

Der Sicherheitsbrief

Nr. 26

Gemeinsame Präventionsschrift der

Ausgabe 2/2009

Hanseatischen Feuerwehr-Unfallkasse Nord und der Feuerwehr-Unfallkasse Mitte

In diesem Heft ...

Schwerpunktt Themen:

Neues Poster:
„**Lieber Brandmeister
als hirnverbrannt**“

Neues Medienpaket
„**Feuerwehrwettkämpfe**“:
Verletzungen bei Training
und Wettkampf vermeiden

Weitere Themen:

- » **Sicherheit im Feuerwehrfahrzeug:**
Transport von
Jugendfeuerwehrangehörigen....S. 4+5
- » **„INTERSCHUTZ 2010“:**
Die Feuerwehr-Unfallkassen planen
einen starken MesseauftrittS. 5+6
- » **Schutz für die Hände:**
Schutzhandschuhe im
Feuerwehrdienst.....S. 6+7
- » **„Unfallverhütungsmaßnahme
Einsatzbefehl“:**
Verhindert auch übereifriges Handeln
Einzelner.....S. 8+9
- » **Neues zur arbeitsmedizinischen
Vorsorge.....S. 10+11**
- » **„SicherFit“:**
Unfallverhütung beim Sport
in der Halle.....S. 12+13
- FitForFire:**
 - > Neue Broschüre und Vortrag
zur Sportmotivation.....S. 13
 - > Termine
Trainerseminare 2010.....S. 14
 - > Aktion Sportabzeichen der
HFUK NordS. 15
- » **Kurzmeldungen:S. 16**
 - > Fachtagung „FUK-Forum Sicherheit“
ausgebucht“
 - > Virtueller Feuerwehrmann
 - > Neue „Stichpunkte Sicherheit“

Dem Sicherheitsbrief Nr. 26 sind
im Versandgebiet der HFUK Nord
die folgenden Anlagen beigelegt:

- Sicherheitsbrief (zweifach – Zweitexemplar zur Weitergabe an den Wehrführer!)
- Medienpaket „Wettbewerbe“
- Poster „Brandmeister“
- Wandkalender 2010
- Infobroschüre „FitForFire“



Lieber
Brandmeister
als
hirnverbrannt!

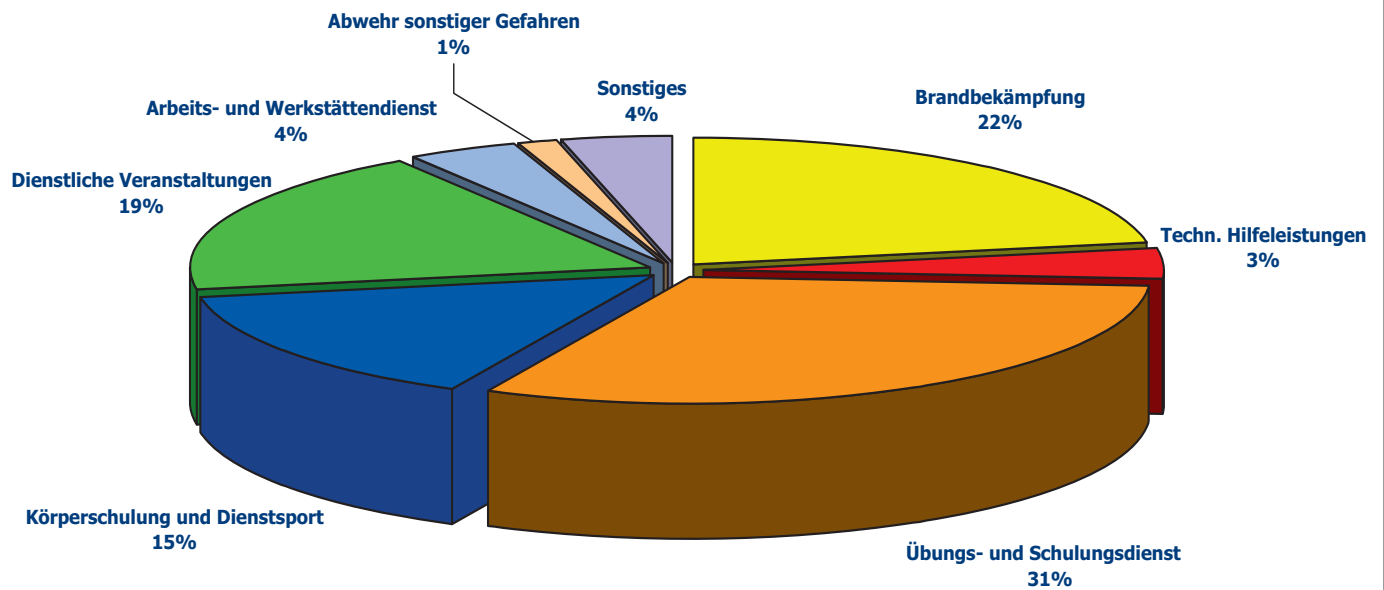
Neues Poster:

Besser nicht hirnverbrannt ...!

„Staatsanwalt ermittelt gegen
Feuerwehrchef: Wegen der Ex-
plosion bei einer Feuerwehr-
übung – neun Kinder und zwei
Erwachsene waren dabei vor
vier Wochen verletzt worden –
ermittelt der Staatsanwalt jetzt
gegen den Feuerwehrchef“.

Diese Schlagzeile war erst vor weni-
gen Wochen bundesweit in der
Presse zu lesen. Leider kommt es
bei der Feuerwehr immer wieder zu
schwersten Unfällen, weil bei der
Entzündung von Übungs- und
Brauchtumsfeuern grundlegende
Regeln verletzt werden. In diesem

Körperschäden nach versicherten Tätigkeiten 2008 - HFUK Nord (1557 Unfälle)



Fall mit schlimmen Folgen – sogar für unbeteiligte Zivilisten.

Die Feuerwehr-Unfallkassen Nord und Mitte haben nun als Reaktion das Plakat **„Lieber Brandmeister als hirnverbrannt“** herausgebracht. In erster Linie soll es wachrütteln und Verantwortliche sensibilisieren, dass in keinem Fall durch eine Übung zusätzliche Gefahren – wie etwa durch die Verwendung von Brandbeschleunigern – geschaffen werden dürfen. Unzureichende Ausbildung oder Leichtsinns durch Brandbeschleuniger führen beim Entfachen von Übungs- und Brauchtumsfeuern immer wieder zu Unfällen mit schweren Brandverletzungen. Diese Unfälle sind immer vermeidbar - dieses Thema wird in dem Plakat aufgegriffen.

Beachtlich ist die Unfallstatistik aus dem Geschäftsgebiet der HFUK Nord: Neben den Unfällen bei Einsätzen ereigneten sich im Jahr 2008 50% aller Unfälle beim Übungs- und Schulungsdienst sowie bei dienstlichen Veranstaltungen. Bei Einsätzen kam es dabei zu weniger als halb so vielen Brandverletzungen wie im übrigen Feuerwehrdienst. Vor diesem Hintergrund kann nicht deutlich genug darauf verwiesen werden, dass beim Entzünden von Übungs- und Brauchtumsfeuern höchste Sorgfalt walten muss – und die Verwendung von

Brandbeschleunigern schlichtweg als hirnverbrannt zu bezeichnen ist!

Das Plakat „Lieber Brandmeister als hirnverbrannt“ bildet den Auftakt einer neuen, gemeinsamen Plakatserie der Feuerwehr-Unfallkassen Nord und Mitte zur Unfallverhütung. Unter dem Motto „Glück gehabt?“

werden in verschiedenen Plakat-Motiven z.B. Situationen aus dem Feuerwehralltag dargestellt, die beinahe einen Unfall zur Folge haben, aber noch einmal gut gegangen sind. Die Plakatserie „Glück gehabt“ erscheint mit dem ersten Motiv im Jahr 2010 und wird lose fortgesetzt.



Egal ob Übungs- oder Brauchtumsfeuer: Niemals Brandbeschleuniger verwenden!

Feuerwehrwettkämpfe

Unfallverhütung bei Sportwettkämpfen und traditionellen Wettbewerben

Medienpaket der Feuerwehr-Unfallkassen
Medienprogramm „Blickpunkt Feuerwehr-Sicherheit“



Neues Medienpaket: Feuerwehrwettkämpfe

Unfallverhütung bei Sportwettkämpfen und traditionellen Wettbewerben

Die Feuerwehr-Unfallkassen haben das neue Medienpaket „Feuerwehrwettkämpfe“ herausgegeben. Anliegen des neuen Mediums zur Unfallverhütung ist es, sowohl die Träger des Brandschutzes als auch die Feuerwehren über Maßnahmen zur Verringerung des Unfallgeschehens bei Feuerwehrwettkämpfen bzw. -wettbewerben zu informieren. Die Hinweise sollen den Ausrichtern sowie Teilnehmern zur richtigen Wettkampfvorbereitung dienen. Sie können auch zur Gestaltung der Ausschreibungen der Veranstalter von Wettkämpfen sowie in den Wettkampfordnungen, Wettkampfbestimmungen bzw. Wettbewerbsordnungen der Feuerwehrverbände eingesetzt werden.

