

Was ist im Betrieb zu tun?



Lange Arbeitszeiten

- Ausnahme muss Ausnahme bleiben!
- Zeitraum so kurz wie möglich!
- Körperliche und geistige Belastung gering halten!
- Pausen machen!
- Belastung durch Chemikalien beachten!
- Heimfahren ist auch Arbeit!

Schichtarbeit

Schichttauglichkeit:

ArbeitnehmerInnen sollten die Möglichkeit haben, sich vor Aufnahme der Schichtarbeit, insbesondere Nachtarbeit, auf „Schichttauglichkeit“ überprüfen zu lassen.

Ernährung bei Nachtarbeit:

Arbeitgeber müssen verpflichtet werden, den ArbeitnehmerInnen, die Nachtarbeit leisten, „nachtschichttaugliches Essen“ zu ermöglichen.

Pausengestaltung:

Pausen müssen belastungsgerecht gestaltet werden.

Anfahrt und Heimweg:

Öffentliche Verkehrsmittel benutzen oder einen Werksverkehr einrichten.

Schichtpläne:

Die betroffenen ArbeitnehmerInnen müssen bei der Schichtplangestaltung einbezogen werden.

Auch für Gesundheitsfragen:

Gewerkschaft und Betriebsrat - deine Partner im Betrieb!

PRO-GE

DIE PRODUKTIONSGEWERKSCHAFT

www.proge.at/gesundheit

Gewerkschaft PRO-GE

PRO-GE Arbeitstechnik:

Johann-Böhm-Platz 1, 1020 Wien

Anton Hiden

Telefon: (01) 534 44 69-620

E-Mail: anton.hiden@proge.at

Gabriela Kuta

Telefon: (01) 534 44 69-621

E-Mail: gabriela.kuta@proge.at

Wir danken unseren KooperationspartnerInnen:



Wir danken unseren SponsorInnen:



Gedruckt nach der Richtlinie des Österreichischen Umweltzeichens „Schadstoffarme Druckerzeugnisse“
Ing. Christian Janetschek · UWNr. 637

PRO-GE

DIE PRODUKTIONSGEWERKSCHAFT



Zu lange Arbeitszeiten gefährden dein Familienleben!

Der Grundgedanke des Arbeitszeitrechtes war und ist noch immer, die ArbeitnehmerInnen vor zu hohen Belastungen, die zu gesundheitlichen Gefährdungen führen können, zu schützen. Zu lange Arbeitszeiten, die Nichteinhaltung der Mindestruhezeiten und fehlende Pausen gefährden unsere Gesundheit.

www.proge.at/gesundheit

Arbeitszeit kann belasten!

Die bis jetzt letzte Novelle des Arbeitszeitrechtes hat neben einer Verbesserung für Teilzeitkräfte auch einige kritisch zu hinterfragende Möglichkeiten zur Arbeitszeitgestaltung gebracht. Jetzt ist es möglich, zwölf Stunden täglich bzw. 60 Stunden in der Woche zu arbeiten und das drei Mal, acht Wochen im Jahr. Das ist sicher nicht für den Standardfall in der Arbeitswelt geeignet. Die vereinbarte Schutzmaßnahme (die erforderliche Zustimmung der Arbeitsmedizin) zeigt, dass auch der Gesetzgeber solche Regelungen nicht als unbedenklich und in jedem Fall anzuwenden sieht.

Daher die Forderung der PRO-GE: Arbeit darf nicht krank machen!

Mit der Kampagne  verstärkt die PRO-GE ihre schon bestehenden Aktivitäten im Bereich der Prävention von Gesundheitsgefährdungen durch belastende Arbeitszeiten.

Dazu einige Daten, Fakten bzw. Tipps, damit du von gesundheitsgefährdenden Arbeitszeiten **nicht** betroffen wirst.

PRO-GE
DIE PRODUKTIONSGEWERKSCHAFT

Belastende Arbeitszeitformen!

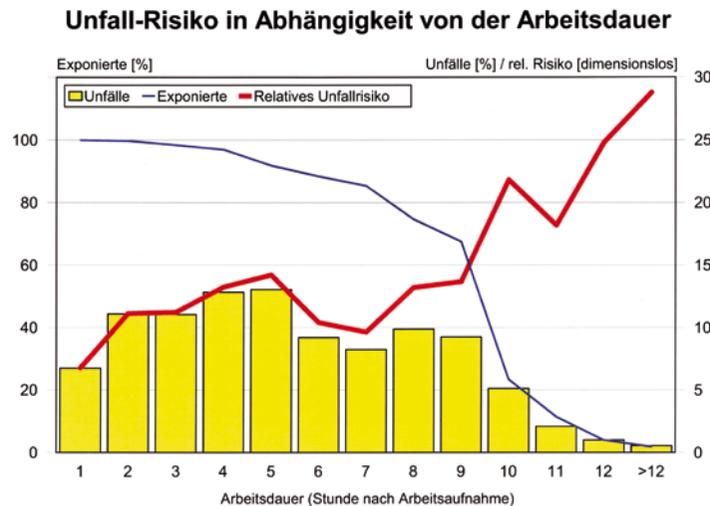
Lange Arbeitszeiten

Der Leistungsfähigkeit des Menschen sind von Natur aus Grenzen gesetzt. Diese Grenzen sind zwar individuell unterschiedlich, man kann aber davon ausgehen, dass für den Durchschnitt der ArbeitnehmerInnen die alte „Weisheit“ gilt, den Tag zu dritteln: acht Stunden Arbeit, acht Stunden Freizeit, acht Stunden Schlaf.

Ermüdung und Erschöpfung

Der Grad der Ermüdung ist ausschlaggebend dafür, wie lange eine Tätigkeit ununterbrochen ausgeübt werden kann bzw. wie oft Spitzenleistungen erbracht werden können.

Steigendes Unfallrisiko bei langer Arbeitszeit



Schichtarbeit mit Nacht- und Wochenendarbeit

Gerade im Bereich der Gewerkschaft PRO-GE ist Schichtarbeit aufgrund des relativ hohen Einsatzes modernster Technologien nicht mehr wegzudenken.

Das soziale Umfeld leidet

Schichtarbeit hat auf das soziale Umfeld der SchichtarbeiterInnen große Auswirkungen. Durch wechselnde und auch in der Nacht zu leistende Arbeitszeiten sind sowohl das Familienleben als auch gute Freizeitgestaltung nur eingeschränkt möglich.

Nachtarbeit

Schichtarbeit, insbesondere Nachtarbeit, hat schon immer die Gesundheit beeinträchtigt. Das Problem besteht darin, dass der Mensch tagaktiv ist. Die Umstellung auf nachtaktiv wird durch eine bewusste Handlung des Menschen herbeigeführt. Durch diese bewusste Manipulation ändert sich zwar sein Verhalten, die physiologischen (unbewussten) Körperfunktionen laufen aber bei einem/r NachtarbeiterIn genau so ab wie bei einem/r TagarbeiterIn. Die Körpertemperatur sinkt in der Nacht, die Herztätigkeit wird reduziert, die Atmung verlangsamt sich, die Verdauung ist eingeschränkt, die Muskulatur ist durch geringere Sauerstoffzufuhr auf Ruhe eingestellt und kann daher nicht ihre volle Leistung bringen.