umfassenden Ansatz in Bezug auf die Risiken für Muskel- und Skeletterkrankungen
- Anpassung von Arbeitsaufgaben zur Eliminierung oder Reduzierung von längerem Stehen oder Sitzen
- Planung der Beschaffung zur Bereitstellung benutzerfreundlicher Maschinen und Geräte
- Förderung der Weiterbeschäftigung, Rehabilitation und Wiedereingliederung von Arbeitnehmern mit Muskel- und Skeletterkrankungen

- Bereitstellung von Schulungen und Informationen als Teil eines integrierten Managementansatzes unter Einsatz folgender Hilfsmittel und Veranstaltungen:
 - Film, Video und Multimedia
 - Schulungen, Seminare und Workshops
 - Plakatwettbewerbe und Quizveranstaltungen
 - Anregungsprogramme
 - Ausstellungen und Tage der offenen Tür
 - Werbe- und Förderkampagnen
 - Pressekonferenzen und Medienaktivitäten

Wer kann teilnehmen?

Die europäische Kampagne gegen Muskel- und Skeletterkrankungen ist eine Gelegenheit, die große europäische Gemeinschaft, die im Bereich Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit aktiv ist, und ihre weitläufigeren Netzwerke zu erreichen, ebenso wie die Menschen, die direkt und indirekt von Muskel- und Skeletterkrankungen betroffen sind. Die Teilnahme steht allen Organisationen und Einzelpersonen auf lokaler, nationaler und europäischer Ebene offen.

„Pack's leichter an!“ ist in erster Linie auf die Arbeitsplatzebene und auf die an der Umsetzung von Sicherheits- und Gesundheitsschutzmaßnahmen im Arbeitsumfeld Beteiligten ausgerichtet. Dazu zählen: Arbeitgeber, Arbeitnehmer, Sicherheitsbeauftragte, Fachleute sowie Präventions- und Versicherungsdienste im Bereich Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit und andere Stellen, die Unterstützung und Informationen auf Arbeitsplatzebene anbieten.

Die zweite Zielgruppe der Kampagne umfasst: politische Entscheidungsträger, sowohl auf europäischer als auch auf nationaler Ebene; Sozialpartner wie Arbeitgeber-, Arbeitnehmer- oder Berufsverbände; nationale Focalpoints (normalerweise die nationale Behörde für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz) und ihre Netzwerke; europäische Einrichtungen und ihre Netzwerke; und Nichtregierungsorganisationen (NRO).

Einige Wirtschaftssektoren erhalten eine höhere Priorität, darunter die Bereiche Landwirtschaft, Baugewerbe, Dienstleistungen und Einzelhandel, Bildung, Gesundheitswesen und Hotel- und Gastronomiegewerbe.

Teilnahmebedingungen

Die Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz stellt auf ihrer Website (<http://ew2007.osha.europa.eu>) Informationen in 22 Sprachen bereit, bietet eine Finanzierungsbeihilfe für nationale Focalpoints in den Mitgliedstaaten zur Förderung, Anregung und Organisation von Aktivitäten auf nationaler Ebene und organisiert den Wettbewerb für gute praktische Lösungen sowie eine Abschlussveranstaltung, den „Gipfel zu Muskel- und Skeletterkrankungen“ im März 2008.

Interessierte Gruppen können unsere Informationsmaterialien zur Kampagne von der Website der Europäischen Woche herunterladen und einsetzen, um für das Problem der Muskel- und Skeletterkrankungen zu sensibilisieren und Lösungen für die Bekämpfung dieser Problematik zu entwickeln. Die Website enthält:

- Beispiele für bewährte praktische Lösungen
- Foren für den Austausch von Ideen und Informationen darüber, was andere Teilnehmer unternehmen
- mehrsprachige Informationspakete, Factsheets und Informationsblätter mit praktischen Tipps zur Organisation und Koordination von Aktivitäten
- Ideen für Aktivitäten und Aktionen für die Woche



<http://ew2007.osha.europa.eu>

- Links zu einschlägigen Websites

Die Kampagnenpartner können auf verschiedene Weise zur Kampagne „Pack's leichter an!“ beitragen und/oder sich an Kampagnenaktivitäten beteiligen. Über ihre Netzwerke können sie Informations- und Kampagnenmaterialien und Nachrichten an ihre angeschlossenen Organisationen und Partner weiterleiten, den Wettbewerb für gute praktische Lösungen fördern und Nominierungen anregen. Auf ihren Websites können sie Werbung für die Kampagne machen und einen Link zur Website der Europäischen Woche bereitstellen. Auf Sitzungen können sie die Kampagne erörtern und eventuell zur Unterstützung einen Gastredner der Agentur einladen.

