



Pass uf-
ghei nid
abe!

SCHULEN
MALEN
MEGA
POSTER

Gut gerüstet – gut gebaut

suvapro

Sicher arbeiten



SGUV Schweizer Gerüstbau-Unternehmer-Verband
SESE Société des Entrepreneurs Suisses en Echafaudages
SISIP Società degli Imprenditori Svizzeri di Foraggi

Einleitung

Was ist ein Mega-Poster?

Ein Mega-Poster ist ein Plakat im Grossformat, das in der Regel an Gebäudefassaden oder Baugerüsten angebracht wird. Im Wettbewerb «Schulen malen Mega-Poster» entstehen solche Kunstwerke im Hochformat von 10 x 14 Metern.

Hintergrund des Mega-Poster-Wettbewerbs

Bauarbeiter vollbringen Höchstleistungen – im wahrsten Sinn des Wortes. Für die Arbeit auf der Baustelle braucht es viel Kraft und Ausdauer. Dazu kommt das Arbeiten in Schwindel erregender Höhe. Es passiert dabei leider immer wieder, dass ein Gerüstbenutzer hinunterfällt. Die Suva und der Schweizerische Gerüstbau-Unternehmer-Verband SGUV setzen sich dafür ein, die Sicherheit der Gerüstbenutzer zu verbessern. Denn ein Sturz aus grosser Höhe hat für die Verunfallten drastische Folgen. 3'000 Gerüstunfälle, ein Viertel davon sind Stürze vom Gerüst, ereignen sich jährlich in der Schweiz. Deshalb läuft seit Januar 2007 die Kampagne «Sichere Arbeitsgerüste» zur Senkung der Anzahl Gerüstunfälle. Mit dem Wettbewerb wollen die Suva und der SGUV die Präventionsarbeit auf unkonventionelle Weise verstärken.

Auch zu Hause und in der Freizeit kommt es häufig zu Sturzunfällen. 300'000 Schweizerinnen und Schweizer stürzen, stolpern oder fallen jährlich zu Boden und verletzen sich dabei, rund ein Zehntel aller Unfallopfer sind Kinder und Jugendliche. Die Unfallursachen zu Hause unterscheiden sich gar nicht so stark von denen auf einer Baustelle: Ungeeignete oder defekte Hilfsmittel, mangelnde Einschätzung des Risikos, Unordnung oder Hast sind hier wie dort für Unfälle verantwortlich. Kinder und Jugendliche sollen lernen, wie es zu Stürzen kommt, was dabei alles passieren kann und wie man sie vermeidet.

Die Suva und der SGUV laden Schülerinnen und Schüler ein, ein Mega-Poster mit der Botschaft «Pass uf – ghei nid abel!» zu entwerfen. Die Baustelle kann, muss aber nicht Thema der Zeichnung sein. Nach Vollendung werden die Mega-Poster an einem Baugerüst angebracht. Sie sollen alle am Bau Beteiligten, besonders aber die Gerüstbenutzer, auf die Gefahren und Risiken am Arbeitsplatz aufmerksam machen. Die Schülerinnen und Schüler leisten so einen wichtigen Beitrag zur Sicherheit und Unfallverhütung auf Baugerüsten – aber auch zu Hause!

Inhalt der Arbeitsbox

Was ist in der Arbeitsbox enthalten?

Die Arbeitsbox enthält Anregungen und Materialien zur Bearbeitung der Themen «Stürzen und Fallen», «Erkennen von Gefahren» und «Risikoeinschätzung». Der Inhalt richtet sich an Schülerinnen und Schüler von der 4. Primarstufe bis zur 13. Klasse. Primarschulen sind genauso angesprochen wie etwa Berufs- oder Kantonsschulen. Die Box enthält Unterrichtsmaterial für Kinder und Jugendliche sowie eine Lehrerhandreichung. Diese umfasst Hintergrundinformationen und Lösungen zu den gestellten Aufgaben. Die Handreichungen sind nicht als Lösungsblätter für die Schülerinnen und Schüler konzipiert; die Lehrpersonen sollen die Lösungen mit den Schülerinnen und Schülern zusammen erarbeiten.

Durch die Erarbeitung der eingangs genannten Themen werden die Schülerinnen und Schüler in die Lage versetzt, ein Mega-Poster mit der Botschaft «Pass uf – ghei nid abel!» zu entwerfen. Obwohl die Poster sich vorwiegend an am Bau Beteiligte richten, sollen die Kinder und Jugendlichen an ihre eigenen Unfallerebnisse und Sturzerfahrungen anknüpfen können. Deshalb enthält die Arbeitsbox vorwiegend Themen aus der Erfahrungswelt der Kinder und Jugendlichen.

Die Arbeitsbox ist modular aufgebaut. Es ist nicht nötig, alle Themen zu bearbeiten. Die Lehrpersonen können frei entscheiden, welche Module dem Unterricht in ihrer Klasse angepasst sind.

Inhaltsverzeichnis

1	Wettbewerbsausschreibung	S. 5
2	Übersicht Module	S. 11
3	Mögliches Unterrichtsszenario	S. 13
4	Modul 1	S. 15
5	Modul 2	S. 18
6	Modul 3	S. 22
7	Modul 4	S. 24
8	Modul 5	S. 27
9	Modul 6	S. 31
10	Modul 7	S. 36
11	Modul 8	S. 40
12	Modul 9	S. 43

Grösster Mega-Poster-Wettbewerb der Schweiz Mach mit und gewinne bis zu 4'000 Franken!

Gesucht werden dreissig Schulklassen ab der 4. Primarstufe bis zum 13. Schuljahr aus der ganzen Schweiz, die Lust haben, ein Mega-Poster (zirka 10 x 14 Meter) zu malen. Ein Riesenkunstwerk, das nach seiner Vollendung im Frühling 2009 für mehrere Wochen weit herum sichtbar an einem Baugerüst einer Baustelle hängen wird.

