

## Regel 7

### Energiebeaufschlagte Systeme



Ich prüfe die Trennung und die Energie- und Produktfreiheit vor jedem Eingriff.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- Ich verfüge über** eine Arbeiterlaubnis und eine Bescheinigung über die Sicherung der energiebeaufschlagten Systeme.
- Ich habe alle** Energie- und Produktquellen identifiziert.
- Ich halte mich an** den Systemtrennungplan.
- Ich bestätige**, dass alle Energie- und Produktquellen getrennt, abgeriegelt und gekennzeichnet wurden.
- Ich stelle sicher**, dass die Energie- und Produktversorgung unterbrochen ist.
- Ich stelle sicher**, dass keine Energie oder Produktreste übrig geblieben sind oder sich angesammelt haben.
- Ich stelle sicher**, dass die Arbeiten abgeschlossen sind und prüfe vor der Wiederinbetriebnahme ob die Systemtrennungen entfernt wurden.

## Regel 8

### Befahren enger Räume



Ich hole mir die Erlaubnis ein, bevor ich mich in einen engen Raum begeben.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- Ich verfüge über** eine Arbeiterlaubnis und eine Bescheinigung für das Betreten enger Räume.
- Ich stelle sicher**, dass alle Energie- und Produktquellen getrennt sind.
- Ich überprüfe** und benutze ein Atemschutzgerät wenn dieses vorgeschrieben ist.
- Ich bestätige**, dass ein Rettungsplan aufgestellt ist.
- Ich bestätige**, dass die Atmosphäre vor dem Eingriff getestet wurde und dass sie kontrolliert wird.
- Ich bestätige**, dass es für die Ein- und Ausstiege eine Aufsicht und ein Warnsystem gibt.
- Ich bekomme** die Erlaubnis zum Begehen bzw. Befahren.

## Regel 9

### Aushub- und Schachtarbeiten



Ich sichere den Aushub-Bereich ab.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- Ich verfüge über** eine Arbeits- und Schachterlaubnis.
- Ich bestätige**, dass der Aushub-Bereich richtig abgesichert ist.
- Ich achte auf die Kennzeichnung** von unterirdischen Rohren, Kabeln, usw.
- Ich positioniere** die Baumaschinen und das Aushubmaterial mehr als einem Meter von der Aushubkante entfernt.
- Ich steige nur dann** in eine Grube mit > 1,3 m Tiefe, wenn der Zugang abgesichert ist.

## Regel 10

### Arbeiten in Höhe



Bei Arbeiten in einer Höhe von  $\geq 1,5$  m schütze ich mich vor dem Absturzrisiko.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- Ich inspiziere** meinen Auffanggurt, mein Verbindungsmittel und den Anschlagpunkt vor deren Benutzung.
- Ich sichere** Werkzeug und Material, um das Herabfallen von Gegenständen zu verhindern.
- Ich trage** ein Sicherheitsgeschirr und mache es an den Anschlagpunkten fest, die dafür geeignet sind.
- Ich benutze** ein zugelassenes und für den Bedarf geeignetes Gerüst.
- Ich halte** bei der Arbeit in der Nähe von Stromleitungen den Mindestsicherheitsabstand ein.
- Ich stelle sicher**, dass bei Arbeiten auf Dächern (Tank, Gebäude, Vordächer usw.) diese auf Festigkeit geprüft und an den schwächeren Stellen geeignete Schutzvorrichtungen angebracht wurden.
- Ich verschiebe** eine fahrbare Hubarbeitsbühne (FHAB) nur wenn sie nicht ausgefahren ist.

## Regel 11

### Heißenarbeiten



Ich setze die geforderten Sicherheitsmaßnahmen bei Heißenarbeiten um.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- Ich besitze** eine Arbeiterlaubnis für Heißenarbeiten.
- Ich identifiziere** entflammable Stoffe und Zündquellen.
- Bevor ich mit Heißenarbeiten beginne,
  - **kontrolliere ich** ob die Anlage bzw. Umgebung frei von entflammablen Stoffen und isoliert ist;
  - **erhalte ich** die schriftliche Erlaubnis dafür.
- In Gefahrenbereichen **bestätige ich**, dass:
  - die Abwesenheit von Gasen getestet wurde;
  - die Abwesenheit von Gasen ständig überprüft wird.

## Regel 12

### Gefahrenbereich



Ich bleibe außerhalb des Gefahrenbereichs und Sorge dafür, dass die anderen es ebenfalls tun.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- Ich stelle mich so hin**, dass ich in sicherer Entfernung bin von :
  - sich bewegenden Gegenständen;
  - Baumaschinen und Fahrzeugen;
  - Druckentlastungen;
  - herunterfallenden Gegenständen.
- Ich installiere** Absperrungen und Abgrenzungen für den Sicherheitsbereich.
- Ich treffe die notwendigen Maßnahmen** zur Sicherung der nicht befestigten Gegenstände.
- Ich beachte** die Absperrungen und Abgrenzungen für den Sicherheitsbereich.