Betrachtet werden sowohl die Feuerwehrsportwettkämpfe als auch die traditionellen Wettbewerbe der Feuerwehren. Andere Wettbewerbe, wie z.B. solche zum Erringen von Leistungsabzeichen, werden im Medienpaket auf Grund geringen Unfallgeschehens nicht behandelt. Das Medienpaket „Feuerwehrwettkämpfe“ umfasst ein Begleitheft mit Vortragsmanuskript und eine DVD. Auf dieser befindet sich neben

dem bereits genannten Heft im Word- sowie im PDF-Format auch der Film mit dem Titel „**Vogel fliegt, Fisch schwimmt, Mensch läuft**“, der sowohl im Ganzen als auch in abrufbaren Teil-Filmsequenzen betrachtet werden kann.

Feuerwehrdienst ist psychisch und physisch oftmals stark belastend. Ganz besonders betroffen sind hiervon z.B. die Atemschutzgeräteträger, an deren Gesundheits- und Fitnesszustand besondere Anforderungen gestellt werden (Vorsorgeuntersuchung nach G 26 und Belastungsübung in der Atemschutzübungsanlage zur Überprüfung ihrer Tauglichkeit). Darüber hinaus gibt es derzeit für „normale“ Einsatzkräfte seitens der Unfallversicherungsträger keine weiteren Forderungen zur Überwachung ihrer Einsatzdiensttauglichkeit und des Fitnesszustandes.

Die Statistik der Feuerwehr-Unfallkassen über das Unfallgeschehen bei den Feuerwehren zeigt jedoch deutlich, dass Feuerwehrangehörige vielfach auf die hohen körperlichen Anforderungen des Feuerwehrdienstes nicht ausreichend vorbereitet sind. Ihre Leistungsfähigkeit und Widerstandskraft gegenüber äußeren Einflüssen hängen entscheidend von ihrem Fitnesszustand ab.

Die Feuerwehr-Unfallkassen unterstützen auch deshalb die Wettkampftätigkeit der Feuerwehren, weil sie mit dazu beiträgt, die allgemeine Fitness der Feuerwehrangehörigen zu verbessern bzw. zu erhalten und so zu mehr Sicherheit beim Umgang mit der Feuerwehrtechnik führt. Das Unfallgeschehen zeigt jedoch auch, dass die Feuerwehrwettkämpfe selbst ein hohes Unfallrisiko in sich bergen. Statistisch gesehen rangieren sie hinter dem Übungs- und Ausbildungsdienst der Feuerwehren auf Rang 2 in der Unfallhäufigkeit. Die im Begleitheft beschriebene Gefährdungsbeurteilung zeigt, dass im Vorfeld aller feuerwehrdienstlichen Aktivitäten die zu erwartenden Gefahren ermittelt, bewertet und daraus die erforderlichen Maßnahmen zur Unfallverhütung getroffen werden müssen. Zur Bewertung der Gefährdungen ist die Entscheidung über die Höhe des vertretbaren Restrisikos von ausschlaggebender Bedeutung. Diese Entscheidung ist zunächst der Beurteilung durch den Träger des

Brandschutzes vorbehalten. Im Ergebnis dieser Entscheidung ist z.B. auch festzulegen, welche persönlichen Schutzausrüstungen von den Wettkämpfern zu benutzen sind.

Die in diesem Medienpaket aufgeführten Hinweise sind aus der gegenwärtigen Sicht der Feuerwehr-Unfallkassen Beispiele möglicher Maßnahmen zur Unfallverhütung bei der Durchführung und Planung von Feuerwehrwettkämpfen. Wichtige Angaben zur Unfallverhütung enthalten auch die Wettkampfbestimmungen der Feuerwehrverbände.

Letztere haben unter Berücksichtigung jahrelanger Erfahrungen in der Wettkampftätigkeit umsetzbare Bestimmungen zur Durchführung der Wettkämpfe entwickelt. Bereits in diesen Wettkampfbestimmungen enthaltene, die Unfallverhütung betreffende Regelungen werden als bekannt vorausgesetzt und daher nicht weiter erläutert. Grundlagen der betrachteten Wettkampftätigkeiten der Feuerwehren sind die „DFV-Wettkampfordnung für Feuerwehr-Sportwettkämpfe“ sowie die „Wettbewerbsordnung für Traditionelle Internationale Feuerwehrwettbewerbe“ (bzw. die Wettbewerbsordnung zur Erlangung des Bundesleistungsabzeichens des DFV).

Die Feuerwehr-Unfallkassen unterstützen insbesondere die sportliche Komponente der Wettkämpfe und verlangen in diesem Fall kein striktes Vorgehen nach den üblichen Grundsätzen des eigentlichen Übungs- und Einsatzdienstes der Feuerwehr. In den höheren Wettkampfebenen (Bundes- und Landesebene) betrifft das mögliche Abweichungen bei den anzuwendenden persönlichen Schutzausrüstungen sowie in Einzelfällen auch die bei den Wettkämpfen verwendete Technik. Dies ist darin begründet, dass Schutzausrüstungen bei einem Wettkampf mitunter nicht nur hinderlich sein, sondern die Verletzungsgefahr erhöhen können. Daher ist sorgfältig abzuwägen, welche Abweichungen bei der Durchführung der einzelnen Wettkämpfe zugelassen werden können. Hierbei ist auch zu berücksichtigen, dass weniger geübte Feuerwehrangehörige, die selten trainieren, oft die Anforderungen und Belastungen der Wettkämpfe anders erleben als die routinierten und durchtrainierten Sportler der Spitzenmannschaft-

ten. Deshalb sollten z.B. für auf Amts- oder Gemeindeebene durchgeführte Wettkämpfe höhere Anforderungen an die Sicherheit durch den jeweiligen Ausrichter gestellt werden. So kann auf diesen Ebenen beispielsweise das Tragen von Feuerwehrstiefeln und Feuerwehrhandschuhen für den „Löschangriff (nass)“ durchaus in den Ausschreibungen verlangt werden.

Im Medienpaket werden nur ausgewählte Feuerwehrwettkämpfe betrachtet. Entscheidend für die Auswahl war das Unfallgeschehen. Die Auswahl erfolgte speziell aus den Bereichen Feuerwehrsportwettkämpfe und traditionelle Wettbewerbe. Im Film werden Sequenzen aus den Disziplinen 100 m Hindernislauf, Feuerwehrhindernisstaffel 4 x 100 m, „Löschangriff (nass)“,

Gruppenstaffette der Frauen, Hakenleitersteigen (alles Feuerwehrsportwettkämpfe) sowie „Löschangriff (trocken)“ und Hindernisstaffel 8 x 50 m (beides traditionelle Wettbewerbe) gezeigt.

Das neue Medienpaket wurde komplett (Film-DVD mit Begleitheft) mit diesem Sicherheitsbrief an alle Freiwilligen Feuerwehren versendet.



Anschnallpflichten, Sicherheitsgurte und Jugendfeuerwehr

Der Sicherheitsgurt hat seit den Sechzigerjahren eine enorme Anzahl von Menschenleben gerettet. Schätzungen gehen von über einer Million Leben aus. Sehr häufig wurden auch schwere Verletzungen durch den Sicherheitsgurt verhindert. Das Anlegen des Sicherheitsgurtes ist nach wie vor die wichtigste Maßnahme zur Steigerung der Sicherheit von Fahrzeuginsassen.

Jeder Feuerwehrangehörige muss den vorgeschriebenen Sicherheitsgurt anlegen. Der Maschinist und auch der Einheitsführer tragen hierbei eine hohe Verantwortung mit Vorbildwirkung, dass grundsätzlich alle Feuerwehrangehörigen den Sicherheitsgurt auf Einsatzfahrzeugen anlegen. Dies gilt besonders für Jugendfeuerwehrmitglieder.

Grundsätzlich gilt: Sind Sicherheitsgurte vorhanden, so müssen diese laut § 21 Abs.1 der Straßenverkehrsordnung (StVO) während der Fahrt angelegt sein.