Kreative Unterstützung für eine professionelle Kampagne

Der Wettbewerb wird von der Suva und dem Schweizerischen Gerüstbau-Unternehmer-Verband (SGUV) organisiert. Anlass ist eine Kampagne (www.suva.ch/gerueste) der beiden Partner, welche seit 2007 in allen

Landesteilen läuft. Sie hat zum Ziel, die Anzahl der Gerüstunfälle zu verringern. Die Suva und der SGUV wollen die Kampagne auf unkonventionelle und motivierende Weise verstärken. Sie suchen dafür dreissig Schulklassen, die mit einem Riesenbild alle auf der Baustelle Beschäftigten auffordern: «Pass uf – ghei nid abel!» Statt konventioneller Werbung sollen auf Mega-Postern an Gerüsten für einmal motivierende Botschaften von Schweizer Schülerinnen und Schülern hängen.

Nutzen für Publikum und Schulklassen

Suva und SGUV versprechen sich von der kreativen, farbigen Unterstützung

durch die Schulklassen zusätzlich zu ihrer professionellen und erfolgreichen Unfallverhütungskampagne noch mehr Aufmerksamkeit und eine noch grössere Wirkung ihrer Aufklärungsarbeit. Darüber hinaus können auch die Schülerinnen und Schüler von der Teilnahme am Wettbewerb profitieren, indem sie sich durch die Projektarbeit mit Risiken und Gefahren in ihrem Alltag sowie den eigenen Unfallerfahrungen auseinandersetzen und auf dem eigenen Projekt-Blog im Internet den Umgang mit elektronischen Kommunikationsmitteln üben.

Die Veranstalter

Suva

Die Suva versichert rund 100'000 Unternehmen bzw. 1,9 Millionen Berufstätige und Arbeitslose gegen die Folgen von Unfällen und Berufskrankheiten. Im Auftrag des Bundes führt sie auch die Militärversicherung. Die Dienstleistungen der Suva umfassen Prävention, Versicherung und Rehabilitation. Die Suva arbeitet selbsttragend, ohne Subventionen. Gewinne kommen den Versicherten zugute. Im Verwaltungsrat sind Arbeitgeber, Arbeitnehmer und der Bund vertreten.

SGUV

Der Schweizerische Gerüstbau-Unternehmer-Verband (SGUV) wurde im Jahre 1988 mit Sitz in Bern gegründet. Oberstes Ziel des Verbandes ist die Bereitstellung von sicheren Arbeitsplätzen für Tausende Gerüstbenutzer. Der SGUV umfasst heute zirka 160 Mitglieder (Gerüstbaufirmen, Gerüsthersteller, Gerüstvermieter und Mischbetriebe) mit rund 3'000 Arbeitnehmern und insgesamt um die sieben Millionen Quadratmeter Gerüstfläche.

suvapro

Sicher arbeiten



Ablauf Wettbewerb Qualifikation und Realisation Mega-Poster

Wettbewerbsphase 1 – September bis November 2008

Schulklassen malen A2-Plakate – 30 werden von der Jury ausgewählt

Sämtliche Schulklassen der Schweiz ab dem 4. bis zum 13. Schuljahr sind eingeladen, sich an der **Qualifikation** zu beteiligen. Gesucht werden die dreissig kreativsten, wirkungsvollsten und farbigsten **Mega-Poster-Entwürfe im A2-Format**. Die Lehrperson erhält nach der Anmeldung für den Wettbewerb eine Arbeitsbox. Darin finden sich alle nötigen Informationen sowie neun fertig vorbereitete Lektionen à 45 Minuten für die Einführung der Klasse in das Thema. Dabei lernt die Klasse einiges über Risikoeinschätzung, wie man im eigenen Alltag Gefahren erkennt und vermeidet, sowie etwas über die Gesetze der Gravitation. Und dann greifen die Schülerinnen und Schüler zu Pinsel und Farbe. Der Lehrperson steht es frei, ob und wie viele der vorbereiteten Unterrichtsmaterialien sie einsetzt.

Die Botschaft der Mega-Poster-Entwürfe: «Pass uf – ghei nid abe!»

In der Arbeitsbox ist auch der Auftrag an die Schülerinnen und Schüler formuliert: «Gestaltet den Entwurf für ein Mega-Poster, auf welchem ihr für alle am Bau Beteiligten und die Gerüstbenutzer die Botschaft malt: «Pass uf – ghei nid abe!» Dabei sollen die jungen Künstler auch aus ihrer eigenen Erfahrungs- und Erlebniswelt schöpfen und fantasievoll Kreatives gegen Unfälle durch Herunterfallen und Stürze zu Papier bringen.

Jede Klasse kann die drei besten Entwürfe einsenden. Diese werden im Dezember 2008 von einer Jury begutachtet. Die dreissig besten können an der 2. Phase des Wettbewerbs teilnehmen und ihr Plakat als Mega-Poster auf einem riesigen Gerüstnetz

verwirklichen. Über ihre Selektion werden sie vor den Weihnachtsferien 2008/09 benachrichtigt.

Klassen-Blog – Projektstagebuch

Jede Klasse, die sich anmeldet, bekommt auf dem Wettbewerbsserver von www.suva-megaposter.ch Zugang zu einem eigenen Projekt-Blog. Sie stellt sich dort vor und dokumentiert ihre Projektarbeit mit Text-, Bild- und Tonmaterial. Der Projekt-Blog wird zusammen mit den maximal drei Mega-Poster-Entwürfen von der Jury bewertet.

Anmeldeschluss: 13. Oktober 2008

Einsendeschluss: 28. November 2008

Wettbewerbsphase 2 – Januar bis April 2009

Realisation von 30 Mega-Postern – drei davon werden extra prämiert

Die dreissig ausgewählten Klassen, d.h. jeweils die Lehrperson und eine Schülerin oder ein Schüler, werden für einen Mittwochnachmittag voraussichtlich im Januar 2009 zu einem **Workshop** eingeladen, an dem sie im Detail über den weiteren Verlauf des Wettbewerbs informiert und wo ihnen die Unterlagen für die 2. Wettbewerbsphase übergeben werden. Für die Realisation des Mega-Posters (zirka 10 x 14 Meter) bekommen sie die Kontaktadresse eines Gerüstbau-Unternehmens in ihrer Region, welches das fertige Mega-Poster dann aufhängen wird. Sie bekommen darüber hinaus auch die Gerüstnetze und die Farben zur Verfügung gestellt. Ausserdem gibt's für die weitere Arbeit

ein Budget, mit dem die Klassen bei Bedarf einen **Künstler oder Gestalter für die Begleitung** und Umsetzung ihrer Arbeit hinzuziehen können.

