

# Präventionsworkshops in Betrieben

## Kurzbeschreibung

Dieser Kurzbeschreibung gibt einen Überblick über unser Angebot an verschiedenen Präventionsworkshops. Weitergehende Informationen finden Sie in der separaten Angebotsdokumentation auf [bfu.ch/praeventionsworkshops](https://bfu.ch/praeventionsworkshops), welche das gesamte Themenangebot detailliert beschreibt.

# Inhalt

<b>Inhalt</b>	<b>2</b>
<b>I. Themen</b>	<b>3</b>
Swiss cheese model	3
Das sichere Haus	3
Mobiler Escape Room – Ein Tag als Safety Star	3
Do it yourself – eigene Nagelkiste herstellen	3
Stürze, stogle, stoupere	4
Unsere Hände – einfach genial	4
Bereit für den Berg?	4
Fahrsimulator Personenwagen / «Lass dich nicht ablenken»	4
E-Bike-Simulator	5
Kluge Köpfe schützen sich	5
Velo, Helm und Co.	5
Junge Menschen in Ausbildung – unsere Zukunft	5
Trendfahrzeuge – Gefährliche E-Mobilität?	6
Wer fährt, trinkt nicht	6
Vortritt und Recht im Strassenverkehr	6
Schlingermodell	6
Sicherheit durch Sichtbarkeit	7
BFU-Gurtenschlitten	7
<b>II. Kostenübersicht und Kontakt</b>	<b>8</b>
Kostenübersicht	8
Kostenübersicht «Das sichere Haus» und «Mobiler Escape Room»	8
Kontakt	8

# I. Themen

## Swiss cheese model



Allgemeine Unfallprävention einmal anders: Anhand des «Swiss cheese model» erkennen die Teilnehmenden, dass es sehr wenig für einen Unfall braucht. Ihnen wird anhand des Käsemodells aufgezeigt, dass eine Massnahme allein nicht ausreicht, um den Unfall zu verhindern.

## Das sichere Haus



Wie sicher wohnen Sie? 570 000 Unfälle ereignen sich jährlich in Haus und Freizeit. Wir helfen Ihnen mit unserer Präsentation «Das sichere Haus», Ihr Zuhause sicher zu machen. Wir zeigen Ihnen, wie Sie Gefahrenstellen entschärfen oder vermeiden können. In zwei nachgebauten, besonders unfallträchtigen Räumen suchen die Teilnehmenden selber Gefahrenstellen.

## Mobiler Escape Room – Ein Tag als Safety Star



Einmal ein Sicherheits-Star sein? Mit dem mobilen Escape Game der BFU ist dies möglich – wenn Ihre Mitarbeitenden die für die Sicherheit richtigen Entscheidungen treffen. Im Escape Room werden in Gruppen verschiedene Rätsel zu Themen aus den Bereichen Sport, Haushalt, Freizeit, Gartenarbeiten und Heimwerken gelöst.

## Do it yourself – eigene Nagelkiste herstellen



Es wird gesägt, gebohrt und geschliffen: Bei diesem Workshop geht es wirklich zur Sache. Die Teilnehmenden erarbeiten zuerst in der Gruppe verschiedene Grundlagen, erhalten Informationen zu PSA und stellen anschliessend ihre persönliche Nagelkiste her.

## Stürze, stogle, stouperere



Stürze, die häufigste Unfallursache überhaupt, ereignen sich sehr oft zu Hause – da, wo ohnehin die meisten Unfälle verursacht werden. Die Themenpräsentation «Stürze, stogle, stouperere» zeigt die häufigsten Sturzgefahren zu Hause, draussen und in weiteren Situationen. Zudem zeigen wir Ihnen einfachste praktische Übungen für Geschicklichkeit, Gleichgewicht, Kraft und Stärkung der Muskulatur.

