

SiBe-Report

Informationen für Sicherheitsbeauftragte – Ausgabe 2/2025

Runter mit dem Lärmpegel

Klagen Beschäftigte darüber, sich nicht konzentrieren zu können? Dann könnte Lärm eine Rolle spielen. Positiv ausgedrückt: Mehr Ruhe ist ein Hebel, um gleich mehrere typische Probleme in Büros anzugehen. Sicherheitsbeauftragte können dazu beitragen, am Lärmpegel zu drehen.

Ist es in unserem Büro zu laut? Auf diese einfache Frage gibt es meist mehrere Antworten. Denn Lärm wird unterschiedlich bewertet. Während ein Presslufthammer vor dem Fenster eindeutig nervtötend ist, scheiden sich in anderen Situationen die Geister, beispielsweise bei der freundlichen Begrüßung zweier Kollegen oder bei den Tippgeräuschen einer Kollegin. Was die einen als störend empfinden, ist für andere Ausdruck einer lebendigen Bürokultur.



Grundsätzlich kann sich Lärm negativ auf Leistungsfähigkeit und Gesundheit auswirken – das gilt natürlich auch für Bürolärm. Bei Befragungen darüber, ob sich Menschen durch Lärm im Büro abgelenkt fühlen, liegen die Werte zwischen 60 und 80 Prozent. Wer sich im Arbeitsschutz auskennt, weiß, dass es für gesundheitliche Gefährdungen Grenzwerte gibt, die nicht überschritten werden dürfen. Was heißt das für den Lärmschutz im Büro? Laut der Technischen Regel für Arbeitsstätten ASR A3.7 kommt es auf die Tätigkeit an. Denn klar ist: Es macht einen Unterschied, ob sich jemand sehr konzentrieren muss oder neben seiner Tätigkeit einem Plausch lauschen kann.

Deshalb gilt für alle Tätigkeiten, die im Laufe eines Tages mindestens eine Stunde lang ausgeübt werden:

- Ist eine hohe Konzentration oder hohe Sprachverständlichkeit erforderlich, darf der „Beurteilungspegel Lr“ 55 Dezibel (dB[A]) nicht überschreiten.
- Bei mittlerer Anforderung an Konzentration oder Sprachverständlichkeit liegt dieser Wert bei 70 dB(A).
- Ist lediglich eine geringe Konzentration oder Sprachverständlichkeit erforderlich, ist kein bestimmter Wert des Beurteilungspegels mehr vorgeschrieben. Es gilt aber noch das Minimierungsgebot, d. h. die Belastung möglichst zu reduzieren.



SiBe-Tipp: „Ruhe rockt“

Der „Tag gegen Lärm“ am 30. April unter dem Motto „Ruhe rockt“ macht Lärm auf ganz unterschiedliche Art zum Thema. Eine Übersicht findet sich unter <https://www.tag-gegen-laerm.de>. Die Unfallversicherungsträger bieten auf ihren Websites Informationen zum Lärmschutz bei der Arbeit.

Diese Werte zu ermitteln, ist eine Sache für Profis. Dafür ist der Unternehmer oder die Unternehmerin verantwortlich – mit fachlicher Unterstützung beispielsweise durch eine Fachkraft für Arbeitssicherheit.

Meist geht es jedoch einfacher, wobei Sicherheitsbeauftragte eine aktive Rolle übernehmen können: Einmal nachfragen, wer sich durch Lärm beeinträchtigt fühlt. Bei Studien zu diesem Thema kommt in der Regel heraus, dass sich die meisten Beschäftigten vor allem durch Gespräche und Telefonate im Raum gestört fühlen*.