Kampagnenpartner können die Mitglieder ihrer Netzwerke ermutigen, während der Europäischen Woche (22.–26. Oktober 2007) Aktivitäten durchzuführen. Alle, die sich aktiv an der Europäischen Woche beteiligen, können die Agentur über ihre Aktivitäten informieren, indem sie einen einfachen Online-Fragebogen ausfüllen. Im Gegenzug erhalten sie ein persönliches „Teilnahmezertifikat“, das sie von der Website herunterladen und zur Präsentation ausdrucken können. Die Partner können darüber hinaus Mitglieder der nationalen Netzwerke ermutigen, Aktivitäten und Partnerschaften in ihren Mitgliedstaaten zu fördern und sich mit ihrem nationalen Focalpoint in Verbindung zu setzen.

Material für die Kampagne kann unter <http://ew2007.osha.europa.eu/campaignmaterials> heruntergeladen werden. Unsere Website stellt für Organisationen, die eigene Veranstaltungen für die Europäische Woche planen, Beispiele für bewährte Praktiken und Foren für den Austausch von Ideen, für Rückmeldungen und für Informationen darüber, was andere Teilnehmer unternehmen, bereit.

Informationen über die Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz

Die Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz mit Sitz in Bilbao, Spanien, wurde von der Europäischen Union gegründet, um Informationen über Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit bereitzustellen. Die Agentur hat ein Netzwerk nationaler Focalpoints zur Koordinierung und Verbreitung von Informationen in den einzelnen Ländern aufgebaut und wirkt als Katalysator für die Erstellung und Verbreitung von Informationen zur Verbesserung von Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit in Europa. Die Agentur führt Vertreter von Regierungen, Arbeitgeber- und Arbeitnehmerorganisationen sowie führende Experten auf dem Gebiet der Sicherheit und des Gesundheitsschutzes bei der Arbeit aus allen 27 Mitgliedstaaten der EU und aus anderen Staaten zusammen und stellt damit eine verlässliche und unparteiische Quelle für ausgewogene Informationen zu diesem Themengebiet dar.

Weitere Informationen finden Sie auf der Website der Agentur unter <http://osha.europa.eu>.

Weitere Informationen über Muskel- und Skeletterkrankungen finden Sie unter <http://osha.europa.eu/topics/msds>

VERWEISE

ⁱ Europäische Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen. Vierte europäische Erhebung über die Arbeitsbedingungen, 2005.

ⁱⁱ http://osha.europa.eu/topics/msds/facts_html

ⁱⁱⁱ Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz. „Research on work-related low back disorders“ (Untersuchung zu arbeitsbedingten Erkrankungen der Lendenwirbelsäule), 2000.

^{iv} Erstellt auf der Grundlage von Artikel 6 Absatz 2 Ziffer 5 der Richtlinie 89/391.

^v Health & Safety Executive (HSE), Vereinigtes Königreich. Forschungsbericht 491: „Cost benefit studies that support tackling musculoskeletal disorders“ (Kosten-Nutzen-Analysen, die für die Bekämpfung von Muskel- und Skeletterkrankungen sprechen)

^{vi} Europäische Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen. Vierte europäische Erhebung über die Arbeitsbedingungen, 2005.

^{vii} Die Website der Agentur enthält Links zu europäischen Rechtsvorschriften zum Thema Muskel- und Skeletterkrankungen (http://osha.europa.eu/topics/msds/legislation_html), zum Arbeitnehmerschutz (<http://osha.europa.eu/legislation>) und zu Websites der Mitgliedstaaten mit einzelstaatlichen Rechtsvorschriften und Leitlinien.

^{viii} Lissabon-Strategie, März 2000:

http://www.consilium.europa.eu/ueDocs/cms_Data/docs/pressData/en/ec/00100-r1.en0.htm

^{ix} Europäische Stiftung zur Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen. Vierte europäische Erhebung über die Arbeitsbedingungen, 2005.