

Gesundheit und Sicherheit bei der Arbeit

**Interview**

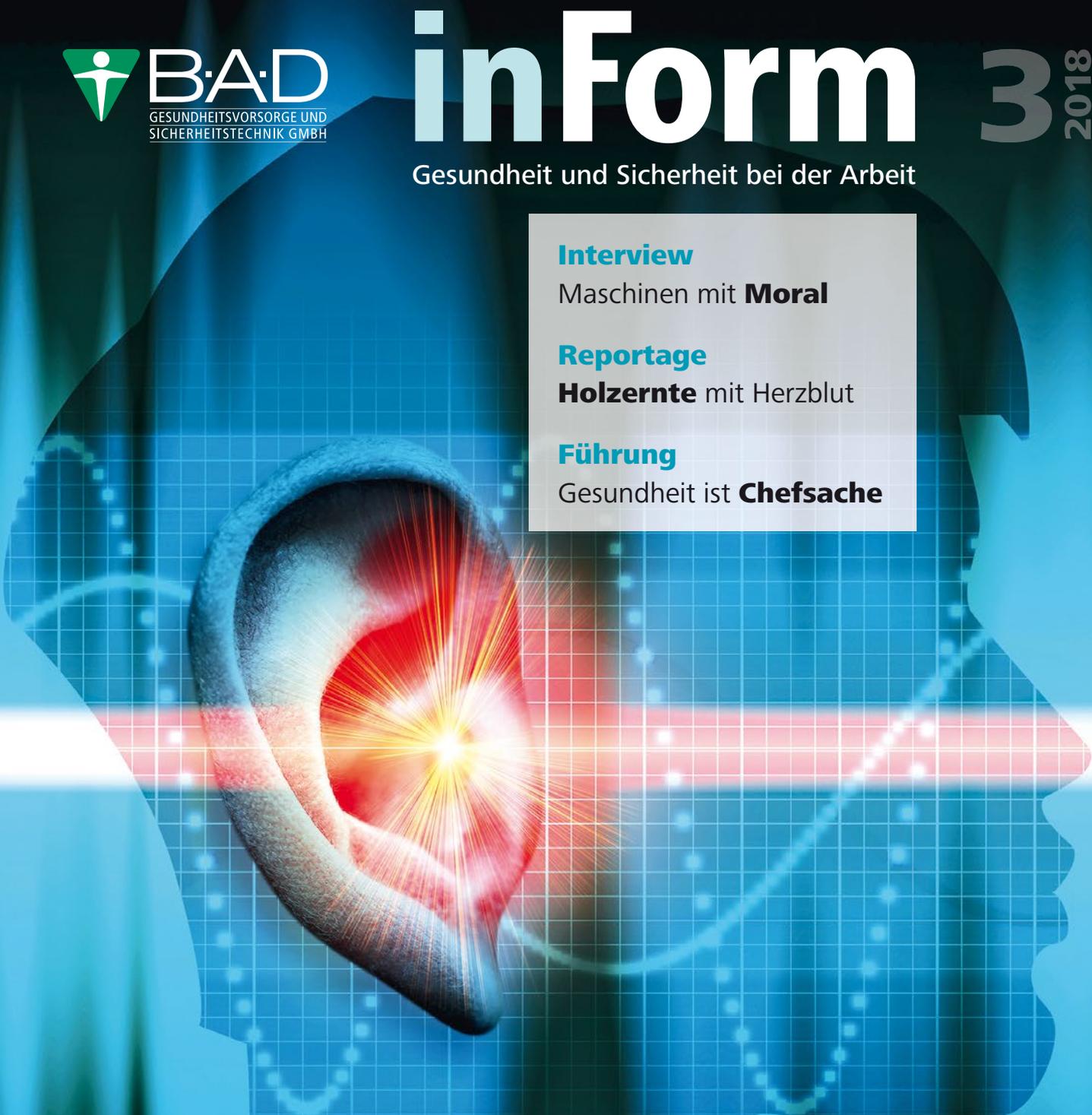
Maschinen mit **Moral**

**Reportage**

**Holzernte** mit Herzblut

**Führung**

Gesundheit ist **Chefsache**



# Schmerzen im Dreivierteltakt

Musikergesundheit im Fokus



# Mensch Wald!

Forstwirte beim Balancieren auf dem Seil – was hat das mit Arbeitsschutz zu tun? Eine ganze Menge, wie wir beim Besuch des Landesbetriebs Wald und Holz NRW lernen konnten. Hier wird Betriebliches Gesundheitsmanagement (BGM) gelebt. So gehört auch das Üben auf der Slackline für Forstwirte zu einem durchdachten BGM. Es schult nicht nur den Gleichgewichtssinn; auch Stolper-, Rutsch- und Sturzunfälle werden durch das Training verringert. B-A-D unterstützt den Landesbetrieb im Bereich BGM, aber auch seit fast 20 Jahren in der Arbeitsmedizin.