Ab 2009 wird im grossen Stil gemalt!

Im Frühling 2009 realisieren dann die dreissig ausgewählten Klassen, unterstützt durch die Wettbewerbsorganisatoren, ihr A2-Plakat als Mega-Poster. Der Klassen-Blog kann, muss aber nicht weitergeführt werden.

Jurierung und Preisverleihung

Bis Mitte April 2009 werden die Mega-Poster gemalt und an einem Baugerüst weithin sichtbar während mindestens

vier Wochen aufgehängt. Die Jurierung findet kurz danach statt: Drei der dreissig Mega-Poster werden von der Jury prämiert und die drei Gewinnerklassen zur Preisverleihung Mitte Mai 2009 eingeladen.

Ausscheidende Klassen können trotzdem Mega-Poster kreieren

Alle Klassen, die sich nicht für die 2. Phase qualifiziert haben, aber ihr A2-Plakat dennoch als Mega-Poster auf einem Gerüstnetz umsetzen möchten, erhalten auf Anfrage sämtliche erforderlichen Unterlagen, jedoch keine weitere Unterstützung durch die Wettbewerbsveranstalter. Der Blog hingegen kann trotz des Ausscheidens weiter benutzt werden.



Wettbewerbsbedingungen Für alle Klassen gelten die gleichen Bestimmungen

Anmeldeschluss:
13. Oktober 2008

Alle Schulklassen in der Schweiz **ab der 4. Primarstufe** bis zum 13. Schuljahr sind für den Wettbewerb zugelassen.

Jede Schülerin und jeder Schüler hat die Möglichkeit, selbst ein A2-Plakat zu malen, ein Plakat kann aber auch von einer kleinen Gruppe gestaltet werden. Pro Klasse dürfen jedoch **maximal drei Mega-Poster-Entwürfe** für die Qualifikation eingesendet werden. Es findet also innerhalb der Klasse eine Vorauswahl statt. Die Teilnahme am Wettbewerb ist nur als ganze Klasse möglich.

Alle A2-Plakate müssen ausschliesslich von Schülerinnen und Schülern konzipiert und gestaltet sein. Kopien jeglicher Art führen zur Disqualifikation.

Papier- und Materialvorgabe für die Entwürfe

- Format: A2-Hochformat (420 mm x 594 mm)
- Unterlage: weisses Papier, mindestens 100 g/m²
- Malfarbe: frei

Einsenden der A2-Plakate

Auf die Rückseite des Plakats mit Kugelschreiber oder Stift die Kennziffer der Klasse schreiben. (Die Kennziffer wird der Lehrperson automatisch nach der Online-Anmeldung zugestellt.) Maximal drei A2-Entwürfe pro Klasse falten und bis zum 28. November 2008 (Poststempel ist massgebend) im beigelegten C4-Couvert senden an:

Schulen malen Mega-Poster
Kapellgasse 3 | 6004 Luzern

**Einsendeschluss:
28. November 2008**

Klassen-Blog zur Projektdokumentation

Jede Klasse führt auf www.suva-megaposter.ch einen Blog, um sich vorzustellen und die Erarbeitung und Entstehung der A2-Plakate zu dokumentieren. Qualität und Gehalt des Blogs sind ebenfalls ein Bewertungskriterium bei der Auswahl der dreissig Klassen in der 1. Wettbewerbsphase.

Sperrung eines Klassen-Blogs – Disqualifikation

Ein Klassen-Blog kann jederzeit durch die Betreiberin von «suva-megaposter.ch» ohne Vorankündigung gesperrt werden, falls die Nutzungsbestimmungen (www.suva-megaposter.ch) verletzt werden. Dies hat gleichzeitig die Disqualifikation vom Wettbewerb zur Folge. Bei Inaktivität eines Blogs über sechs Monate kann dieser gelöscht werden.

Übertragung des Urheberrechts an die Veranstalter

Die Ersteller der A2-Plakate und Mega-Poster erklären sich damit einverstanden, dass sie das **Copyright** ihrer Werke mit dem Einsenden zur freien Nutzung an die Veranstalter (Suva und SGUV) unentgeltlich abtreten.

Haftung

Die Veranstalter haften in keinem Fall für allfällige direkte oder indirekte Schäden und Folgeschäden, die aufgrund der Teilnahme am Wettbewerb entstehen.

Anmeldung bis 13. Oktober 2008

**Einsendeschluss:
28. November 2008**

www.suva-megaposter.ch



Vier Bewertungskriterien klar – stufengerecht – fair

Die Jury wird nach folgenden Gesichtspunkten – unter Berücksichtigung des Klassenalters (Schulstufe) – die A2-Plakate bewerten:

1. Botschaft/Themenbezug

Nach der Anmeldung erhält jede Lehrperson eine Arbeitsbox, die den genauen Gestaltungsauftrag in schriftlicher Form enthält: Die Mega-Poster sollen die am Bau Beteiligten unter dem Motto «Pass uf – ghei nid abel!» zusätzlich auf die Kampagne «Sichere Arbeitsgerüste» aufmerksam machen. Die Jury beurteilt, ob und wie stark die von den Schülerinnen und Schülern gestalteten A2-Plakate die geforderte Botschaft vermitteln.

2. Qualität und Originalität der Gestaltung

Wie wurde mit Farbe, Form und Material gearbeitet?

3. Plakativität

Wie gut eignen sich das Motiv und dessen Umsetzung für ein Poster? Ist die Botschaft für das Zielpublikum sofort erkennbar?