Feuerwehrfahrzeuge der neueren Generationen sind werkseitig mit Sicherheitsgurten ausgestattet. Für diese Fahrzeuge heißt es weiter im § 21 der StVO:

„In Kraftfahrzeugen“, auch in Feuerwehrfahrzeugen, „dürfen nicht mehr Personen befördert werden, als mit Sicherheitsgurten ausgerüstete Sitzplätze vorhanden sind.“ Abweichend hiervon „dürfen in Kraftfahrzeugen, für die Sicherheitsgurte nicht für alle Sitzplätze vorgeschrieben sind, so viele Personen befördert werden, wie Sitzplätze vorhanden sind.“

Speziell für Fahrten mit der Jugendfeuerwehr muss der § 21 Abs. 1a beachtet werden: „Kinder bis zum vollendeten 12. Lebensjahr, die kleiner als 150 cm sind, dürfen in Kraftfahrzeugen auf Sitzen, für die Sicherheitsgurte vorgeschrieben sind, nur mitgenommen werden, wenn Rückhalteeinrichtungen für Kinder benutzt werden“, die den gesetzlichen Anforderungen genügen und für das Kind geeignet sind. Abweichend hiervon dürfen Kinder ab dem vollendeten dritten Lebensjahr auf Rücksitzen mit den vorgeschriebenen Sicherheitsgurten gesichert werden, soweit wegen der Sicherung anderer Kinder mit Kinderrückhalteeinrichtungen für die Befestigung weiterer Rückhalteeinrichtungen für Kinder keine Möglichkeit besteht.

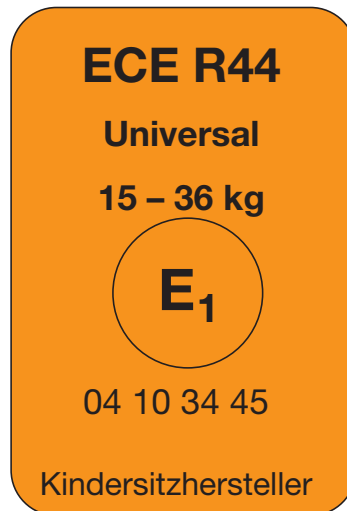
In vielen Feuerwehren sind noch ältere Fahrzeuge im Einsatz. Diese besitzen oft keine Sicherheitsgurte. Hier gibt der § 21 Abs. 1b Auskunft: „In Fahrzeugen, die nicht mit Sicherheitsgurten ausgerüstet sind, dürfen Kinder unter drei Jahren nicht befördert

werden. Kinder ab dem vollendeten dritten Lebensjahr, die kleiner als 150 cm sind, müssen in solchen Fahrzeugen auf dem Rücksitz befördert werden.“

Die Feuerwehren sorgen für die Sicherheit der Bürger. Der richtige Kindersitz in Verbindung mit dem Sicherheitsgurt sorgt für die Sicherheit der Jugendfeuerwehrangehörigen. Und

der grundsätzlich angelegte Gurt sorgt für die Sicherheit der Feuerwehrfrauen und Feuerwehrmänner während der Fahrt.

Amtlich genehmigt sind Kinderrückhaltesysteme, die der aktuellen ECE-Norm, der ECE 44/03 oder der ECE 44/04 entsprechen. Ältere Kindersitze der ECE-Norm ECE 44/01 und ECE 44/02 dürfen seit April 2008 nicht mehr benutzt werden. Grundsätzlich sind immer die Herstellerangaben zur Benutzung des Rückhaltesystems zu beachten.



- ← Europäische Kindersitz-Prüfnorm*
- ← Zugelassene Verwendung
- ← Zugelassen für Körpergewicht
- ← Europäische Kennung, in welchem Land die Prüfung standfand
- ← Prüfnummer, die ersten beiden Ziffern weisen auf die erfüllte Prüfnorm hin – z.B. ECE 44/04
- ← Sitzhersteller*
(*ANGABEN NICHT OBLIGATORISCH)

Die Arbeitsgemeinschaft der Feuerwehr-Unfallkassen plant einen starken Auftritt



INTERSCHUTZ

DER ROTE HAHN

INTERNATIONALE LEITMESSE FÜR RETTUNG,
BRAND- / KATASTROPHENSCHUTZ UND SICHERHEIT
LEIPZIG 7. - 12. JUNI 2010

Die regelmäßig stattfindende Messe „Interschutz“ verwandelt im kommenden Jahr die Stadt Leipzig und das Leipziger Messegelände in eine internationale Bühne mit Innovationen und Informationen für alle, die sich im Rettungswesen, im Brand-/Katastrophenschutz und im Feuerwehrdienst engagieren. Mit dabei ist auch die Arbeitsgemeinschaft der Feuerwehr-Unfallkassen. Die Vorbereitungen für ihren Auftritt laufen auf Hochtouren.

Auf einem gemeinsamen Stand von 170 qm (17m x 10m) werden sich die Feuerwehr-Unfallkassen HFUK Nord, FUK Mitte, FUK Brandenburg und FUK Niedersachsen zusammen präsentieren. Die Arbeitsgemeinschaft der Feuerwehr-Unfallkassen plant als Schwerpunkt das Thema zur Prävention „Si-

cher durch das Feuerwehrhaus“ in Form einer 3D-Präsentation. Mit Hilfe virtueller Szenarien werden mögliche Gefahrenstellen dargestellt, die jeder Besucher bei seinem interaktiven Rundgang durch das Feuerwehrhaus zu meistern hat. Dargestellt werden Situationen, die sich auch im realen Feuerwehrhaus ereignen können, wie beispielsweise ein schlecht zugänglicher Eingangsbereich oder zugestellte bzw. beengte Verkehrswege. Der aktive Teilnehmer muss diese Gefahrenstellen erkennen und dementsprechend reagieren. Zuschauer können das Geschehen entweder auf einem Monitor oder mit Hilfe der zur Verfügung gestellten 3D-Brillen auf der Leinwand mitverfolgen. Besucher, die den interaktiven Rundgang durch das Feuerwehrhaus erfolgreich absolvieren, erwarten attraktive Sicherheitspreise der Feuerwehr-Unfallkassen.

Gleichzeitig wird im Frühjahr 2010 das Medienpaket „Sicherheit im Feuerwehrhaus“ fertig gestellt, wobei der Messebesucher auf einem separaten Monitor den Film bereits im Vorfeld betrachten kann. Neben dem Schwerpunktthema „Sicher durch das Feuerwehrhaus“ sind weitere Präsentationsthemen, u.a. aus dem Bereich Leistungsrecht vorgesehen. Zudem bietet der Stand verschiedene Informations- theken und Besprechungsbereiche für das persönliche Gespräch mit den FUK-Mitarbeitern.

Sie finden den Messestand der Feuerwehr-Unfallkassen in Halle 1 Stand-Nr.: F061, direkt am Kreuzungspunkt mit dem Deutschen Feuerwehrverband (DFV) und der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). Die Feuerwehr-Unfallkassen freuen sich auf viele interessierte Besucher!

Die INTERSCHUTZ ist mit mehr als 120.000 Besuchern und 1.100 Ausstellern die internationale Leitmesse für Rettung, Brand- und Katastrophenschutz sowie Sicherheit. In einem Rhythmus von fünf Jahren präsentiert sie das weltweit größte Angebot in den Bereichen Vorbeugung, Rettung,

Abwehr und Dienstleistung. Dabei werden neben traditionellen Leistungen allerneuste und technisch ausgefeilte Produkte und Lösungen für die zivile Sicherheit vorgestellt. Die Fachkongresse, Symposien und Firmenvorträge informieren über wegweisende Innovationen und die wichtigsten Trends der Branche.

Beim Schwerpunkt Rettung stehen Maßnahmen zur Selbstrettung und die technischen Neuheiten zur Lokalisierung von Feuerwehrleuten an den Brandorten im Fokus. Im Katastrophenschutz werden vor allem der Einsatz modernster Techniken und das effizientere Zusammenwirken internationaler Organisationen thematisiert. Im Bereich Brandschutz ist die Planung geeigneter Brandschutzmaßnahmen ein zentraler Messeschwerpunkt.



Mit den Gefahren, die im Feuerwehrhaus lauern, können sich die Interschutz-Besucher auf dem FUK-Messestand interaktiv beschäftigen.

Bild unten: So ähnlich wie der Feuerwehrangehörige in dieser Brandsimulation können die Besucher des FUK-Messestandes auf der Interschutz virtuell Gefahren im Feuerwehrhaus entdecken. Bild: Fraunhofer-Institut für Graphische Datenverarbeitung

Schutz für die Hände:

Schutz- handschuhe für den Feuerwehr- dienst



Für den Feuerwehreinsatz ebenso wie für die meisten Tätigkeiten im täglichen Leben sind die Hände unverzichtbar. Dem Schutz der Hände muss somit besondere Aufmerksamkeit geschenkt werden. Zum Schutz vor den

Gefahren des Feuerwehrdienstes bei Ausbildung, Übung und Einsatz müssen Feuerwehrschtzhandschuhe zur Verfügung gestellt und benutzt werden, siehe § 12 Unfallverhütungsvorschrift (UVV) „Feuerwehren“ (GUV-

V C53) und § 29, 30 UVV „Grundsätze der Prävention“ (GUV-V A1).