## Mit Herzblut und Leidenschaft

**F**örsterin zu sein ist weniger ein Beruf, als eine Berufung!", sagt Forstingenieurin Diana Göke. Sie ist seit 2009 Försterin und seit August 2017 Revierleiterin im Revier „Himmelsporten“ bei Arnsberg in Nordrhein-Westfalen. Wir sind mit ihr und ihren Hunden Hilde und Lex im Revier unterwegs. Was sind die Aufgaben einer Försterin und wie sieht die Arbeit von Forstwirten eigentlich aus – auf diese Fragen suchen

wir bei unserem Besuch in Arnsberg Antworten. „Aufgabe der Forstwirtschaft ist es, dem Wald zu nutzen, ohne ihm zu schaden“, erklärt Göke. „Wir forsten zum Beispiel Kahl- bzw. Schadflächen wieder auf, wie sie nach dem Orkan Kyrill entstanden sind. Außerdem entnehmen wir Bäume, um andere in ihrem Wachstum zu fördern. Dazu erstellen wir jedes Jahr einen Wirtschaftsplan.“

Das forstliche Bildungszentrum in Arnsberg liegt mitten im Wald. Dort treffen wir Peter Kalin, der selbst 20 Jahre lang Förster war und heute bei Wald und Holz NRW für das Arbeitsschutz- und Gesundheitsschutzmanagement verantwortlich ist. „Knapp 27 Prozent der Gesamtfläche NRWs ist Waldfläche“,



Revierleiterin Diana Göke bei der Stammvermessung und beim Markieren der einzelnen Holzstämme. Immer mit dabei: ihre Hunde Hilde und Lex (nicht im Bild).



erklärt er. „300 Försterinnen und Förster arbeiten in diesen Waldflächen. Insgesamt hat Wald und Holz NRW 1.362 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. In keinem anderen Bundesland ist das Mensch-Wald-Verhältnis so eng wie in NRW,“ sagt Peter Kalin, daher auch das Motto: Mensch Wald!

Kümmern sich um die Gesundheit der Mitarbeiter von Wald und Holz NRW:

Heinrich Barkmeyer (stellv. Leiter Wald und Holz NRW), Sascha Martini (B-A-D), Peter Kalin (Wald und Holz NRW), Melanie Schulz, Katja Lammertmann, Karin Deimel und Kathrin Kessel (alle B-A-D).

#### Beruf mit Leidenschaft

„Forstwirtschaft“, so Peter Kalin, „ist eher Berufung als Beruf.“ Forstleute sind immer draußen. „Für diesen Beruf braucht man innere Überzeugung und viel Herzblut!“, ergänzt Diana Göke, „außerdem Leidenschaft und Optimismus,

## Wald und Holz NRW

Wald und Holz NRW gliedert sich in 14 Regionalforstämter, das Nationalparkforstamt Eifel sowie das Lehr- und Versuchsforstamt Arnsberger Wald. 18 Millionen Menschen in NRW stehen ca. 915.000 ha Wald gegenüber – eine Fläche so groß wie Zypern. Der Wald ist Naturerbe und grüne Lunge, er ist der wichtigste CO<sub>2</sub>-Speicher nach den Weltmeeren. Die Försterinnen und Förster sind integraler Bestandteil der Umweltwirtschaftsstrategie, indem sie den Wald so bewirtschaften, dass er allen gesellschaftlichen Anforderungen wie Holznutzung, Umwelt-, Natur- und Artenschutz sowie Erholung gerecht werden kann.