## Unsere Hände – einfach genial



Wir benutzen sie ständig: in der Küche, bei der Körperhygiene, auf dem Weg zur Arbeit und bei der Arbeit sowie beim Sport. In der Themenpräsentation «Unsere Hände – einfach genial» wird den Teilnehmenden aufgezeigt, wie wichtig Hände eigentlich sind. Sie erleben beim Griff in spezielle «Tastkisten» ihren Tastsinn und werden auf Gefahren für die Hände bei der Verwendung von Elektrogeräten für Hobby und Küche hingewiesen.

## Bereit für den Berg?



Die schöne Natur, die eindrücklichen Berge und nicht zuletzt die gute Infrastruktur machen das Wandern zu einer Trendsportart. Sind Ihre Mitarbeitenden bereit für den Berg? Auf unserer virtuellen Wanderung braucht es weder Fitness noch geeignetes Schuhwerk. Die Teilnehmenden setzen sich in einer Gruppenarbeit mit der Planung, Durchführung und richtigen Ausrüstung auseinander. Sie lernen, eine Route ihren Fähigkeiten entsprechend einzuschätzen und hören, was es unterwegs zu beachten gilt.

## Fahrsimulator Personenwagen / «Lass dich nicht ablenken»



Der Fahrsimulator kann sowohl als Themenpräsentation «Lass dich nicht ablenken» als auch für eine Standaktion, jeweils mit BFU-Betreuung, gebucht werden. Folgende Programme lassen sich mit dem modernen Realbild-Simulator «fahren»:

- Lenken statt ablenken
- Gefahrenerkennung und Reaktionstest

## E-Bike-Simulator



Als Basis dient ein E-Bike mit einem tiefen Einstieg. Simuliert wird hier vor allem die Geschwindigkeit. Diese kann bei einem E-Bike schnell einmal 45 km/h betragen. Wie verhält es sich bei so hohen Geschwindigkeiten mit der Reaktion, aber hauptsächlich mit dem Bremsweg? Ohne Gefahr können die Teilnehmenden dies selbst herausfinden. Der E-Bike Simulator ist buchbar als Standaktion (evtl. zusammen mit «Kluge Köpfe schützen sich»).

## Kluge Köpfe schützen sich



Der Velohelm-Crash-Test ist ein Demonstrationsmodul, das die Schutzwirkung des Velohelms aufzeigt. Jährlich ereignen sich in der Schweiz rund 26 000 Verkehrsunfälle mit Radfahrern oder Stürze vom Rad. Gegen 800 Personen erleiden dabei schwere Kopfverletzungen, Schädelbrüche und/oder Hirnverletzungen mit irreparablen Schäden. Der Velohelm bietet optimalen Schutz gegen solche Verletzungen.

## Velo, Helm und Co.



In diesem Workshop werden die Teilnehmerinnen und Teilnehmer für die folgenden Themen sensibilisiert: Obligatorische Ausrüstung des Velos/E-Bikes, sicheres Verhalten im Verkehr, E-Bike-Simulator (Anhalteweg), Velohelm-Crashtest (Nutzen des Helms) und korrektes Tragen des Velohelms, Sichtbarkeit

## Junge Menschen in Ausbildung – unsere Zukunft



Die Jungen sind unsere Zukunft und ihre Sicherheit ist uns ein grosses Anliegen. Fakt ist, dass – verglichen mit Jugendlichen an Gymnasien oder an Universitäten – Auszubildende in Unternehmen weniger Zugang zu Präventionsangeboten haben. Die BFU bietet Unternehmen, Berufsschulen und Ausbildungsstätten Präventionsworkshops rund ums Thema Prävention von Nichtberufsunfällen an. Drei Module stehen zur Auswahl.

### Trendfahrzeuge – Gefährliche E-Mobilität?



E-Skateboard, E-Trottinett, Monowheel und Co. fahren dank Motor fast von alleine und liegen wohl nicht zuletzt deshalb im Trend. Wo aber darf man womit fahren? Nicht alle E-Fahrzeuge sind nämlich für den Verkehr zugelassen. Und: auch wenn das Fahren damit ganz einfach aussieht – man fällt leichter hin, als man denkt. Viele Trendfahrzeuge sind schnell und verlangen einiges an Balance. Deshalb ist es wichtig, sich zu schützen und im Verkehr gut sichtbar zu sein.