Allgemeine Anforderungen

Die „Allgemeine[n] Anforderungen für Handschuhe“ regelt die DIN EN 420 und schließt damit auch feuerwehremfremde, zum Beispiel medizinische Handschuhe oder einfache Gummihandschuhe mit ein. In der DIN EN 388 vom Dezember 2003 „Schutzhandschuhe gegen mechanische Risiken“ sind die Prüfverfahren und die daraus resultierenden Leistungsstufen für die Abriebfestigkeit, Schnitffestigkeit, Weiterreißkraft und Durchstichkraft festgelegt. Je nach Gefährdungsbeurteilung werden die Anforderungen an den Handschuh gewählt.

Die Mindestanforderungen (unter anderem auch an die vorgenannten Leistungsstufen) und Prüfverfahren für Feuerwehrschtzhandschuhe sind

in der DIN EN 659 in der Ausgabe vom Oktober 2003 zu finden. Solche Feuerwehrschutzhandschuhe schützen die Hände bei normalen Brandbekämpfungstätigkeiten einschließlich Rettung und Bergung. Sie ersetzen nicht Schutzhandschuhe für besondere Gefahren, wie z.B. aluminierete Hitzeschutzhandschuhe, medizinische Handschuhe und Chemikalienschutzhandschuhe. Bezüglich der Pflege, Reinigung und Nutzung von Schutzhandschuhen sind die Herstellerangaben zu berücksichtigen.

Handschuhe für ausschließlich mechanische Gefährdungen

Bei Arbeitseinsätzen mit ausschließlich mechanischen Gefährdungen (Schnitt, Stich, Scheuern) sind Feuerwehrschutzhandschuhe zu tragen, die mindestens die folgenden Leistungsstufen erfüllen: Fünffingerhandschuh nach den Mindestanforderungen der DIN EN 420, gegen mechanische Gefährdungen nach DIN EN 388, mit den Leistungsstufen Abrieb (3), Schnittfestigkeit (2), Weiterreißfestigkeit (3) und Stichfestigkeit (3) nach DIN EN 659:2003-10 mit Schutz vor mechanischen Gefährdungen und besonderem Schutz des Daumens, der Handinnenfläche, des Handrückens (Knöchel) und des Handgelenks (Pulsschutz). Die Handschuhe müssen sich mit den Ärmeln der Einsatzjacke ausreichend überdecken.

Handschuhe für die Brandbekämpfung

Ausreichenden Hitzeschutz wie z.B. für den Innenangriff bieten einfache Feuerwehrhandschuhe aus Leder nicht, da Leder unter Hitzeeinwirkung schrumpft und somit die isolierenden Eigenschaften verloren gehen. Auch Feuerwehrschutzhandschuhe, die eine Zertifizierung nach einer älteren Norm als der DIN EN 659:2003-10 erhielten, sind nicht alle für den direkten Kontakt mit Flammen, z.B. Stichflammenbildung geeignet. Bei Feuerwehrhandschuhen nach DIN EN 659 geben die EG-Baumusterprüfbescheinigungen/Zertifizierungen darüber Auskunft. Diese können beim Hersteller problemlos in Kopie angefordert werden. Ist ein „i“ in einem Buch in der Kennzeichnung des Handschuhs enthalten, müssen diese Informationen gelesen werden. Um



Kennzeichnung an einem Feuerwehr-Schutzhandschuh

Missverständnisse und daraus resultierende Unfälle zu vermeiden, muss bei der Beschaffung das geforderte Schutzziel klar definiert werden. Sofern eine Neubeschaffung ansteht, sind für Atemschutzgeräteträger Feuerwehrhandschuhe nach der neuesten Norm, zur Zeit DIN EN 659:2003-10, der Kategorie III („PSA zum Schutz vor tödlichen Gefahren oder ernsten, irreversiblen Gesundheitsschäden“) nach PSA-Richtlinie (89/686/EWG) und Feuerwehrpiktogramm zu beschaffen.

Geeignete Feuerwehrschutzhandschuhe ermöglichen Feuerwehrleuten, längere Zeit unter gefährlichen Bedin-

gungen zu arbeiten und bilden eine nötige Sicherheitsreserve, z.B. für den Fall einer plötzlichen Stichflamme. Es ist jedoch nicht ratsam, die Einsatzgrenzen der Schutzausrüstung und somit auch der Feuerwehrschutzhandschuhe „auszutesten“ und dadurch die Schmerzgrenze oder gesundheitsschädigende Werte zu erreichen bzw. gar zu überschreiten, nur um mal zu schauen, „wie weit man gehen kann“. Feuerwehrangehörige müssen trotz immer weiter optimierter Persönlicher Schutzausrüstung die Situationen und Gefahren einschätzen und danach handeln. Man darf sich nicht nur auf die Schutzwirkung der Ausrüstung verlassen.



Ein Feuerwehrschutzhandschuh muss neben anderen Kennzeichnungen mindestens folgende Kennzeichnungen enthalten, um in den Feuerwehren eingesetzt werden zu können:

- mindestens DIN EN 659:2003-10
- Piktogramm „Hitze und Feuer“ nach DIN EN 420



Verhindert auch übereifriges Handeln – Der Einsatzbefehl als Unfallverhütungsmaßnahme

Führungskräfte der Feuerwehr - und hier insbesondere die Wehrführer von Freiwilligen Feuerwehren - haben in ihrem ehrenamtlichen Auftrag viel zu leisten. Sie tragen nach dem Brandschutzgesetz des Landes im Zusammenwirken mit der Gemeinde die Verantwortung für eine gut ausgebildete, schlagkräftige Feuerwehr, die Tag und Nacht einsatzbereit sein muss. Die Leiter der Freiwilligen Feuerwehren müssen nicht nur Führungsqualitäten haben, sondern auch menschlich „ganz in Ordnung“ sein. Es ist nicht ganz einfach und auch nicht jedem gegeben, diese Anforderungen, die gestellt werden, in jeder Hinsicht voll und ganz zu erfüllen. Umso wichtiger ist es für die Wehrführer, dass die Führungsstruktur in der Feuerwehr nicht nur allen Feuerwehrangehörigen bekannt ist, sondern auch gelebt wird, dass Befehle unmissverständlich gegeben und auch ausgeführt werden. In der heutigen Zeit wird gerne mal etwas ein bisschen lockerer gesehen und auf einige formelle Dinge

verzichtet. Allerdings verbergen sich hier Gefahren für den Übungs- und Einsatzablauf. Hierzu ein Beispiel:

Der Wehrführer gibt während einer Einsatzübung einem Gruppenführer den Befehl: „Wir brauchen an der linken Seite des Gebäudes zwei Strahlrohre und an der Front des Gebäudes ein Strahlrohr!“. Der Gruppenführer gibt den Befehl genauso an seine drei Trupps weiter und die Trupps beginnen mit dem Aufbau des Löschangriffs. Allerdings fehlen hier wesentliche Bestandteile eines ausführlichen Befehls. Welcher Trupp soll an welche Stelle des Gebäudes? Gehen alle Trupps zur Brandbekämpfung oder auch ein Trupp zum Schutz des Nachbargebäudes vor? Werden mehrere Verteiler gesetzt oder nur einer? Also handeln die Feuerwehrangehörigen nach ihrer eigenen Meinung, gerade so, wie sie es für richtig halten. Wenn es zum Erfolg des Einsatzes führt, spricht keiner weiter darüber und hält diese Verfahrenswei-

se für üblich und korrekt. Allerdings ist es fatal, wenn diese Vorgehensweise zur Normalität wird und Befehle nicht mehr erteilt oder beachtet werden.

Dieser jetzt dargestellte Fall entspricht der Realität und könnte theoretisch ein Auswuchs des oben geschilderten Verhaltens sein. Ein Feuerwehrangehöriger beteiligte sich während der Löscharbeiten in einem Wohnhaus an der Suche nach einem vermissten Kind. Witterungsbedingt und durch die Lage des Gebäudes in einer Mulde, drückten Rauchgase immer wieder nach unten und umgaben das Gebäude. Der für diese Aufgabe nicht eingeteilte Feuerwehrangehörige beteiligte sich aber trotzdem im Außenbereich des Gebäudes an der Suchaktion. Weil er kein Atemschutzgerät trug, atmete er mehrfach große Rauchmengen ein. Darauf hin verlor er das Bewusstsein und wurde in ein Spezialkrankenhaus eingeliefert. Der Feuerwehrangehörige starb nach fünf Monaten Krankenhaus-

aufenthalt an den Folgen der Rauchgasinhalation.

Ein anderer Fall, der zwei schwer verletzte Jugendfeuerwehrangehörige zur Folge hatte, ereignete sich, weil sie eigenmächtig eine Angriffsleitung zum Ablöschen eines Heubrandes im Obergeschoss einer Scheune verlegten. Dort arbeiteten sie aus der Arbeitsbühne eines Radladers heraus, bei dem durch eine versehentliche Fehlbedienung des Fahrers, es zum schlagartigen Abkippen des Korbes kam und die Jugendfeuerwehrangehörigen gegen die Wand schlugen.