[www.wald-und-holz.nrw.de](http://www.wald-und-holz.nrw.de)



Von März bis Oktober ist **Hochsaison** von Zecken. Zecken können gefährliche Erkrankungen übertragen, in Deutschland vor allem Borreliose und FSME (Frühsommer-Meningoenzephalitis). Bei Arbeiten und Ausflügen auch in den Wald sollte daher schützende Kleidung getragen, die Haut vorher mit Zecken abhaltenden Mitteln behandelt und der Körper anschließend aufmerksam untersucht werden. Hat sich eine Zecke in der Haut festgebissen, muss sie möglichst schnell entfernt werden, da das Infektionsrisiko mit der Saugdauer steigt. Wer in einer FSME-Risikoregion arbeitet, lebt oder Urlaub macht, sollte sich impfen lassen. Das Robert Koch-Institut veröffentlicht jedes Jahr eine Karte darüber, welche Landkreise in Deutschland Risikogebiete sind.

Die **Borreliose** ist eine durch Bakterien hervorgerufene Erkrankung, die das Nervensystem, die Gelenke und das Gewebe schädigt. Borreliose übertragende Zecken kommen in allen Regionen Deutschlands und Österreichs sowie vielen weiteren europäischen Regionen vor. Eine Impfung gegen Borreliose gibt es (noch) nicht. Da die Bakterien meist erst 12 bis 24 Stunden nach dem Stich übertragen werden, kann eine Infektion in den meisten Fällen verhindert werden, wenn die Zecke frühzeitig entdeckt und entfernt wird. Bei einer Erkrankung muss die Borreliose frühzeitig mit einem Antibiotikum behandelt werden, um chronische Schäden zu verhindern. Da eine FSME oder Borreliose schwerwiegende Folgen haben kann, muss jeder **Zeckenstich**, der während der Arbeit erfolgt, im Verbandbuch dokumentiert werden. Dieser Nachweis ist wichtig, wenn im Erkrankungsfall die Frage gestellt wird, ob es sich um eine **Berufskrankheit** handelt oder nicht. Dazu bieten wir Ihnen kostenlos eine **Zeckenkarte** an: bestellbar unter [inform@bad-gmbh.de](mailto:inform@bad-gmbh.de)

denn es dauert 100 Jahre, bis man im Wald die Früchte seiner Arbeit sehen würde.“ Respekt vor den Werten der letzten Jahrzehnte sei immens wichtig, so Göke. Vorausschauend und strategisch zu planen aber auch, denn man habe eine große Verantwortung für die nachfolgenden Generationen.

#### Bei Knopfdruck: Hilfe kommt sofort

Die eigenen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter optimal im Bereich Arbeits- und Gesundheitsschutz zu betreuen, versteht sich für den Landesbetrieb von selbst. Seit knapp 20 Jahren betreut B-A-D als professioneller Ansprechpartner Wald und Holz NRW im Bereich Arbeitsmedizin, seit 2014 auch im Bereich Betriebliches Gesundheitsmanagement ▶



## B·A·D-Leistungen: Arbeitsmedizin

### Vorsorge- und Eignungsuntersuchungen

- ▶ Gehörschutz bei dienstlicher Jagd und beim Sägen
- ▶ Infektionsgefährdungen durch Borrelien (Zecken), präventive Beratungen und Tetanusimpfangebot
- ▶ Fahreignung für Maschinenführer
- ▶ Blutuntersuchungen (Fuchsbandwurm)
- ▶ Hautschutz (Küchenbereich, Sonnenschutz),
- ▶ Absturzgefährdungen (Kletterer, Entastungen)
- ▶ Muskel-Skelett-Belastungen
- ▶ Atemschutz (Sprühfarben, Kontrolle aller Waren, die in Holz verpackt sind: gegen Schädlinge begaste Kisten)
- ▶ Bildschirmarbeitsplätze



Der Harvester transportiert Holzstämme aus dem Wald. Der Fahrer muss viel Geschick mitbringen. An manchen Stellen besorgen dies noch Pferde.

## Wald in Deutschland

Der Wald in Deutschland ist überwiegend in privater Hand.

Von den **11,4** Millionen Hektar Wald in Deutschland sind **48** Prozent Privatwald.

