



Betrieb	Datum
Zuständigkeit	Erstellt von

Technisch		Spezifische Maßnahme
Stehen für Pausen schattige oder kühle Plätze zur Verfügung?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schattige Bereiche</li> <li>• Pausenräume im Innenbereich</li> </ul>
Werden sonnenexponierte Arbeitsplätze beschattet?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sonnenschirm</li> <li>• Sonnendach</li> <li>• Zelt</li> <li>• Faltpavillon</li> <li>• Sonnensegel</li> <li>• Naturschatten nutzen (Tagesverlauf beachten, Bäume)</li> </ul>

Organisatorisch		Spezifische Maßnahme
Sind die AN über die Gefahren durch Hitze und UV-Strahlung unterwiesen und wissen sie, wie sie sich verhalten müssen?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anlassbezogene Unterweisung</li> </ul>
Werden körperlich belastende Arbeiten in der Mittagshitze vermieden?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitsplanung</li> <li>• Arbeitszeitverlegung</li> <li>• Rotation</li> </ul>
Können die AN flexibel Pausen an einem kühlen oder schattigen Ort einlegen?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	Hinweis: Dies hängt von der Schwere der Tätigkeit ab. Je nachdem sollten angemessene Abstände für Pausen gewählt werden.
Werden Arbeitsplätze bei hohen Temperaturen in kühlere oder beschattete Bereiche verlegt?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	Hinweis: Arbeitsvorbereitung und Arbeitsplanung



Haben Sie rechtzeitig genügend Material für die Schutzmaßnahmen beschafft?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Getränke</li> <li>• Kühlboxen</li> <li>• Sonnencreme</li> <li>• Ausrüstung (Funktions-T-Shirt, Nackenschutz, Kühlwesten, Kühtücher etc.)</li> </ul>
Stehen ausreichend Trinkmöglichkeiten für alle AN zur Verfügung?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wasserspender</li> <li>• Wasserflaschen</li> <li>• Trinkwasserleitung</li> </ul>
Überwachen Sie die Hitzewarnungen am Einsatzort weiterhin laufend?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="#">Geosphere</a></li> <li>• <a href="http://www.uv-index.at">www.uv-index.at</a></li> </ul> <p>Hinweis: Dieser Punkt richtet sich an die Aufsichtsperson!</p>
Achten die AN bei sich selbst und bei anderen auf Anzeichen von Hitzeerkrankungen?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Schwäche, Erschöpfung</li> <li>• Schwindel</li> <li>• Übelkeit</li> <li>• Muskelkrämpfe</li> <li>• Konzentrationsstörungen</li> </ul>

<b>Persönlich</b>		<b>Spezifische Maßnahme</b>
Wird geeignete Arbeitskleidung und Ausrüstung zum Schutz vor Sonnen- und UV-Strahlung bereitgestellt?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Arbeitskleidung</li> <li>• Einsatz von Funktionskleidung prüfen</li> </ul> <p>Hinweis: Handelsübliche Arbeitskleidung (ohne Zertifizierung) hat in der Regel einen UPF-Wert von <math>\geq 20</math>.</p>
Werden geeignete UV-Schutzbrillen bereitgestellt?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<p>Hinweis: Achten Sie auf das CE-Zeichen; auch nicht getönte Gläser verfügen üblicherweise über UV-Schutz</p>
Wird ausreichend Sonnenschutzcreme bereitgestellt?	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sonnenschutzcreme mit hohem Lichtschutzfaktor (LSF <math>\geq 30</math>)</li> </ul> <p>Hinweis: Bei längerer Exposition wird höherer LSF (50) empfohlen.</p>
Werden die individuellen Risiken berücksichtigt? (Alter, Schwangerschaft, körperliche Konstitution, bekannte Vorerkrankungen etc.)	<input type="checkbox"/> ja <input type="checkbox"/> teilweise <input type="checkbox"/> nein	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vermehrte Pausen zur Erholung</li> <li>• Reduzierung oder Umverteilung schwerer körperlicher Tätigkeiten</li> </ul>



## Erste Hilfe bei Hitzeerfall/Hitzschlag

- Bringen Sie die Person sofort in eine kühle Umgebung bzw. in den Schatten (notfalls mittels Schirm oder Decke beschatten), mit aufrechtem Oberkörper hinsetzen
- Geben Sie der/dem Betroffenen schluckweise (kühle) Flüssigkeit zu trinken (alkoholfrei, kein Koffein), sofern sie bei vollem Bewusstsein ist. Bei Benommenheit Beine hochlagern.
- Legen Sie feuchte, kühle Tücher auf Kopf, Nacken und Körper

**Wenn sich der Zustand nicht rasch bessert Notruf 144 rufen!**

Bei Bewusstlosigkeit: Atmung kontrollieren

- Normale Atmung: Stabile Seitenlage
  - Keine (normale) Atmung: Reanimationsmaßnahmen beginnen
- Bis zum Eintreffen der Rettung immer Bewusstsein und Atmung überwachen, betroffene Person nie allein lassen!