Diese beiden Fälle verdeutlichen, wie wichtig eine ordentliche Befehlsgebung und eine klare Aufgabenzuweisung ist. Wenn sie nicht erfolgt, besteht die Gefahr der „Selbstbeauftragung“ mit ungewissem Ausgang. Den Führungskräften wird die Einflussmöglichkeit genommen, wenn sich Feuerwehrangehörige eigene Einsatzaufträge suchen oder einfach wahrnehmen.

Auch hier ein Beispiel aus einer Einsatzsituation heraus. Ein landwirtschaftliches Gebäude brannte und mehrere Feuerwehren waren mit den Löschaufgaben betraut. Es waren Reservekräfte an der Einsatzstelle, die später eingesetzt werden sollten. Es

gab aber keinen klaren Auftrag, wo sich diese Kräfte aufhalten und warten sollten. Zwei dieser Reservekräfte sahen neben dem Einsatzgeschehen mehrere Hühner, die sich in der Nähe des Brandobjektes bewegten. Um diese Hühner vor größerem Schaden zu bewahren, gingen die beiden Feuerwehrangehörigen, ohne Einsatzbefehl, vor. Sie liefen in Richtung Brandobjekt und versuchten die Hühner zu verscheuchen oder einzufangen. Dabei waren die Feuerwehrangehörigen sehr dicht an einer ca. 3 Meter hohen Mauer, die plötzlich umstürzte und die Feuerwehrangehörigen traf. Ein Feuerwehrmann trug schwere, der andere leichte Verletzungen davon. Ein Gruppenführer hätte wahrscheinlich nie diesen Befehl gegeben und alleine aufgrund der Gefahrenabschätzung keine Feuerwehrangehörigen in eine solche Gefahrensituation entsendet.

Befehle sind wichtig. Sie gehören zum strukturellen Vorgehen der Feuerwehr. Führungskräfte erkunden die Lage, schätzen Gefahren ab, beurteilen die Situation, fassen einen Entschluss und geben daraufhin einen Einsatzbefehl.

Ein Befehl hat üblicherweise den Befehlsaufbau „Einheit, Auftrag, Mittel, Ziel, Weg“. Eindeutige Befehle dienen der Sicherheit der Feuerwehrangehöri-

gen und haben eine eindeutige Ausführung zur Folge. Auch wenn es in dieser Form in keiner Unfallverhütungsvorschrift, sondern in der Feuerwehr-Dienstvorschrift 100 steht, so ist die Beachtung der Aufgabenverteilung und die Erteilung von Einsatzbefehlen mit klarem Inhalt eine Unfallverhütungsmaßnahme. Die Führungskräfte wissen, welche Aufgaben erledigt werden und wo Ihre Kräfte eingesetzt sind. Dadurch werden Einsatzkräfte nur gezielt beauftragt und bewegen sich nicht eigenmächtig und unnötig in gefährliche Situationen.

Die Feuerwehr-Dienstvorschriften werden sinnvoll ergänzt durch die Unfallverhütungsvorschriften, die klar regeln, was im Sinne der eigenen Sicherheit erlaubt ist und was nicht. Mittlerweile erarbeitete Standardeinsatzregeln ergänzen das Regelwerk als sinnvolle Rat- und Strukturgeber.

All das sind nicht nur Vorschriften – sondern in erster Linie wichtige Hilfen. Sie dienen uns, um im Einsatz eines zu vermeiden: Planlos, ziellos und kopflos zu handeln. Denn nur einsatztaktisch richtiges Vorgehen ist sicherheitsgerechtes Vorgehen. Darum ist das einsatztaktisch richtige Handeln eine der besten Unfallverhütungsmaßnahmen.



Im Einsatz muss übereifriges, eigenmächtiges Handeln verhindert werden. Notwendig sind klar ausformulierte Befehle.

Arbeitsmedizinische Vorsorge: „Neuregelungen“ durch die „Verordnung zur arbeitsmedizinischen Vorsorge (ArbMedVV)“



Am 24.12.2008 ist die „**Verordnung zur arbeitsmedizinischen Vorsorge (ArbMedVV)**“ in Kraft getreten. Mit dieser Verordnung wurde ein weiterer Bereich, der bis dahin den gesetzlichen Unfallversicherungsträgern vorbehalten war (vgl. § 15 SGB VII), durch staatliches Recht geregelt.

Gem. § 3 Abs. 1 ArbMedVV hat der Arbeitgeber auf der Grundlage der Gefährdungsbeurteilung für eine angemessene arbeitsmedizinische Vorsorge zu sorgen. Arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchungen umfassen nach dieser Verordnung Pflichtuntersuchungen, Angebotsuntersuchungen und Wunschuntersuchungen, die der Arbeitgeber zu veranlassen, anzubieten bzw. zu ermöglichen hat. Für welche Tätigkeiten, z.B. mit Gefahrstoffen, entsprechende Untersuchungen zu veranlassen oder anzubieten sind, ist im Anhang der Verordnung festgelegt. Im Teil 4 dieses Anhangs sind für Tä-

tigkeiten, die das Tragen von Atemschutzgeräten der Gruppen 2 und 3 erfordern, Pflichtuntersuchungen gefordert. Wer die Untersuchungen durchführen darf, ist in § 7 geregelt. Danach muss der Arzt oder die Ärztin berechtigt sein, die Gebietsbezeichnung „Arbeitsmedizin“ oder die Zusatzbezeichnung „Betriebsmedizin“ zu führen.

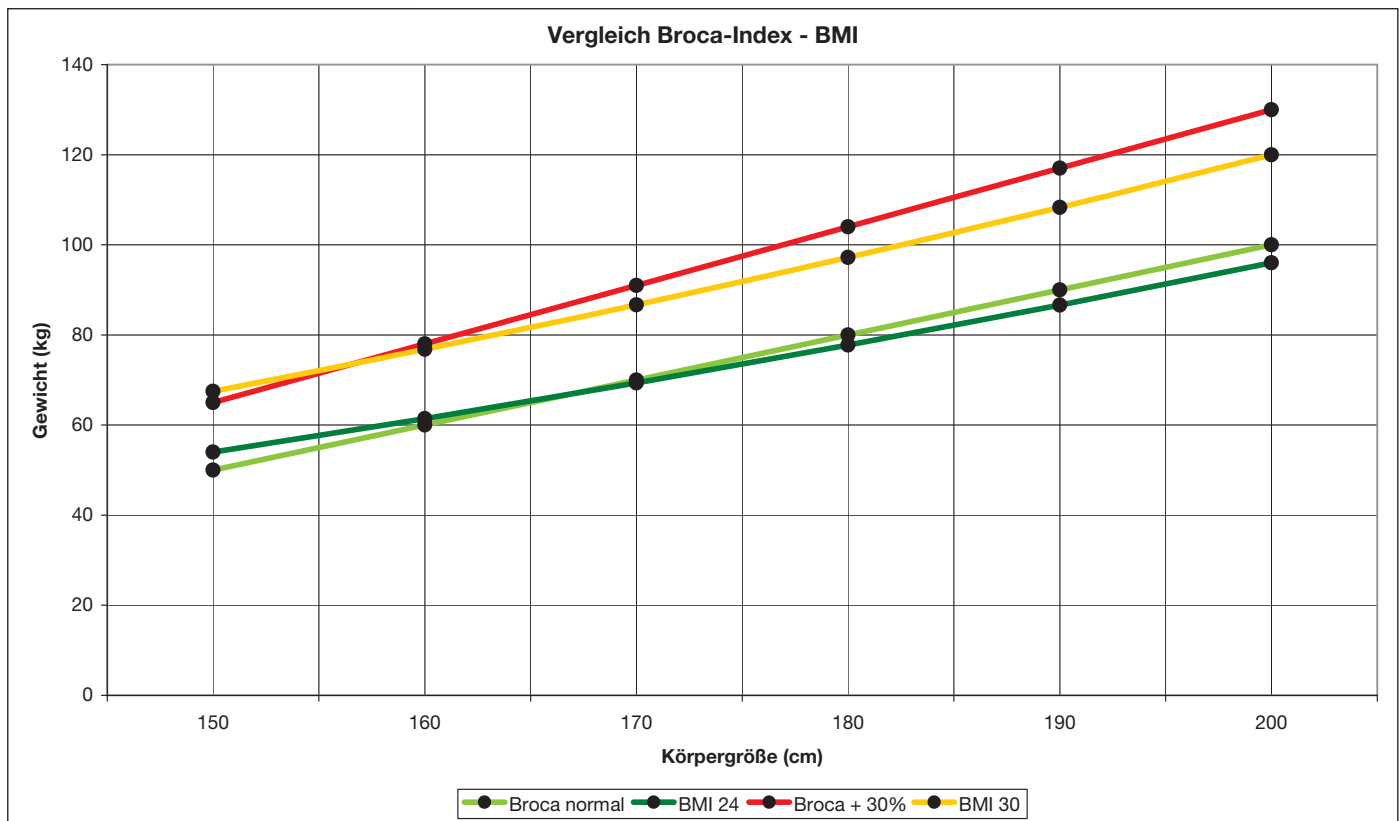
Vor in Kraft treten der ArbMedVV war die arbeitsmedizinische Vorsorge in der gleichnamigen Unfallverhütungsvorschrift (GUV-V A4) geregelt, inklusive eines durch die damaligen Landesverbände der gewerblichen Berufsgenossenschaften durchzuführenden Ermächtigungsverfahrens. Sie galt für alle Unternehmer und Versicherten, deren zuständige Berufsgenossenschaft oder zuständiger Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand diese Unfallverhütungsvorschrift (UVV) erlassen hatte.