**29** Prozent des Waldes sind im Eigentum der Länder.

**19** Prozent sind Eigentum von Körperschaften und **4** Prozent im Eigentum des Bundes.

► (BGM). Katja Lammertmann ist seit gut elf Jahren B·A·D-Betriebsärztin für den Landesbetrieb und begleitet uns auch heute in den Wald: „Ich bin immer wieder gerne mit Forstleuten unterwegs und schaue mir die Arbeit vor Ort an!“ Sie leitet die Arbeitsmedizin für den Landesbetrieb als koordinierende Betriebsärztin vom B·A·D-Zentrum Münster aus. „Wir haben im Wald durchaus eine hohe Unfallgefährdung“, sagt Peter Kalin. Da es auch Arbeitsplätze gibt, an denen Forstwirte alleine arbeiten, hat der Landesbetrieb seit gut eineinhalb Jahren das aktuell modernste Notrufsystem der Welt. „Wenn etwas passiert ist, drückt man einen Notfallknopf. Dann wird nicht nur in der Notfallzentrale Alarm ausgelöst. Über ein Weiterleitungstelefon können alle in der Nähe befindlichen Perso-

nen, Kollegen, Freunde, Vorgesetzte, die man im Vorfeld bestimmt hat, mittels Smartphone benachrichtigt werden. So ist eine sehr schnelle Hilfe für den Verunfallten sichergestellt“, erklärt Peter Kalin.

### Vorbildlich: BGM-Ansprechpartner

Bereits nach dem Orkan Kyrill 2007 kam auch Sascha Martini, BGM-Berater der B·A·D, zum Landesbetrieb. „Bei Wald und Holz NRW gab es bereits eine Menge Aktivitäten vor allem in der betrieblichen Gesundheitsförderung, die wir dann in ein strukturiertes BGM zusammengefasst haben“, sagt Martini. Seitdem werde das BGM kontinuierlich weiterentwickelt. Sascha Martini und Peter Kalin hatten auch die Idee mit der ►



Revierleiterin Diana Göke ist es wichtig, sich jeden Tag persönlich um ihr Team aus Forstwirten zu kümmern.



## Raus aus der Tabuzone

Süchte sind ein Thema in jedem Unternehmen, so auch bei Wald und Holz NRW. Arbeits- und Gesundheitsmanager Peter Kalin wollte das Thema aus der Tabuzone holen und hat daher mit Unterstützung der B·A·D Suchtberatung in das BGM implementiert. Es gibt eine Dienstvereinbarung Sucht, geplant sind auch Gesundheitstage zu dem Thema. Dipl.-Psychologin und B·A·D-Beraterin Karin Deimel ist für diesen Bereich zuständig. „Für die Vertrauensentwicklung ist es wichtig, dass eine Suchtberatung von außen kommt“, betont Karin Deimel. An sieben Tagen rund um die Uhr gibt es eine Notfall- und Krisenhotline. „Nicht nur Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, auch Familienangehörige können diese Hotline nutzen“, erklärt Deimel. Die Anonymität sei sehr wichtig, betonen Deimel und Kalin, denn es gebe eine große Hemmschwelle, eine Kollegin oder einen Kollegen im Suchtfall anzusprechen.

► Slackline. „Das Üben bzw. Laufen auf der Slackline verringert nicht nur die Unfallzahlen bei den Stolper-, Rutsch und Sturzunfällen“, so Kalin. „Es fördert auch den Teamgeist und macht allen großen Spaß!“ Wald und Holz NRW bietet seinen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern außerdem ein lifebalance:plus-Programm: „Das Programm gewährt jedem Mitarbeiter 150 Euro Gesundheitsprämie, die jeder bei einer Auswahl an Dienstleistungen einlösen kann“, sagt Peter Kalin.

„Das Besondere bei Wald und Holz NRW sind die BGM-Ansprechpartner, die es in jedem Forstamt gibt“, erklärt Sascha

Martini. Diese stehen den Präventionsteams von sechs bis acht Mitarbeitern vor und haben eine Vorbildfunktion. Im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung psychischer Belastungen habe Wald und Holz NRW bereits zwei Mitarbeiterbefragungen durchgeführt, erzählt Martini. „An den Zahlen hat Wald und Holz NRW dann gemerkt, dass sich im Bereich BGM Dinge verbessert haben“, hebt Martini noch hervor. Neu bei Wald und Holz NRW ist das Thema Suchtberatung, das durch Dipl.-Psychologin und B·A·D-Beraterin Karin Deimel zusammen mit dem Landesbetrieb in das BGM implementiert wird.