4. Arbeit mit dem Klassen-Blog

Die Klasse stellt sich vor und zeigt im Klassen-Blog, wie sie das Thema «Pass uf – ghei nid abel!» erarbeitet hat und aufgrund welcher Überlegungen die Motive für die A2-Plakate entstanden sind. Dafür arbeitet sie mit Text-, Bild- und/oder Tonmaterial. Die Qualität, der Gehalt und die Originalität dieser Dokumentation sind ebenfalls ausschlaggebend für eine gute Bewertung.

Referenzobjekte

Bereits im Vorfeld der Expo 02 haben Schulklassen vielbeachtete Mega-Poster gestaltet.



Jury Vier qualifizierte Mitglieder garantieren eine professionelle Bewertung

Die Jury besteht aus vier kompetenten Fachleuten aus vier verschiedenen Interessensbereichen. Jedes Jurymitglied bewertet die A2-Plakate und später die Mega-Poster aus einer anderen Perspektive. Der Mix garantiert eine faire Beurteilung der Werke der Schülerinnen und Schüler.



Robert Odermatt

Leiter Arbeitssicherheit,
Suva, Luzern

«Wir freuen uns, wenn Schülerinnen und Schüler uns mit kreativen Mega-Postern bei der Prävention von Gerüstunfällen unterstützen und die Botschaft unserer Kampagne «Sichere Arbeitsgerüste» weit sichtbar verbreiten. Ich wünsche allen Teilnehmenden viel Spass und bin gespannt auf die ideenreichen Kunstwerke!»



Niklaus Troxler

Graphic Designer, Willisau

«Kreativität und Kommunikation – Eine Botschaft muss Aufmerksamkeit erregen, verstanden und im Alltag beherzigt werden. Wenn Schulklassen im Dienst der Prävention Mega-Poster malen, wird Kreativität zur Kommunikation.»



Josef Wiederkehr

Vorstandsmitglied, Schweizerischer Gerüstbau-Unternehmer-Verband, Dietikon

«Gut gerüstet für farbige Poster – Unsere Verbandsmitglieder bauen sichere Gerüste. Und freuen sich schon darauf, die Mega-Poster daran aufzuhängen. Mit einer klaren Botschaft an alle auf dem Bau und an die Öffentlichkeit: «Pass uf – gheini abel!»»



Beat W. Zemp

Zentralpräsident, Dachverband Schweizer Lehrerinnen und Lehrer, Zürich

«Schulen malen Mega-Poster zur Unfallverhütung! Das ist eine willkommene Abwechslung im Schulalltag. Internet-Blog und die Kreation von Plakaten erweitern die Projektarbeit für Schülerinnen und Schüler um neue und spannende Dimensionen. Ich freue mich über jede Klasse, die mitmacht.»

Tolle Preise Für 30 Klassen gibt's Eintritte in den Seilpark-Engelberg und mindestens 1'000 Franken!



Jede der dreissig ausgewählten Klassen, die ihr Mega-Poster vollendet und an einem Baugerüst aufhängt, erhält für die ganze Klasse einen Gratis-Eintritt in den Seilpark-Engelberg. Die Gutscheine sind bis ein Jahr nach der Preisverleihung vom Mai 2009 gültig. Darüber hinaus erhalten alle dreissig Schulklassen einen finanziellen Zustupf in die Klassenkasse:

1. Rang	CHF 4'000.–
2. Rang	CHF 3'000.–
3. Rang	CHF 2'000.–
Restliche 27 Klassen	CHF 1'000.–

Seilpark-Engelberg: Schülerinnen und Schüler erleben hautnah, was Risikoeinschätzung bedeutet!

«Pass uf – ghei nid abel!» ist Thema in jedem Seilpark. Ein Seilpark besteht aus mehreren Plattformen, die an

Bäumen und/oder Masten montiert und mit verschiedenen Seilkonstruktionen verbunden sind. Über diese Konstruktionen bewegen sich die Teilnehmer von Baum zu Baum, wobei es gilt, herausfordernde Balancierbrücken und Stege zu überqueren und an Drahtseilen durch die Lüfte zu schwingen! Auf sechs verschiedenen Parcours mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden kann sich jede/r Schülerin/Schüler langsam und sicher an ihre/seine Grenzen herantasten.

Selbsteinschätzung

Bei den Aktivitäten im Seilpark ist neben Geschicklichkeit und Gleichgewichtssinn vor allem die richtige Einschätzung der persönlichen Kondition und Verfassung gefragt. Schülerinnen und Schüler lernen ganz praktisch, wie man Risiken durch angemessenes Verhalten und Befolgen von Regeln senkt.

Sicherheit wird grossgeschrieben

Vor der Benutzung des Seilparks müssen alle an sämtlichen praktischen und theoretischen Sicherheitsinstruktionen im Übungsparcours teilnehmen. Jeder Besucher und jede Besucherin wird mit der notwendigen Sicherheitsausrüstung versehen, um den höchsten Standards zu genügen. Im Park stehen ausserdem hilfsbereite Seilpark-Guides bei Bedarf jederzeit zur Verfügung.

Der Seilpark-Engelberg wird von der Firma Outventure betrieben, welche ISO-zertifiziert und mit dem Label «Safety in adventures» ausgezeichnet ist. Outventure ist auch Mitglied der SOA (Swiss Outdoor Association), der massgebenden Organisation der professionellen Outdoor-Anbieter der Schweiz. Alle Mitarbeitenden haben die Ausbildung zum Seilpark-Operator oder -Spezialisten bei der SOA absolviert.