Auf Grund des „Gesetzes zur Modernisierung der gesetzlichen Unfallversicherung (Unfallversicherungsmodernisierungsgesetz – UVMG)“ vom 30.10.2008 können die Unfallversicherungsträger (Berufsgenossenschaften und die der öffentlichen Hand) als autonomes Recht UVVn über Maßnahmen zur Verhütung von Arbeitsunfällen, Berufskrankheiten und arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren oder für eine wirksame Erste Hilfe erlassen, soweit dies zur Prävention geeignet und erforderlich ist und staatliche Arbeitsschutzvorschriften hierüber keine Regelung treffen. Dies bedeutet, dass im Falle der UVV „Arbeitsmedizinische Vorsorge“ diese zurückzuziehen bzw. nicht mehr anzuwenden ist, da der Regelungsinhalt nunmehr durch staatliches Recht erfasst ist. Das betrifft auch das in der UVV beschriebene Ermächtigungsverfahren. Es wird nicht mehr durchgeführt, da Ärzte und Ärztinnen, die die Anforderungen nach § 7 ArbMedVV erfüllen, per se arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchungen durchführen können. Dies hat jedoch auch zur Folge, dass diejenigen, die die Anforderungen nach § 7 ArbMedVV nicht erfüllen, diese Untersuchungen grundsätzlich nicht mehr durchführen dürfen.

Folgen für die Ehrenamtlichen?

Nach § 1 (2) gilt die ArbMedVV für die arbeitsmedizinische Vorsorge im Geltungsbereich des Arbeitsschutzgesetzes (ArbSchG). Dieses Gesetz wiederum dient dazu, Sicherheit und Gesundheitsschutz der Beschäftigten bei der Arbeit durch Maßnahmen des Arbeitsschutzes zu sichern und zu verbessern. Zu den Beschäftigten im Sinne dieses Gesetzes gehören jedoch z.B. nicht die ehrenamtlich tätigen Mitglieder freiwilliger Feuerwehren. Für Beamte und hauptberufliche Kräfte der Feuerwehren gilt das ArbSchG und somit auch die ArbMedVV.

Würde die UVV „Arbeitsmedizinische Vorsorge“ gemäß des Doppelregelungsverbotes unmittelbar vollständig außer Kraft gesetzt werden, hätte dies zur Folge, dass für die Atemschutzgeräte-



Kurven für die Werte **Broca-normal**, **BMI 24**, **Broca + 30 %** und **BMI 30** für die Körpergrößen von 150 cm bis 200 cm. Das Körpergewicht ist an den markierten Punkten jeweils auf volle kg gerundet und nur für diese Punkte berechnet worden.

träger der Freiwilligen Feuerwehren die Vorsorgeuntersuchung nach dem Grundsatz „Atemschutzgeräte“ (G 26) nicht mehr vorgeschrieben wäre, was eine wesentliche Verschlechterung im Bereich der Gesundheitsvorsorge bedeuten würde. Dies kann im Interesse der Gesundheit der ehrenamtlichen Kräfte nicht zugelassen werden. Deshalb bleibt die UVV „Arbeitsmedizinische Vorsorge“ für diesen Bereich solange in Kraft, bis die Unfallversicherungsträger unter dem Dach der DGUV Neuregelungen getroffen haben. Das Ermächtungsverfahren wird jedoch nicht weiter durchgeführt. Bis zum Inkrafttreten dieser neuen Regelungen können arbeitsmedizinische Vorsorgeuntersuchungen für ehrenamtliche Feuerwehrangehörige weiterhin von den dafür ermächtigten Ärzten und Ärztinnen sowie zusätzlich von Ärzten und Ärztinnen, die die Gebietsbezeichnung „Arbeitsmedizin“ oder die Zusatzbezeichnung „Betriebsmedizin“ führen dürfen, durchgeführt werden.

Zahlenmäßig ist die Zahl derjenigen, die diese Untersuchungen durchführen dürfen, wesentlich angestiegen. Jedoch sind die Arbeits- und Betriebsmediziner in der Regel dort niedergelassen, wo auch Arbeit und Betriebe zu finden

sind, d.h. in Ballungsgebieten, größeren Städten und eher nicht auf dem „flachen Land“.

Insbesondere die Fachgruppe „Feuerwehren – Hilfeleistung“ der DGUV und die Feuerwehr-Unfallkassen setzen sich hier für praxisingerechte Lösungen für die ehrenamtlichen Kräfte ein, was auch für die Umsetzung des G 26 gilt.

Diskussion Broca-Index – Body-Mass-Index

Für zusätzlichen Gesprächsstoff sorgte in den vergangenen Monaten die Berichterstattung einiger Medien, dass eine Neuerung des G 26 sei, Feuerwehrleute nur bei einem Body-Mass-Index (BMI) von unter 30 das Tragen von Atemschutzgeräten zu gestatten. Somit würden übergewichtige Feuerwehrangehörige effektiv vom Einsatz in der Feuerwehr ausgeschlossen.

Diese Darstellung entspricht nicht den Tatsachen. Der Arbeitskreis 1.2 „Atemschutz“ im Ausschuss Arbeitsmedizin der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung - DGUV hat den Grundsatz G26 überarbeitet, um die Risiken der Feuerwehrleute im Einsatz weiter zu verringern. Bereits vor der Neufassung lautete der Richtwert aber: Das Ge-

wicht eines aktiven Feuerwehrmannes sollte nicht mehr als 30 Prozent über dem Sollgewicht nach dem Broca-Index (Körpergröße in cm minus 100) liegen. Da dieser Broca-Index nur in medizinischen Fachkreisen gebräuchlich ist, wurde der bekanntere BMI unter 30 in den Katalog aufgenommen. Um den BMI zu errechnen, teilt man das Körpergewicht durch die Körpergröße zum Quadrat.

Aus dem Diagramm wird deutlich, dass der Broca-Normal-Wert und der BMI 24, der für Männer fast und für Frauen den oberen Wert des „Normalen“ darstellt, sehr dicht beieinander liegen. Auch die „Grenzwerte“ Broca + 30 % und BMI 30 liegen relativ dicht beieinander, so dass auch die Anwendung des BMI bei der Bewertung nicht allein plötzlich zu einer dramatisch steigenden Durchfallquote bei der G26-Untersuchung führen dürfte, zumal es im G26 auch heißt Broca **oder** BMI.

Entscheidend ist nach wie vor die Fitness und körperliche Leistungsfähigkeit des Einzelnen, diese kann durchaus auch bei einem BMI von über 30 gegeben sein! (-> siehe hierzu auch den Bericht im „Sicherheitsbrief Nr. 25“)

Fit! Sicher

Sport in der Halle: Unfallgefahren minimieren

Im letzten Sicherheitsbrief Nr. 25 haben wir bereits die neue Serie „Sicher Fit!“ vorgestellt. Bei „Sicher Fit!“ geht es um Unfallverhütung beim Feuerwehrdienstsport.

Wo gehobelt wird, da fallen bekanntlich Späne – und wo Feuerwehrleute gemeinsam Sport treiben, da geschehen leider auch Sportunfälle. Wir wollen mit „Sicher Fit!“ helfen, solche un schönen Ereignisse zu vermeiden. In dieser Ausgabe geht es um Möglichkeiten der Unfallverhütung beim Dienstsport in Turnhallen.

Wenn die Tage kürzer und kühler werden, starten die Feuerwehren in die Hallensportsaison. Je nach Verfügbarkeit vor Ort werden dann Hallenplätze von den Feuerwehren belegt. Die Bandbreite der genutzten Sportstätten ist groß. Einigen „glücklichen“ Wehren stehen moderne Mehrfeld-Hallen zur Verfügung, die zudem eine reichhaltige Ausstattung an Sportgeräten bieten. Andere Wehren müssen sich mit kleinen, beengten Räumlichkeiten begnügen, die gerade mal für Gymnastikübungen taugen.

Dennoch geschehen auch hier Sportunfälle. Gerade bei beengten Verhältnissen oder sehr großen Sportgruppen steigt die Unfallgefahr an. Zudem gibt es gerade in Hallen mit vielen Gerätschaften Risiken, auf die wir aufmerksam machen möchten.

Vorplanung: Welche Halle steht uns zur Verfügung?