#### Forstwirt: attraktiver Beruf

„Wir möchten, dass es unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern bestmöglich geht!“, stellt Kalin fest. „Daher sehen wir uns als Begleiter unserer Belegschaft auf dem Weg zu einem gesunden Arbeiten.“ Und natürlich geht es auch um Arbeitgeberattraktivität. „Über alle drei Ausbildungsjahre sind ständig etwa 95 Auszubildende bei uns, pro Jahr also etwa 33 Personen. Bundesweit liegt der Bedarf allerdings höher, als er zurzeit ausgebildet wird; ein Revierförster braucht zwei Jahre, bis er Reviergrenzen, -strukturen und Waldbestände kennt. Der demografische Wandel geht auch an den Forstverwaltungen nicht spurlos vorbei!“

Noch einmal Revierleiterin Diana Göke: „Ich liebe meinen Beruf und dieses Revier. Ich arbeite da, wo andere Urlaub machen – das wird mir jeden Tag wieder bewusst! Das Thema Nachhaltigkeit ist meiner Meinung nach in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Das Bewusstsein, dass jeder von uns die Natur schützen muss, um sie möglichst lange zu erhalten, wird immer ausgeprägter. Daher ist der Beruf des Forstwirtes auch attraktiv!“

## Raus in den Wald: Erholung pur

**Laut Farbpsychologie beruhigt die Farbe Grün. Da ist man im Wald genau richtig! Forscher haben sogar herausgefunden, dass allein ein Blick aus dem Fenster in das Grün des Waldes beruhigt. Japaner haben das „Waldbaden“ erfunden, das Shinrin Yoku. Denn japanische Mediziner haben in Studien untersucht, was ein Aufenthalt im Wald oft nur von 15 Minuten mit den Menschen macht. Die Ergebnisse: Der Wald senkt laut Vorher-Nachher-Messung den Spiegel des Stresshormons Cortisol im Blut, erhöht die Anzahl der sogenannten Killerzellen, stärkt also das Immunsystem und senkt Blutdruck und Puls. Schon 1982 hat Japan Shinrin Yoku zum Teil seines nationalen Gesundheitsprogramms gemacht. 99 Prozent weniger Staubteilchen und eine durch ätherische Öle angereicherte Luft im Wald regeneriert außerdem die Lungen. Der Schutz vor intensiver Sonneneinstrahlung und die höhere Luftfeuchte werden ebenfalls als angenehm empfunden. Außerdem ist es im Sommer im Wald meist 2–3°C kühler und dadurch ein toller Erholungsort gegen Sommerhitze. Übrigens: Auf der Insel Usedom ist der erste deutsche Heilwald entstanden. Sein Vorbild stammt aus Japan. Das Sachbuch „Das geheime Leben der Bäume“ des Försters Peter Wohlleben stand 2015 auf den vordersten Plätzen der Bestsellerlisten.**

# Wissen rund um den Wald

**32 %**

der deutschen Landesfläche  
sind mit Wald bedeckt.

**24 %**

des Waldes in Deutschland  
sind älter als 100 Jahre.

**1,2 Mio. Menschen**

in 185.000 Betrieben arbeiten im Holz- und Forstsektor.  
Damit beschäftigt der Wald mehr Menschen  
als die Automobilindustrie.

**9550 Jahre alt**

ist der vermutlich älteste Baum  
der Welt – eine Fichte in Schweden.

**Ein 100 Jahre alter**

Nadelbaum produziert etwa 13 Kilogramm  
Sauerstoff. Genug, damit zehn Menschen einen  
Tag atmen können.

**235 kg Papier**

verbraucht jeder Mensch im Durchschnitt  
in Deutschland pro Jahr.

**Alle 20 Sekunden**

wächst so viel Holz nach, dass es reichen würde, ein  
komplettes Holzhaus zu bauen.



---

Unsere internationale Marke



# inForm

Gesundheit und Sicherheit bei der Arbeit

**Herausgeber:** B.A.D e. V.

Herbert-Rabius-Str. 1, 53225 Bonn

**Tel.** 0228 40072-753,

**Fax** 0228 40072-25

**E-Mail:** [inform@bad-gmbh.de](mailto:inform@bad-gmbh.de)

**Internet:** [www.bad-gmbh.de](http://www.bad-gmbh.de)