Besuchieranforderungen

Körpergrösse: mindestens 120 cm
Körpergewicht: ab 25 kg bis 120 kg
Alter: bis 14 Jahre nur in Begleitung eines Erwachsenen

SEILPARKENGELBERG

www.seilpark-engelberg.ch

Übersicht Module

Modul	Zeit
Modul 0 Einführung	30 Min.
Worum es beim Projekt und beim Wettbewerb geht, Ablauf, Preise	30 Min.
Modul 1 Projektstagebuch – Klassen-Blog	30 Min.
Die Klasse bloggt	
Schülerinnen und Schüler stellen ins Netz, was sie erleben, lernen und erarbeiten	30 Min.
Modul 2 Wahre Sturzgeschichten	75 Min.
Ein Sturz aus heiterem Himmel	
Gesammelte Artikel aus Zeitungen und dem Internet	15 Min.
Meine Geschichte	
Kinder und Jugendliche schildern ihre eigenen Sturzerlebnisse	60 Min.
Modul 3 Zahlen und Fakten	30 Min.
Hinter jeder Zahl steht ein Mensch	
Sturzunfälle zu Hause und in der Freizeit	30 Min.
Modul 4 Sturzfolgen	20 Min.
Der Sturz, der Antonio Jorges Leben veränderte	
Die wahre Geschichte eines Malermeisters, der versucht, die Folgen seines Sturzes vom Gerüst zu bewältigen	20 Min.
Modul 5 Selbsteinschätzung	45 Min.
Draufgänger/in, Kämpfer/in, Kontrollfreak oder Angsthase?	
Ein Test zur Selbsteinschätzung für Jugendliche	45 Min.

Übersicht Module

Modul 6 Schwerkraft	75 Min.
Warum der Apfel nicht zum Himmel fliegt Kleine Einführung in die Schwerkraft	45 Min.
Wenn Sekunden über Leben und Tod entscheiden Der Base-Jumper Ueli Gegenschatz über Freiheit und Grenzen des freien Falles	30 Min.
Modul 7 Sturzverhinderung	45 Min.
Stürze – Sicher auf Schritt und Tritt Eine Anleitung zur Vermeidung von Stürzen zu Hause und in der Freizeit «Pass uf – ghei nid abe!» Risiko- und Schutzfaktoren auf einen Blick	25 Min. 20 Min.
Modul 8 A2-Plakat zeichnen / klasseninterne Plakat-Selektion	50 Min.
Achtung – Pinsel – Los! Tipps für plakatives Malen Zeichnen (Die Lehrperson legt die Anzahl der Lektionen selbst fest.) Klasseninterne Selektion	20 Min. — 30 Min.
Modul 9 Mega-Poster malen	
Vom A2-Entwurf zum Mega-Poster Wie man ein Mega-Poster malt (Angaben folgen in der zweiten Wettbewerbsphase)	—
Total Minuten	400 min.
Anzahl Lektionen à 45 Minuten	ca. 9

Mögliches Unterrichtsszenario

Lektion	Zeitaufwand	Wie und Was
1	10 Minuten	An der Decke hängt eine Tafel Schokolade. Die Lehrperson fordert die Schülerinnen und Schüler auf, hochzusteigen und die Schokolade herunterzuholen. Zur Verfügung stehen Pulte, Stühle etc. Wenn es gefährlich wird, Abbruch der Übung.
	10 Minuten	Besprechung in der Klasse. Warum war das gefährlich? Was war nicht gut?
	10 Minuten	Projekt «Pass uf – ghei nid abel!» erklären. Worum geht es?
	15 Minuten	Modul 2: Ein Sturz aus heiterem Himmel. Die Schülerinnen und Schüler lesen ausgewählte Geschichten. Diskussion in der Klasse, Brainstorming, eigene Themen suchen.
2	20 bis 30 Minuten	Meine Geschichte. Die Schülerinnen und Schüler schreiben ihre eigenen Erfahrungen auf.
	10 Minuten	Texte in Zweier- oder Dreiergruppen vorlesen lassen.
3	10 Minuten	Die Texte werden an die Wand geheftet. Die Schülerinnen und Schüler zirkulieren, lesen die Geschichten der anderen.
	10 Minuten	Auswertung: Was hat an welcher Geschichte gefallen, beeindruckt, was war merkwürdig, was kann man daraus lernen?
	15 Minuten	Modul 7: Sturzverhinderung Zusammenfassung und Diskussion in der Klasse über Sturzursachen, Risiko- und Schutzfaktoren. Was kann man tun, damit man nicht herunterfällt? Warum und wann ist es gefährlich, hochzusteigen?

Mögliches Unterrichtsszenario

4	20 Minuten	Modul 8: A2-Plakat zeichnen. Arbeitsaufträge erteilen. Erklären, worauf es beim Zeichnen ankommt.
	25 Minuten	Ideen skizzieren. Hinweis: Nicht alle Kinder/Jugendlichen müssen sich gestalterisch betätigen. Es ist auch eine Arbeitsteilung in der Klasse möglich. Die einen zeichnen, andere arbeiten am Blog, andere wiederum suchen mit dem Fotoapparat gefährliche Stellen oder im Internet nach weiteren Sturzgeschichten und stellen diese anschliessend in den Blog.
5	45 Minuten	Zeichnen, bloggen oder andere Tätigkeit
6	45 Minuten	Zeichnen, bloggen oder andere Tätigkeit
7	45 Minuten	Zeichnen, bloggen oder andere Tätigkeit
8	30 Minuten	Auswahl: Die Klasse entscheidet, welche Zeichnung am Wettbewerb teilnehmen soll. Jede Klasse kann drei Zeichnungen einsenden!

Projektstagebuch – Klassen-Blog



Der Blog – oder wie moderne Websurfer eigentlich eine alte Seemannstradition pflegen

«Blog» ist eine Abkürzung des aus dem Englischen stammenden Wortes «Weblog» – eine Wortkreuzung aus World Wide **Web** und Log für **Logbuch**. Ein Blog ist ein auf einer Webseite geführtes und damit für alle öffentlich einsehbares Tagebuch oder Journal. Häufig ist ein Blog «endlos», d.h. eine lange, chronologisch sortierte Liste von datierten Einträgen, die in bestimmten Abständen umbrochen wird. Ein Blog ist ein für den Herausgeber («Blogger») und seine Leser einfach zu handhabendes Medium zur Darstellung von Aspekten des eigenen Lebens und von Meinungen zu oftmals spezifischen Themengruppen. Weiter vertieft kann es zudem sowohl dem Austausch von Informationen, Gedanken und Erfahrungen als auch der Kommunikation dienen. Insofern kann es einem Internetforum ähneln, je nach Inhalt aber auch einer Internetzeitung.