Heißt das, jedes Mal das Büro verlassen zu müssen, wenn das Telefon klingelt oder man sein Gegenüber fragt, wie das Wochenende war? Werden die Gespräche mit Rücksicht auf alle anderen im Raum geführt, sollte das im Büro möglich sein. Aber über ihre Regeln kann nur jede Büroge-



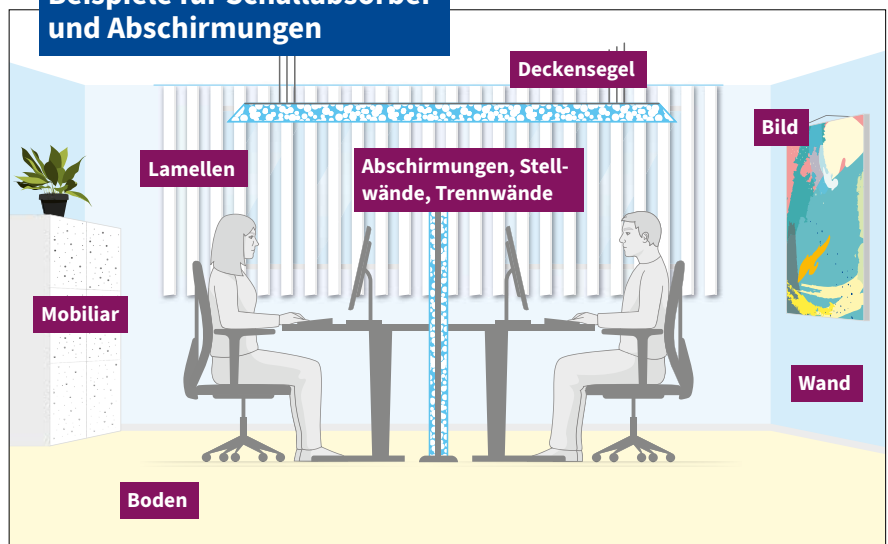
SiBe-Tipp: Headsets

Wo viel telefoniert wird, können Headsets helfen. Sie kombinieren Kopfhörer und Mikrofon. Headsets tragen zum konzentrierten Arbeiten bei, weil der Umgebungslärm ein Stück weit abgeschirmt wird. Bei der Anschaffung von Headsets sollte die Art der Nutzung berücksichtigt werden, aber auch individuelle Präferenzen. Die DGUV hat eine Entscheidungshilfe für die Auswahl von Headsets herausgegeben:

<https://publikationen.dguv.de/forschung/iag/praxishilfen/4141/entscheidungshilfe-fuer-die-auswahl-eines-headsets>



Beispiele für Schallabsorber und Abschirmungen



Quelle: DGUV Information 215-443

Hier wird viel Schall „geschluckt“ durch raumakustische Maßnahmen, die sich im Büro nachträglich umsetzen lassen.

meinschaft für sich selbst entscheiden. Auch darüber, ob einfache Absprachen ausreichen oder mit Unterstützung weiterer Personen aus dem betrieblichen Umfeld Regeln erarbeitet werden sollen. Dann wären Vorgesetzte darauf anzusprechen und das Thema ließe sich beispielsweise in den Arbeitsschutzausschuss einbringen.

Für mehr Ruhe im Büro können auch geräuscharme Geräte sowie raumakustische Maßnahmen sorgen. Jeder Mensch fühlt sich dort wohler, wo der Schall störender Lärmquellen „geschluckt“ wird. **Zu einer guten Akustik trägt beispielsweise bei:**

- die Wahl der Materialien für Decke, Wände, Böden, Vorhänge oder Jalousien
- bei Bedarf zusätzliche trennende Wandelemente, Fensterfolien
- Positionierung etwa von Schreibtischen, Geräten, Büroelementen unter Lärmschutzaspekten

Ist der Lärmpegel im Büro hoch, lohnt es sich zu hinterfragen, ob diese technischen Möglichkeiten bereits ausgeschöpft wurden. Auch ob Räume oder abgeschirmte Flächen als Rückzugsorte für Gespräche und Calls zur Verfügung stehen, ist eine wichtige Frage. Hier gilt es vonseiten des Unternehmens, passende Angebote zu

schaffen – Ideen und Vorschläge dazu können aus den Bürogemeinschaften selbst kommen.

Wie wäre es also, einfach einmal zu fragen, ob sich die Kolleginnen und Kollegen in den Büros mehr Ruhe wünschen? Ein guter Anlass, den Unternehmen – und Sicherheitsbeauftragte – dafür nutzen können, ist der „Tag gegen Lärm“.