### Wer fährt, trinkt nicht



Noch immer wird jeder zehnte schwere Verkehrsunfall durch Alkoholkonsum verursacht. Die Dunkelziffer liegt sogar weit höher. Ein Thema also, das zumindest all jene angeht, die sich nicht konsequent mit 0,0 Promille im Strassenverkehr bewegen. Wir erklären Ihnen, wie und in welchem Zeitraum der Auf- und Abbau des Blutalkoholgehalts erfolgt.

### Vortritt und Recht im Strassenverkehr



Neue Verkehrsmodelle wie Tempo 30, Begegnungszonen usw. trifft man immer häufiger an. Doch wer hat wann Vortritt? 5 Verkehrssituationen, die in Schaukästen dargestellt sind, werden besprochen und anschliessend auch rechtliche Aspekte, Geschwindigkeitslimiten, Bussen und Ausweiszüge behandelt.

### Schlingermodell



Um mit einem Anhänger sicher fahren zu können, ist es entscheidend, dass dieser richtig beladen wird. Eine falsche Gewichtsverteilung verändert die Fahrdynamik und kann zu Kontrollverlust und Schleudern führen. Das Schlingermodell verdeutlicht dies auf eindruckliche Art und Weise. Geeignet als Zusatzmodul zu «Vortritt und Recht im Strassenverkehr».

### Sicherheit durch Sichtbarkeit



Die Standaktion zeigt auf, wie wichtig es ist, zu Fuss oder auf dem Velo sichtbar zu sein: In einem abgedunkelten Zelt stehen drei unterschiedlich gekleidete Schaufensterpuppen: dunkel, hell sowie mit lichtreflektierendem Material. Um die Wichtigkeit der richtigen Bekleidung zu verdeutlichen, werden die Puppen von einer Lichtquelle, welche die Scheinwerfer eines Fahrzeugs simuliert, beleuchtet.

### BFU-Gurtenschlitten



Ein Erlebnis-Event mit dem BFU-Gurtenschlitten, der bei Ihren Mitarbeitenden für eindruckliche Aha-Erlebnisse sorgt. Geeignet als Standaktion oder Zusatzmodul bietet er den Besucherinnen und Besuchern aktives Erleben und Erfahren.

## II. Kostenübersicht und Kontakt

### Kostenübersicht

Gilt nicht für «Das sichere Haus» und «Mobiler Escape Room»

Kosten für Unternehmen	1 Tag	2 Tage	4 Tage
Grundgebühr für Transport inkl. Auf- und Abbau	CHF 450.-	CHF 450.-	CHF 450.-
BFU-Fachbetreuung (pro Tag CHF 800.-)	CHF 800.-	CHF 1600.-	CHF 3200.-
<b>Total</b>	<b>CHF 1250.-</b>	<b>CHF 2050.-</b>	<b>CHF 3650.-</b>

### Kostenübersicht «Das sichere Haus» und «Mobiler Escape Room»

Kosten für Unternehmen	2 Tage	4 Tage
Grundgebühr für Transport inkl. Auf- und Abbau	CHF 800.-	CHF 800.-
BFU-Fachbetreuung (pro Tag CHF 800.-)	CHF 1600.-	CHF 3200.-
<b>Total</b>	<b>CHF 2400.-</b>	<b>CHF 4000.-</b>

Präventionsworkshops sind von der MWST befreit, Änderungen von Konditionen und Preisen bleiben vorbehalten.

Für Schulen, spezielle Ausbildungsstätten (Lehrwerkstätten usw.) sowie für soziale Einrichtungen wird ein Preisnachlass von 50% des Gesamtpreises gewährt.

### Kontakt

BFU

Christian Müry, Berater Unternehmen

Tel. +41 31 390 22 39

[c.muery@bfu.ch](mailto:c.muery@bfu.ch)

[bfu.ch/praeventionsworkshops](http://bfu.ch/praeventionsworkshops)