Hat die Feuerwehr eine Sporthallenzeit festgemacht, gilt es zu festzustellen, welche Möglichkeiten die Sportstätte bietet. Diese Erkenntnisse sollten in die Planung der Sparteinheiten von vornherein einfließen:

- Wie viele Personen können maximal mitmachen?
- Gibt es Geräte und Sportausrüstung, die wir nutzen können?
- Wieviel Platz ist für Spiele und Parcours vorhanden, welche Spielformen sind überhaupt möglich?
- Wo befindet sich die Erste-Hilfe-



Bei der Vorbekprechung vor dem Training auf Gefahren hinweisen!

Ausrüstung, wie umfangreich und in welchem Zustand ist diese?

Am Anfang der Stunde:

Grundsätzlich sollte vor jeder Feuerwehr-Sparteinheit eine Vorbekprechung und Einweisung der Teilnehmer durch den Übungsleiter erfolgen. Dazu gehört z.B. auch darauf hinzuweisen, dass spätestens zu Beginn des Übungsbetriebes Uhren und Schmuck abzulegen sind sowie Piercings abgeklebt werden müssen. Ist der Einsatz von Geräten geplant, so sollte erläutert werden, wie und wo diese aufgebaut werden. Gibt es zudem besondere Sicherheitshinweise im Umgang mit den Sportgeräten zu beachten oder ist z.B. ein anspruchsvoller Hindernisparcours geplant, sollten diese Dinge detailliert durchgesprochen werden.

- Bei allen verwendeten Geräten bitte vorab prüfen, ob alle Verstellmechanismen, Arretierungen und Verschraubungen fest eingestellt sind!
- Werden Bänke oder Sprossenwände verwendet, sollten diese vorab auf Splitter geprüft werden.
- Stolperfallen lauern auch in Sport-

hallen. Bodenöffnungen (z.B. für die Volleyballnetzstangen) müssen verschlossen sein, ebenso müssen die Trageschlaufen der Matten unter denselbigen verschwinden.

- Sind Parcours geplant, bei denen Hindernisse schnell überwunden werden sollen, so ist beim Aufbau auf eine ausreichende Auslaufzone (frei von Hindernissen!) zu achten. Zudem ist neben und hinter den Hindernissen eine Auffang- und Sicherheitszone einzuplanen, die ausreichend mit Matten ausgepolstert wird.
- Verwendete Tore und Geräte auf Kippsicherheit prüfen. Nicht (mehr) benötigte Tore, Geräte, etc. werden weggeräumt.
- Beim Aufbau eines Hindernisparcours sollte generell auf sogenannte Abenteuerkonstruktionen verzichtet werden. Dazu gehören z.B. das Zusammenbauen, Verbinden oder Auftürmen verschiedener Einzelgeräte zu „Fantasielandschaften“. Sportgeräte einzeln und nacheinander einsetzen!
- Alle Türen und Geräteraumtore sind während des Übungsbetriebes geschlossen.



Hindernisparcours: Matten ausreichend einsetzen!

Sinnvoll ist es zudem, vorab ein Notfall-Prozedere durchzusprechen, dass im Falle eines Sportunfalls greift. So sollte mindestens ein Handy mit in die Halle gebracht werden, um im Notfall schnelle Hilfe organisieren zu können.

Allgemeine Maßnahmen

Generell gilt beim Dienstsport, egal ob in der Sporthalle oder im Freien: Einfache Mittel helfen, Sportverletzungen zu vermeiden. Dazu gehört z.B. ein umfangreiches Erwärmungsprogramm, welches den Kreislauf, die Muskeln

und Gelenke „von Kopf bis Fuß“ in „Betriebszustand“ versetzt. Die eigene Sportausrüstung sollte so beschaffen sein, dass sie Unfälle vermeiden hilft. Dazu gehören z.B. intakte Sportschuhe und gegebenenfalls Schutzausrüstung wie Protektoren. Für die Halle sollten in jedem Fall extra Hallenschuhe benutzt werden. Diese bieten eine helle Sohle mit der passenden Gummimischung und besseren Eigenschaften für den Hallenboden. Wie bereits auf S. 12 erwähnt, gehören Schmuck und Uhren abgelegt, Piercings abgeklebt. Lange, offene Haare sollten mit einem Haarband fixiert werden.

Literaturhinweis

Anregungen, Tipps sowie eine umfangreiche Trainingsanleitung gibt es in den beiden **Leitfäden „Feuerwehrsport“** und **„Sport in der Jugendfeuerwehr“**. Diese können kostenlos bei der Feuerwehr-Unfallkasse bestellt werden.

FitForFire: Neue Broschüre und Vortrag zur Sportmotivation

Die Feuerwehr startet durch! Bist Du dabei? Eine neue Broschüre zur Sportmotivation ist bei der HFUK Nord erhältlich:

Die neue Info- und Motivationsbroschüre „Die Feuerwehr startet durch! Bist Du dabei?“ informiert über die umfangreichen Unterstützungspakete der HFUK Nord für die Planung und Durchführung sportlicher Fitness-Aktivitäten in den Freiwilligen Feuerwehren. Das 12-seitige Heft eignet sich hervorragend, um in der Feuerwehr auf das Thema Fitness und Gesundheit aufmerksam zu machen, zu informieren und für's Mitmachen bei sportlichen Aktivitäten zu werben.

Möchten Sie die neue, kostenlose Broschüre gerne für Ihre Wehr anfordern? Schreiben Sie eine Mail an heinz@hfuk-nord.de. Vergessen Sie bitte nicht, den Namen Ihrer Wehr, die gewünschte Stückzahl und die Versandadresse anzugeben. (Bestellungen bitte nur aus dem Geschäftsgebiet der HFUK Nord.)

Motivationsvortrag online

Ebenfalls neu ist der Motivationsvortrag „Sport in der Feuerwehr – WARUM?“, der auf der Internetseite der HFUK Nord (www.hfuk-nord.de) als Powerpoint-Präsentation zum Herunterladen angeboten wird. Andreas Bahr, Fachleiter Sport und Gesundheit des Landesfeuerwehrverbandes Schleswig-Holstein, hat den Vortrag erarbeitet und zur Verfügung gestellt. Ziel ist es, interessierten Wehren, die das Thema „Sport, Fitness und Gesundheit“ bei einem Dienstabend thematisieren wollen, ein geeignetes Infomaterial anzubieten. Ebenso empfehlenswert ist der Vortrag für Kreisausbilder, die sich der Thematik für Schulungen annehmen möchten. Der Vortrag eignet sich bestens zur Motivation der Feuerwehrangehörigen für regelmäßigen Sport. Der Autor und Fachleiter Andreas Bahr ist selbst stellvertretender Wehrführer und aktiver Triathlet. Zu finden ist der Vortrag auf unserer Internetseite www.hfuk-nord.de unter „FitForFire“ im linken Hauptmenü.

FitForFire

Die FEUERWEHR startet durch.

Bist Du dabei?

Schrittweise zur gesundheitlichen Fitness bei Teamarbeit

FitForFire – Trainerseminare der HFUK Nord:

Termine für 2010 stehen fest – erstmalig Fortbildungslehrgang im Angebot



Im Jahr 2010 bietet die HFUK Nord wieder „FitForFire“-Trainerseminare und -fortbildungen an.

Auch im Jahr 2010 bietet die HFUK Nord wieder **FitForFire**-Trainerseminare an.

Die Seminare werden folgende Themen zum Schwerpunkt haben:

- *Feuerwehr-Fitness-Sport mit der Einsatzabteilung,*
- *Sport- und Spiel mit der Jugendfeuerwehr,*
- *kinder- und jugendgerechtes Training,* außerdem:
- *Grundlagen der Sportplanung und Sportmotivation in der Feuerwehr;*
- *Unfallversicherungsschutz;*
- *Grundlagen der Trainings- und Stundengestaltung;*
- *Erwärmungsübungen;*
- *Ausdauertraining; Kräftigungsübungen;*
- *Beweglichkeits- und Koordinationsübungen;*

- *Mannschafts- und Gruppenspiele;*
- *Vorbeugung von Sportverletzungen / Erste Hilfe.*

Es werden folgende Termine für das Trainerseminar angeboten:

FitForFire – Trainerseminar 2010-I:
21.-23. April 2010 an der Landesturnschule Trappenkamp, Schleswig-Holstein
Beginn am 21.04.2010: 14 Uhr
Ende am 24.04.2010: ca. 16 Uhr

FitForFire – Trainerseminar 2010-II:
05.-07. Mai 2010 an der Landesportschule Güstrow, Mecklenburg-Vorpommern
Beginn am 05.05.2010: 14 Uhr
Ende am 07.05.2010: ca. 16 Uhr

Es besteht ab sofort die Möglichkeit, sich für die Trainerseminare anzumelden. Für die Anmeldung muss der Anmeldebogen verwendet werden, der auf unserer Internetseite www.hfuk-nord.de unter „**FitForFire**“ > „Trainerseminare“ als PDF-Datei heruntergeladen werden kann. Pro Seminar können 20 Personen teilnehmen. Die Teilnahme richtet sich nach der Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen.

