



Sicher Helfen in der Logistik

Ansprechperson der Organisation (Bitte Kontaktdaten eintragen):

Vor dem Einsatz:

Trägst Du bequeme und feste Schuhe?

Die häufigsten Verletzungen bei Einsätzen entstehen durch Umknicken, Stolpern oder Ausrutschen. Schütze Dich durch möglichst knöchelhohe, stabile Schuhe.



Hast Du Dir alles Notwendige für den Einsatz eingepackt?

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Personalausweis | <input type="checkbox"/> Trinken und Essen für den Tag |
| <input type="checkbox"/> Berechtigungs-/Führerscheine (Gabelstapler, etc.) | <input type="checkbox"/> Schutzkleidung (Arbeitshandschuhe, Warnweste etc.) |
| <input type="checkbox"/> Wechselkleidung | <input type="checkbox"/> Impfpass/Notwendige Medikamente/Allergiemittel |
| <input type="checkbox"/> ggf. warme Kleidung (Mütze, Schal etc.) | |



Im Einsatz:

Achte auf Deine Umgebung

Nutze festgelegte Verkehrswege und Abstellflächen, um einen reibungslosen Ablauf zu gewährleisten. Verkehrswege und Türen dürfen nicht zugestellt werden. Beseitige möglichst Stolper- oder Gefahrstellen, wie unsicher gelagerte Gegenstände oder instabil wirkende Regale. Achte dabei darauf, Deine eigenen Fähigkeiten nicht zu überschätzen und informiere lieber die verantwortliche Person über die Gefahrstelle. Achte auf weitere Verkehrsteilnehmer, insbesondere (rückwärtsfahrende) Fahrzeuge.



Denk an Deinen Rücken

Hebe Lasten körpernah und aus den Knien. Trage schwere Gegenstände mit mehreren Personen zusammen oder nutze Hilfsmittel, z. B. Sackkarren, Rollwagen. Gehe lieber häufiger, anstatt Dich zu schwer zu beladen.



Nutze nur Dir vertraute und einwandfreie Hilfsmittel und Fahrzeuge

Mache vor der Verwendung eine Sicht- und Funktionsprüfung. Defekte Hilfsmittel gefährden Dich und Andere! Nutze keine behelfsmäßigen Konstruktionen, sondern vorgesehene Aufstiegshilfen wie Leitern oder Tritte. Achte dabei auf eine ausreichende Standsicherheit und bei Leitern auf den richtigen Anlegewinkel (siehe Bild). Sichere Lasten beim Transport vor unkontrollierten Bewegungen, z. B. durch Spanngurte, Rutschmatten.



Achte auf Verunreinigungen

Einzulagernde Gegenstände können Verunreinigungen aufweisen, z. B. durch vorherigen Gebrauch, defekte Gebinde oder Schimmelbildung. Trage in solchen Fällen Schutzhandschuhe und bei Staubbildung eine Schutzmaske (mindestens der Kategorie FFP1). Reinige oder beseitige den Gegenstand schnellstmöglich. Wasche Dir vor einer Pause und bei Einsatzende die Hände. Lasse Verletzungen umgehend versorgen und melde diese.



Befülle Regale umsichtig

Hochgelegene Regalböden oder Ähnliches bergen das Risiko von herunterfallenden Gegenständen. Befülle nur Regale, die an der Wand oder dem Boden verankert sind und somit eine gute Standsicherheit bieten. Lagere schwere Gegenstände in Bodennähe. Beachte die zulässige Tragfähigkeit von Regalen bzw. Regalböden. Für die Lagerung von Gefahrstoffen gelten Mengenbeschränkungen und Zusammenlagerungsverbote (TRGS 510²).

Sei vorsichtig beim Öffnen von Verpackungen

In Spenden oder einzuräumenden Gütern können Stich- und Schnittgefahren auftreten. Überprüfe den Inhalt von Kisten oder Tüten daher vorsichtig und trage ggf. Handschuhe. Viele Verpackungen werden mit Cuttermessern oder Ähnlichem geöffnet. Schütze Dich und Andere, in dem Du Messer nicht achtlos herumliegen lässt und Werkzeuge verwendest, deren Klinge im Ruhezustand eingefahren ist (siehe Sicherheitsmesser).

Nach dem Einsatz:

Melde Schäden und Verletzungen!

Wer bei einer gemeinnützigen Tätigkeit einen Unfall erleidet, ist meist gesetzlich unfallversichert. Wenn Du während Deines Einsatzes als Spontanhelfer oder Spontanhelferin einen Schaden erlitten hast, melde dies bitte unmittelbar bei der Organisation, bei der Du tätig gewesen bist.



² <https://www.baua.de/DE/Angebote/Rechtstexte-und-Technische-Regeln/Regelwerk/TRGS/TRGS-510.html>