Die Tätigkeit des Schreibens in einem Blog wird als Bloggen bezeichnet. Die Begriffe «Blog», «Blogger» und «Bloggen» sind heute allgemein gebräuchlich und in den beiden be-

kanntesten Wörterbüchern Duden und Wahrig verzeichnet. (Gekürzte Definition aus <http://de.wikipedia.org/wiki/Blog>)

Woher kommt der Begriff Logbuch?

Ein Logbuch ist ein Tagebuch, in das an Bord eines Schiffes alle bedeutsamen nautischen Ereignisse und Beobachtungen eingetragen werden (von «Log»; auch Seetagebuch, Schiffstagebuch, Schiffsjournal). Für die Berufsschifffahrt ist das Führen eines Logbuchs zwingend vorgeschrieben. Das Logbuch dient in erster Linie der Beweissicherung bei Unfällen, Umweltdelikten und Havarien. Der Begriff Logbuch (auch abgekürzt «Log») wird auch in anderen Bereichen verwendet, wo Betriebsprotokolle oder chronologisch fortlaufende Aufzeichnungen geführt werden.

Mehr dazu unter: <http://de.wikipedia.org/wiki/Logbuch>.

Logs sind ursprünglich Messgeräte zur Bestimmung der Geschwindigkeit eines Schiffs, welche auch heute zur Ausstattung von Booten und Schiffen gehören (<http://de.wikipedia.org/wiki/Log>).



Blogger – Menschen wie du und ich?

Bundesrat Moritz Leuenberger bloggt:
<http://moritzleuenberger.blueblog.ch/>.

Der ehemalige Olympia-Goldmedaillengewinner Donghua Li bloggt auf Chinesisch, Deutsch und Englisch:
<http://donghua-li.swissinfo.ch/>.

Es gibt aber nicht nur prominente Blogger, es gibt auch Blogs für Projekte oder spezielle Themen: Zum Beispiel eröffnete der deutsche Kinderkanal KiKa unlängst ein Blogportal für Projektteams unter der Adresse www.platz-fuer-helden.de.

Bloggen für alle: Unter www.blogger.com/start oder unter www.blog.ch kann jede/r – auch du! – einen persönlichen Blog starten.

Was kann man auf einem Blog?

Früher führte man Tagebücher auf Papier. Man verschloss die Bücher mit einem Schlüssel und bewahrte sie in der Schublade oder in einem Geheimfach im Schrank auf. Dem Tagebuch vertraute man all seine Gedanken an, berichtete über die wichtigsten Ereignisse im Leben und breitete seine Sorgen aus. Man klebte Fotos hinein, Zeitungsausschnitte, Kinotickets, das Bahnbillet auf das Jungfraujoch oder eine Haarlocke der (besten) Freundin. Heute führen viele Menschen ihr Tagebuch als persönlichen Blog auf dem Web, einsehbar für alle. Oder sie eröffnen eine eigene Webseite, beispielsweise auf www.myspace.com. Und wiederum finden sich neben Texten und Berichten auch Fotos (geschossen mit dem Handy oder einer Digitalkamera). Viele stellen ganze Videos auf Youtube und verlinken diese kurzen Filme dann auf die eigene Seite. Oder man fotografiert seine Freunde, lädt Musik und die eigenen Lieblingssongs auf den Blog.

Was man vermeiden sollte

Achtung: Wenn man einen Blog führt, sollte man kein copyright-geschütztes Material verwenden. Es ist also verboten, ein Bild von Jennifer Lopez oder Roger Federer, das jemand anders fotografiert hat, irgendwo aus dem Web zu kopieren und in seinem Blog zu verwenden, oder einen Song von Enrique Iglesias oder Rihanna auf den eigenen Blog zu kopieren. Darüber hinaus gilt es auf einem Blog die selbstverständlichen Verhaltensregeln zu beachten, die auch im Alltag gelten: eine anständige Sprache, keine anstössigen Ausdrücke oder Inhalte. Und man beleidigt niemanden wegen seiner Rasse, seinem Geschlecht oder seiner Religion.

Der Mega-Poster-Projekt-Blog

Alle Klassen, die am Mega-Poster-Wettbewerb teilnehmen, starten gleichzeitig mit dem Projektbeginn einen Blog. Darin führen sie ein Projekttagebuch. Zum einen stellen sie darin ihre Klasse vor, erzählen etwas über die Schülerinnen und Schüler der Klasse, über die Lehrerin oder den Lehrer, evtl. über das Schulhaus und die Gemeinde. Dabei können die Klassen auch ihre Motivation für die Wettbewerbsteilnahme schildern.

Zum andern berichten sie regelmässig, wie sie mit dem Mega-Poster-Projekt weiterkommen, welche Lektionen sie gerade durchnehmen, was ihre Eindrücke und Erfahrungen sind. Sie erzählen über die Diskussionen, die sie geführt haben, und wie sie den Einstieg bis hin zum Malen der

Entwürfe erleben. Sie machen dabei Fotos oder auch (Handy-)Videos und verlinken Fundstellen aus dem Internet, wo sie interessante Informationen zu einer Lektion gefunden haben. Mit dem Mega-Poster-Projekt-Blog vernetzen sie ihr eigenes Projekt mit dem weltweiten Web. Wer sich dafür interessiert, seien dies Eltern, Freunde oder andere teilnehmende Klassen, kann in diesem Blog nachlesen, wie und an was die Klasse gerade arbeitet. Die Klasse kann ihre Tagebuch-Arbeit selbst organisieren: Wie und wer von den Schülerinnen und Schülern bloggt, ist also ganz der Lehrperson bzw. der Klasse überlassen. Es gilt einzig, die Nutzungsbestimmungen auf www.suva-megaposter.ch zu beachten.

Bei der Bewertung des Blogs durch die Jury spielen vor allem die Qualität und der Gehalt die entscheidende Rolle.

Es soll für Aussenstehende nachvollziehbar sein, was die Klasse durch die Teilnahme am Wettbewerb erlebt, lernt und erarbeitet.