Weitere Informationen

Die DGUV Information 215-443 **Akustik im Büro** zeigt unter anderem, welche Tricks in Büros helfen, die Lärmbelastung zu reduzieren.

<https://publikationen.dguv.de/widgets/pdf/download/article/2950>

Ein großes Thema ist **Lärm in Kindertages- und Bildungseinrichtungen**. Informationen dazu liefern unter anderem die Branchenregeln der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV):

- DGUV Regel 102-601 „**Branche Schule**“
- DGUV Regel 102-602 „**Branche Kindertageseinrichtung**“
- DGUV Regel 102-603 „**Branche Hochschule**“

* u.a. SBiB-Studie 2010; weltweite Befragung von 2.000 Büroangestellten im Auftrag von Jabra 2024.

Achtung, Aggression!

Ein Patentrezept dafür, mit aggressiven Personen umzugehen, gibt es nicht. An Arbeitsplätzen mit Publikumsverkehr oder in helfenden Berufen sind von Arbeitgebenden Schutzmaßnahmen nach dem TOP-Prinzip zu treffen: technisch, organisatorisch, persönlich. Im Alltag ist es wichtig, Anzeichen von Aggressionen rechtzeitig wahrzunehmen und im Team gegenseitig aufeinander zu achten.

Ein verletzter, alkoholisierter Mann schlägt in der Notaufnahme um sich, eine Frau wird im Wartebereich einer Behörde laut, ein Autofahrer gefährdet Beschäftigte bei der Müllsammmlung durch aggressives Auffahren, eine Ärztin wird wegen ihres Kopftuches beleidigt. Es ist schwierig, damit umzugehen. Helfen kann, sich selbst klarzumachen, dass aggressive Personen unter Stress stehen. Welchen Ausweg es für alle Beteiligten geben kann, hängt vom Grad der Aggression ab, die sich häufig hochschaukelt. „Gefahrensituationen können in vielen Fällen frühzeitig erkannt werden“, sagt Betty Willingstorfer, Leiterin des Sachgebiets Psyche und Gesundheit in der Arbeitswelt der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV). „Wir alle haben innere ‚Antennen‘, die uns signalisieren, dass etwas nicht stimmt,

zum Beispiel, wenn eine Person unruhig und getrieben wirkt. Dieses Gefühl ist ein wichtiger Indikator, um wachsam zu sein, Hilfe zu holen und sich selbst in Sicherheit zu bringen.“ Nicht zu akzeptieren ist auch die Beleidigung von Menschen, die vermeintlich einen Migrationshintergrund haben. Hier ist eine möglichst selbstbewusste Haltung der Betroffenen wichtig. Dazu trägt die eindeutige Solidarität durch Kolleginnen und Kollegen sowie Vorgesetzte bei. Außerdem ist zu prüfen, ob gegebenenfalls Sanktionen wie Hausverbote gegen die aggressive Person zu ergreifen sind. Nach solchen Ereignissen sollten Unterstützungsangebote durch den Betrieb erfolgen und auch hier kann das Instrument der Gefährdungsbeurteilung genutzt werden, um das Team gegen derartige Übergriffe zu wappnen.



Foto: Wolfgang Bellwinkel/DGUV

Jede Situation ist anders und erfordert ein angepasstes Reagieren.

Weitere Informationen

Kampagne #GewaltAngehen

Die Kampagne richtet sich gegen Gewalt bei der Arbeit, im Ehrenamt und in der Bildung.



www.dguv.de/gewalt-angehen

Flyer „Gewaltprävention – Schutz vor Übergriffen bei Arbeitsplätzen mit Publikumsverkehr“ der Kommunalen Unfallversicherung Bayern, Bayerische Landesunfallkasse

kuvb.de/fileadmin/daten/dokumente/GBI/Arbeitspsychologie/Fachthemen/flyer_gewaltpraevention_KUVB.pdf



SCHÄDLICHE STOFFE

5 Prinzipien für die Arbeit mit Gefahrstoffen

Über Gefahrstoffe informieren

Folgende Informationsquellen gibt es:

- Betriebsanweisungen, mündliche Unterweisungen und Anweisungen
- Angaben auf Verpackung von Arbeitsmitteln
- Sicherheitsdatenblätter der Hersteller
- Technische Regeln für Gefahrstoffe
- Branchen- oder tätigkeitsbezogene Hilfestellungen der Unfallkassen und Berufsgenossenschaften
- Stoffdatenbanken, z. B. wingisonline.de und gestis.dguv.de

Technische Ausstattung nutzen

Damit Gefahrstoffe nicht austreten oder sich nicht verteilen, stellt der Betrieb technische Hilfsmittel zur Verfügung. Etwa: geschlossene Apparaturen, Spritzwände, Absaugung und Raumlüftung.