## Sicherheit am Arbeitsplatz

# Die 12 Goldenen Regeln



## Regel 1

### Risikosituationen



Ich vermeide Risikosituationen.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- ☑ **Ich rauche nicht** außerhalb der dafür zugelassenen Bereiche.
- ☑ **Ich arbeite und fahre nicht** unter dem Einfluss von Alkohol oder Drogen.
- ☑ **Ich treffe Sicherheitsvorkehrungen** bei degradierten Situationen **und melde das** meinem Vorgesetzten.
- ☑ **Ich kenne** die Gefährdungen bevor ich einen seltenen oder komplexen Arbeitsschritt durchführe.
- ☑ **Ich befolge** die Arbeitsanweisungen für das An- und Abfahren von Anlagen.

## Regel 2

### Verkehr



Ich beachte die Sicherheitsregeln wenn ich fahre.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- ☑ **Ich prüfe** den Zustand meines Fahrzeuges vor der Benutzung.
- ☑ **Ich lege** immer meinen Sicherheitsgurt an.
- ☑ **Ich halte mich an** die Geschwindigkeitsbegrenzung und passe meine Fahrweise den Straßenverhältnisse an.
- ☑ **Ich benutze kein** Kommunikationsmittel, wie Telefon, Funkgerät oder Ähnliches während der Fahrt, auch nicht mit einer Freisprecheinrichtung.
- ☑ **Ich beachte** die erlaubten Fahrzeiten und die Routenplanung.
- ☑ **Ich benutze** die ausgewiesenen Fußgänger- und Radwege.
- ☑ **Ich benutze** den Handlauf auf Treppen.

## Regel 3

### Ergonomie und Werkzeuge



Ich gehe sicher mit Werkzeug um.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- ☑ **Ich prüfe**, ob mein Werkzeug:
  - mit dem übereinstimmt, das in der Arbeitserlaubnis oder in der Arbeitsanweisung aufgeführt ist;
  - für die Aufgabe und den Einsatzbereich geeignet ist;
  - sich in gutem Zustand befindet.
- ☑ **Ich benutze** Werkzeug, einschließlich des Prüf- und Testzubehörs, gemäß Herstellerangaben.
- ☑ **Ich nehme** eine Körperhaltung **ein**, die übermäßige Belastungen minimiert.

## Regel 4

### Persönliche Schutzausrüstung (PSA)



Ich trage die erforderliche PSA.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- ☑ **Ich kontrolliere** meine PSA auf einwandfreien Zustand bevor ich sie benutze.
- ☑ **Ich trage** meinen Helm mit angelegtem Kinnriemen.
- ☑ **Ich trage** die für meine Aufgabe und den jeweiligen Arbeitsbereich geeignete PSA.
- ☑ **Ich trage** eine Rettungsweste, wenn dies erforderlich ist.

## Regel 5

### Arbeitserlaubnis



Ich arbeite mit einer gültigen Arbeitserlaubnis.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- ☑ **Ich habe** die erforderlichen Genehmigungen und Zusatzdokumente **geprüft**.
- ☑ **Ich bin befähigt und habe die Berechtigung**, die Arbeit auszuführen.
- ☑ **Ich verstehe** die Arbeitserlaubnis.
- ☑ **Ich stelle sicher**, dass die Einsatzstelle eindeutig identifiziert ist.
- ☑ **Ich habe geprüft**, ob die Sicherheitsbedingungen für den Beginn der Arbeit gegeben sind.
- ☑ **Ich stelle die Arbeit ein**, bewerte die Gefährdungen neu, wenn sich die Umstände ändern und melde dies meinem Vorgesetzten.

## Regel 6

### Heben von Lasten



Ich befolge den Hebeplan.

#### Meine Sicherheits-Verpflichtung:

- ☑ **Ich installiere** die Absperrungen und Abzungen für den Sicherheitsbereich.
- ☑ **Ich prüfe**, ob die Hebevorrichtungen inspiziert wurden, sich in gutem Zustand befinden und für die Aufgabe geeignet sind.
- ☑ **Ich benutze** ausschließlich die Ausrüstung, für die ich befähigt bin.
- ☑ **Ich prüfe**, ob die Last ordnungsgemäß angeschlagen und gesichert ist und halte die sich bewegende Last unter Kontrolle.
- ☑ **Ich stelle sicher**, dass sich eine für das Heben der Lasten befähigte Person vor Ort befindet.
- ☑ **Ich stelle mich nie** unter eine schwebende Last.

## STOP CARD

Ich schreite ein,  
wenn mir eine Situation  
unsicher erscheint!