Die Anleitung zur technischen Bedienung des Blogs ist hinterlegt auf www.suva-megaposter.ch.

Wahre Sturzgeschichten

Geeignet für

Mittelstufe:	ok
Oberstufe:	ok
Berufsschule:	ok

Modul 2 führt Kinder und Jugendliche ins Thema Stürze, Ursachen und Folgen ein.

Inhalt

- Ein Sturz aus heiterem Himmel
- Meine Geschichte, Kopiervorlage

Zeitaufwand

75 Minuten

Wie

Ein Sturz aus heiterem Himmel. Die wahren Geschichten handeln von Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern. Lassen Sie die Kinder Texte auswählen und lesen. Lehrpersonen können die Texte auch vorlesen.

Die Schülerinnen und Schüler suchen in den Texten nach Sturzursachen und Sturzfolgen. Diskutieren Sie in der Klasse die Frage, welche Ursachen es für Stürze aus grosser Höhe gibt.

Meine Geschichte. Schülerinnen und Schüler schreiben ihre eigenen Sturzgeschichten auf und erzählen sie sich gegenseitig in Gruppen in der Klasse. Die Texte können an die Wand geheftet und von allen Schülerinnen und Schülern gelesen und später diskutiert werden. Welche Ursachen hatten diese Unfälle? Was kann man daraus lernen?

Weitere Quellen: www.youtube.com. Hier finden sich kleine Filme mit stürzenden und herunterfallenden Menschen.

Ein Sturz aus heiterem Himmel

Plötzlich liegt man am Fuss einer Treppe, unter einem Baum, auf dem Boden und reibt sich die Augen. Man ist heruntergefallen. Glück hat, wer nur mit dem Schrecken davonkommt. Manchmal stürzt oder fällt jemand so unglücklich, dass Polizei und Rega kommen müssen. Das zeigen die wahren Geschichten aus der Zeitung und dem Internet.

Arbeitsauftrag

Lies die Titel und entscheide dich für zwei Geschichten.

Lies deine ausgewählten Geschichten durch.

Was sind die Ursachen und Folgen der Stürze? Notiere!

Findest du im Internet ähnliche Fälle? Stell sie auf den Blog!

Mann stürzte vom Hausdach

Bei einem Arbeitsunfall ist gestern Morgen ein Mann verletzt worden. Der 25-Jährige stürzte bei Spenglerarbeiten auf einer Baustelle von einem Hausdach. Nach Angaben der Polizei fiel der Bauspengler fünf Meter in die Tiefe und wurde dabei verletzt. Der Mann musste ins Spital gebracht werden. Die Ursachen für den Sturz sind noch nicht geklärt.

Quelle: www.polizeibericht.ch

Kind stürzte aus Haus

Ein 6-jähriger Knabe erlitt Kopfverletzungen, als er aus einem Fenster rund zwei Meter tief auf den Vorplatz fiel. Er wurde mit der Rega ins Spital geflogen.

Der Knabe hatte kurz nach 11 Uhr im ersten Stock beim Treppenhaus ein Fenster geöffnet und war danach aus dem Fenster gefallen. Dabei schlug er mit dem Kopf unglücklich auf dem Boden auf. Nach ersten Berichten dürften die Verletzungen nicht allzu gravierend sein.

Quelle: www.kapo.sg.ch/news/kapo/2004/06/79876.htm

Mann stürzt mehrere Meter tief zu Boden

Am Freitag stürzte ein 55-jähriger Mann aus mehreren Metern zu Boden. Der Unfallhergang wird noch untersucht. Nach ersten Erkenntnissen dürfte er versucht haben, über die Hausfassade durch ein offenes Fenster in sein verschlossenes Atelier zu gelangen. Beim Sturz verletzte sich der Mann schwer am Kopf. Er wurde vor Ort durch ein Ambulanzteam und einen Notarzt versorgt und danach mit der Rega ins Spital geflogen.

Quelle: www.polizeibericht.ch





Kind stürzte über Felsen

Ein 9-jähriger Knabe ist am Dienstagnachmittag über einen Felsen rund drei Meter in die Tiefe gestürzt. Er hat dabei unbestimmte Kopfverletzungen und einen Armbruch erlitten. Er wurde mit der Rega ins Spital geflogen.

Der Zweitklässler war mit seiner Klasse unterwegs, um eine Höhle zu besichtigen. Während der Mittagspause rutschte er beim Spielen auf einem sehr steilen Waldbord aus und schlitterte über einen Felskopf hinaus. Danach fiel er rund drei Meter in die Tiefe.

Quelle: www.kapo.sg.ch/news/kapo/2004/06/79872.html

Sturz durchs Dach

Beim Umherlaufen auf dem Dach eines Industriegebäudes ist ein 14-Jähriger rund sieben Meter tief auf einen Betonboden gestürzt. Er hat sich dabei schwere Verletzungen zugezogen. Der Jugendliche war nach Polizeiangaben am Freitagabend mit zwei Freunden über eine Aussenleiter auf das Flachdach einer Industriehalle geklettert. Dabei hat der 14-Jährige eine durchsichtige Plexiglasplatte überquert, die sofort einbrach.

Quelle: www.ad-hoc-news.de

Zahlen und Fakten

Geeignet für

Mittelstufe:
Oberstufe:
Berufsschule:

Wie

Zeigen Sie die Tabelle. Was kann man daraus lesen?
ok Alternative: Die älteren Schülerinnen und Schüler können selber ein Diagramm zeichnen oder in einer Excel-Tabelle herstellen. Dazu wählt die Lehrperson vier bis fünf Zahlen aus der Tabelle aus und schreibt sie an die Tafel.

Das Modul 3 gibt Auskunft über die Häufigkeit von Sturz- und anderen Unfällen.

Inhalt

- Hinter jeder Zahl steht ein Mensch

Zeitaufwand

20 bis 30 Minuten

Hintergrund

Tabelle über die Häufigkeit von Sturz- und anderen Unfällen zu Hause und in der Freizeit. Man erkennt, dass Stürze viel häufiger vorkommen als etwa Vergiftungen oder Tierbisse. Die Lehrperson kann Kinder und Jugendliche darauf aufmerksam machen, dass diese Statistik nur diejenigen Unfälle enthält, die gemeldet wurden. Daneben gibt es eine unbekannte Anzahl weiterer Stürze.