Mehr über Gefahrstoffe
Informationen für
Beschäftigte



publikationen.dguv.de
Webcode: p213079

Auf Sauberkeit achten

- Arbeitsplatz regelmäßig reinigen
- In Arbeitsbereichen mit Gefahrstoffen keine Nahrungs- oder Genussmittel konsumieren
- Kontaminierte Arbeitskleidung im Betrieb lassen und getrennt von Straßenkleidung aufbewahren

Persönliche Schutzausrüstung (PSA) tragen

Wann welche PSA zu tragen ist, steht in der Betriebsanweisung, z. B. Schutzhandschuhe, Atemschutz, Augen- oder Gesichtsschutz.



Führungskraft ansprechen

Unklarheiten oder Störungen bei Vorgesetzten melden.

PFLICHTEN VON ARBEITGEBENDEN

- 1 Risiken mithilfe der Gefährdungsbeurteilung ermitteln:
 - Welche Schadstoffe könnten eingesetzt oder freigesetzt werden?
 - Welche Gefahren könnten für Beschäftigte entstehen?
 - Welche Schutzmaßnahmen müssen dagegen getroffen werden?
- 2 Beschäftigten die Ergebnisse der Gefährdungsbeurteilung mitteilen, etwa über Betriebsanweisungen und Unterweisungen.



Diesen und weitere Aushänge finden Sie zum Download unter:
aug.dguv.de



Der Aushang informiert allgemein über den richtigen Umgang mit Gefahrstoffen.

Neues zu Gefahrstoffen

Es gibt eine neue Version der Gefahrstoffverordnung (Fassung vom 4. Dezember 2024).

Einbezogen in die bestehende Verordnung wurde ein risikobezogenes Maßnahmenkonzept bei Tätigkeit mit krebserzeugenden Gefahrstoffen. Dabei soll ein Ampelsystem Betriebe dabei unterstützen, Schutzmaßnahmen risikobezogen festzulegen. Angepasst wurden zudem Regelungen zu Asbest. Hier geht es vor allem um Anforderungen an die Qualifikation von Beschäftigten sowie um Mitwirkungs- und Informationspflichten. Eine weitere wichtige Änderung betrifft die Umsetzung chemikalienrechtlicher Regelungen der europäischen Union in deutsches Recht. Neu sind für Unternehmen zum Beispiel bestimmte Aufzeichnungs-, Mitteilungs- und Unterrichtungspflichten.

Unfallversicherungsträger informieren Betriebe durch ihre Aufsichtspersonen und über Medien zum Umgang mit Gefahrstoffen, außerdem bieten sie Fortbildungen und Qualifizierungsmaßnahmen an.



Impressum

SiBe-Report – Informationen für Sicherheitsbeauftragte Nr. 2/2025

Der **SiBe-Report** erscheint quartalsweise. Nachdruck oder Vervielfältigung nur mit Zustimmung der Redaktion und Quellenangabe.

Konzeption: KUVB/UK Berlin

Inhaber und Verleger: Unfallkasse Thüringen

Verantwortlich: Sabine Dexheimer, Geschäftsführerin

Redaktion: Miriam Becker, Wiesbaden; Stephanie Robus, Public Relations

Redaktionsbeirat: Jana Philipp

Anschrift: Unfallkasse Thüringen, Humboldtstraße 111, 99867 Gotha

Bildnachweis: DGUV, AdobeStock

Gestaltung: Universal Medien, München

Druck: Druckhaus Gera

Ihr Draht zur SiBe-Redaktion:
redaktion@ukt.de