Erstmals 2010 neu im Angebot: Die „**FitForFire**“-Fortbildungsseminare“

Diese Lehrgänge richten sich an diejenigen Übungsleiter in den Feuerwehren, die bereits ein „**FitForFire**“-Trainerseminar der HFUK Nord besucht haben (Die Absolvierung des ersten Seminars ist **Voraussetzung**). Die Fortbildung dient dem gemeinsamen

Erfahrungsaustausch der Feuerwehrtrainer untereinander und bietet eine Menge neuer Anregungen für die Gestaltung des Feuerwehrdienstsportes. Als Themen werden unter anderem behandelt:

- Sportmotivation, Unfallverhütung
- Körperkräftigung und –stabilisation: Trainingsmöglichkeiten mit Theraband und Gymnastikball
- Alternative Spielformen
- Entspannungsverfahren: Muskelentspannung nach Jacobsen/ Traumreise

Seminarort ist die Polizeidirektion für Aus- und Fortbildung Schleswig-Holstein in 23701 Eutin, Hubertushöhe. Die Seminare werden geleitet von Holger Böttcher, Leiter des Sportbildungszentrums der Polizei und langjähriger „FitForFire“-Trainer.

Wie kann man sich für das Seminar anmelden? Teilnehmer, die ein „FitForFire“-Trainerseminar besucht haben, werden mit einer Einladung und einem Anmeldebogen für die Fortbildungsseminare in diesen Tagen zugeschrieben.

Sollte aufgrund von Adresswechsel o.ä. diese Einladung nicht ankommen, besteht ebenso die Möglichkeit, den Anmeldebogen unter „FitForFire“ > „Trainerseminare“ als PDF-Datei herunterzuladen.

Pro Seminar können 24 Personen teilnehmen. Die Teilnahme richtet sich nach der Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen.

Welche Kosten trägt die HFUK Nord? Das Fortbildungsseminar ist für Ange-

hörige Freiwilliger Feuerwehren aus dem Geschäftsgebiet der HFUK Nord kostenlos.

Es werden von der HFUK Nord die Kosten für die Referenten und Lehrgangunterlagen sowie die Verpflegung getragen. Fahrtkosten werden nicht erstattet.

Was müssen die Teilnehmer zum Fortbildungsseminar mitbringen? Es werden Sportkleidung für die Halle, Hallenschuhe, Duschzeug, Handtuch, Getränk sowie Schreibutensilien benötigt.

Fragen zu allen „FitForFire“-Seminaren beantwortet unser Mitarbeiter Christian Heinz, Tel. 0431-6031747, heinz@hfuk-nord.de.



FitForFire: „Aktion Sportabzeichen“ der HFUK Nord:

Jetzt Sportabzeichen einreichen!

Die HFUK Nord hat auf vielfachen Wunsch die „Aktion Sportabzeichen“ wieder aufgelegt. Ziel ist es, so viele Deutsche Sportabzeichen wie möglich in der Feuerwehr bzw. Jugendfeuerwehr abzulegen. Die Wehren mit den meisten Abzeichen werden mit attraktiven Gutscheinen im Wert von einigen hundert Euro belohnt!

Neben einer Wertung für die Freiwilligen Feuerwehren gibt es auch eine Wertung für die Jugendfeuerwehren, die das Sportabzeichen ablegen.

Die Fortbildungsseminare werden als Tagesveranstaltung angeboten und finden samstags von 10 – 17 Uhr statt.

Alle Teilnehmer werden mit Mittagessen, Getränken und Kaffee am Nachmittag verpflegt. Nach dem Mittagessen besteht die Möglichkeit einer geführten Besichtigung der Polizeitechnik.

Es werden folgende Termine für die Fortbildungsseminare angeboten:

- FitForFire – Fortbildung 2010-I:**
Samstag, 20.03.2010
- FitForFire – Fortbildung 2010-II:**
Samstag, 24.04.2010

Alle Freiwilligen Feuerwehren und Jugendfeuerwehren in Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern und Schleswig-Holstein sind aufgerufen, sich an der Aktion zu beteiligen!

Ab sofort können alle teilnehmenden Wehren und Jugendwehren die erreichten Sportabzeichen bei der HFUK Nord einreichen!

Damit dieses Mal noch mehr Teilnehmer eine Chance erhalten, die Bedingungen des Sportabzeichens zu erfüllen, fließen alle Feuerwehrangehörige und Jugendfeuerwehrmitglieder in die Bewertung ein, die **zwischen 1.7.2008 und 31.12.2009** ein Sportabzeichen abgelegt haben. Einsendeschluss ist der 28.02.2010!

Weitere Informationen und Anmeldung zur „Aktion Sportabzeichen“ der HFUK Nord:

<http://www.hfuknord.de/wDeutsch/sportabzeichen/fit-for-fire-sportabzeichen.php?navid=92>

+++ In Kürze +++ In Kürze +++**Anziehen – Ausziehen: „Virtueller Feuerwehrmann“ ist wieder online!**

Der „Virtuelle Feuerwehrmann“ ist wieder online! Das beliebte „Internet-Anziehpüppchen“ der HFUK Nord zur Auswahl und Verwendung geeigneter Persönlicher Schutzausrüstung (PSA) im Brand- und Hilfeleistungseinsatz wurde grundlegend überarbeitet und an aktuelle Normen und Vorschriften angepasst. Ab jetzt kann dem Kameraden virtuell wieder fleißig die richtige PSA an- und wieder ausgezogen werden.

Zum Ausprobieren einfach auf der Startseite der HFUK Nord www.hfuk-nord.de auf den Container rechts klicken. Viel Spaß!

Neue „StiSi“ - „Stichpunkte Sicherheit“ erschienen

Zwei neue „StiSi“ - „Stichpunkte Sicherheit“ - „Neu- und Umbau von Feuerwehrhäusern“ und „Reifenalter“ sind erschienen und stehen im Internet unter www.fuk-mitte.de oder www.hfuk-nord.de zum Herunterladen zur Verfügung.

FUK-Forum Sicherheit 2009 „Vision Schutzausrüstung“: Internationale Fachtagung ist ausgebucht!

Das FUK-Forum Sicherheit der Feuerwehr-Unfallkassen Deutschlands am 10. und 11. Dezember 2009 in Hamburg ist ausgebucht! **Es sind keine Anmeldungen für die Fachtagung mehr möglich.**

Beim FUK-Forum Sicherheit befassen sich 250 Fach- und Führungskräfte der Feuerwehren sowie Experten aus dem Arbeitsschutzbereich mit der Zukunft der Persönlichen Schutzausrüstung im Feuerwehrbereich und gehen wichtigen Fragen nach: Welche Innovationen sind zu erwarten und vor welchen Herausforderungen steht die PSA der Zukunft? Referenten aus dem In- und Ausland werden an zwei Tagen eine Standortbestimmung vornehmen und Zukunftsperspektiven für eine verbesserte Sicherheit im Feuerwehrdienst aufzeigen.

**Sicherheitsbrief Nr. 26**

Erschienen: Oktober 2009

Herausgeber:

Gemeinsame Schrift der Hanseatischen Feuerwehr-Unfallkasse Nord (HFUK Nord) und der Feuerwehr-Unfallkasse Mitte (FUK Mitte)

Besuchen Sie uns auch im Internet:

www.hfuk-nord.de

Newsletter-Service der HFUK Nord:
www.hfuk-nord.de/newsletter.php

www.fuk-mitte.de

Kontakt HFUK Nord:

Landesgeschäftsstelle Hamburg
Berliner Tor 49, 20099 Hamburg
Telefon: (040)30904-9247

Landesgeschäftsstelle
Mecklenburg-Vorpommern
Bertha-von Suttner-Straße 5,
19061 Schwerin
Telefon: (0385)3031-700

Landesgeschäftsstelle
Schleswig-Holstein
Postfach, 24097 Kiel
Besucheradresse:
Hopfenstraße 2d, 24114 Kiel
Telefon: (0431)603-2113

Technisches Büro Rostock
Hainbuchenring 10,
18147 Rostock
Telefon: (0381)686-5172

Kontakt FUK Mitte:

Landesgeschäftsstelle
Sachsen-Anhalt
Carl-Miller-Str. 7,
39112 Magdeburg
Telefon: (0391)54459-0

Landesgeschäftsstelle
Thüringen:
Magdeburger Allee 4,
99086 Erfurt
Telefon: (0361)5518200

Mitarbeiter dieser Ausgabe:

Christian Heinz, Anne Jugert,
Jürgen Kalweit, Thomas Nothnagel,
Ingo Piehl, Frank Seidel,
André Wagner

Fotos:

Holger Bauer, Christian Heinz,
Jürgen Kalweit, Thomas Nothnagel,
Ingo Piehl, Frank Seidel,
André Wagner, Fraunhofer-Institut
für graphische Datenverarbeitung

Auflage: 13.300