Unfallhergang	Anzahl Verunfallte, bis 16 Jahre*	17 bis 25 Jahre*
Sturz auf gleicher Ebene, auch Sturz vom Trottoir, Misstritt	33 964	13 200
Sturz aus der Höhe (Leiter, Stuhl etc.)	55 070	890
Sturz auf Treppe, Misstritt	15 470	8 090
Stürze total	104 504	22 180
Tiere (Insekten, Hunde, Katzen)	7 660	4 160
Vergiftungen	4 140	20
Verbrennungen, Verätzungen	10 590	1 140
Strom	200	40
Verletzung durch Menschen	12 030	5 500

Legende: Unfälle in Haus und Freizeit pro Jahr nach Altersgruppen. * Durchschnittswerte aus den Jahren 2001 bis 2005. Beispiel: Zwischen 2001 und 2005 verletzten sich jährlich durchschnittlich 200 Kinder oder Jugendliche unter 16 Jahren mit Strom.

Quelle: bfu Beratungsstelle für Unfallgeschehen in der Schweiz, 2007

Lösungen

Lösungen für Fragen auf Seite 23

Wie geschehen am meisten Unfälle?

Stürze aus der Höhe sind bei Kindern und Jugendlichen bis 16 Jahren am häufigsten.

Ältere Menschen stolpern eher als dass sie stürzen.

Wer ist besonders gefährdet?

Besonders gefährdet sind Kinder und Jugendliche bis 16 Jahre.

Hinter jeder Zahl steht ein Mensch



Ein Hundebiss oder ein Sturz vom wackligen Stuhl – zu Hause und in der Freizeit passieren immer wieder Unfälle. Die folgende Tabelle zeigt dir, wo man wirklich gut aufpassen sollte.

Arbeitsauftrag

Sieh dir die Tabelle an.

Wo geschehen am meisten Unfälle?

Wer ist besonders gefährdet?

Unfallhergang	Anzahl Verunfallte, bis 16 Jahre*	17 bis 25 Jahre*
Sturz auf gleicher Ebene, auch Sturz vom Trottoir, Misstritt	33 964	13 200
Sturz aus der Höhe (Leiter, Stuhl etc.)	55 070	890
Sturz auf Treppe, Misstritt	15 470	8 090
Stürze total	104 504	22 180
Tiere (Insekten, Hunde, Katzen)	7 660	4 160
Vergiftungen	4 140	20
Verbrennungen, Verätzungen	10 590	1 140
Strom	200	40
Verletzung durch Menschen	12 030	5 500

Legende: Unfälle in Haus und Freizeit pro Jahr nach Altersgruppen. * Durchschnittswerte aus den Jahren 2001 bis 2005.

Quelle: bfu Beratungsstelle für Unfallgeschehen in der Schweiz, 2007

Sturzfolgen

Geeignet für

Mittelstufe:	(ok)
Oberstufe:	ok
Berufsschule:	ok

Das Modul 4 zeigt am Beispiel eines Malers, welche weit reichenden Folgen ein Sturz haben kann.

Inhalt

- Der Sturz, der Antonio Jorges Leben veränderte

Zeitaufwand

10 bis 20 Minuten

Wie

Die Schülerinnen und Schüler oder die Lehrperson lesen den Text. Die Schülerinnen und Schüler beantworten die Fragen.

Hintergrund

3'000 Gerüstunfälle ereignen sich in der Schweiz jährlich auf Baustellen. Sie kosten 80 Millionen Franken. Ein Beispiel dafür ist Antonio Jorge. Die Geschichte des Malermeisters führt vor Augen, dass ein Sturz nicht nur schmerzhaft ist, sondern sowohl für den Verunfallten wie auch für sein Umfeld weit reichende Folgen haben kann.

Lösungen

Antworten auf die Fragen auf Seite 25:

Wer ist verunglückt? Antonio Jorge, Malermeister

Wo geschah das Unglück? Antonio Jorge ist in seiner Werkstatt vom Gerüst heruntergefallen.

Was ist genau passiert? Antonio Jorge lässt sich einen Pinsel heraufwerfen, will ihn fangen, greift in die Luft, stürzt ab. Die Unfallursachen sind möglicherweise ein nicht richtig befestigtes Gerüstteil und/oder die Bequemlichkeit des Malers, sich einen Pinsel zu holen.

Was sind die Folgen des Unfalls?

Für Antonio Jorge: Verletzungen, Spitalaufenthalt, bleibende körperliche Schäden. Berufliche Unsicherheiten.

Für seine Mitarbeiterin: Hohe berufliche Belastung, Erschöpfung, Kündigung der Arbeitsstelle.

Für seine Frau: Hohe körperliche und seelische Belastung. Angst um ihren Mann.

Der Sturz, der Antonio Jorges Leben veränderte



Er hat am eigenen Leib erfahren, was es bedeutet, aus grosser Höhe herunterzufallen. Heute achtet Antonio Jorge auf Sicherheit.

Arbeitsauftrag

Lies den Text durch und beantworte folgende Fragen:

Wer ist verunglückt?

Wo geschah das Unglück?

Was ist genau passiert?

Was sind die Folgen des Unfalls?

Malermeister Antonio Jorge ruft vom Gerüst aus seiner Mitarbeiterin zu, sie soll ihm einen Pinsel hochwerfen. Sie wirft, und Antonio kommt 6,5 Meter tiefer auf dem Boden seiner Malerwerkstatt in einer Lache aus Lösungsmitteln wieder zu sich. «Was ist passiert, was ist passiert?», fragt er immer wieder schwach, und: «Luft, ich bekomme keine Luft!» Beim Sturz hat sich seine Lunge zusammengezogen und er kann nur flach atmen, das macht ihm Angst. Seine Frau Claudia und die Mitarbeiterin versuchen sofort, das ätzende Lösungsmittel von seiner Haut abzuwaschen, wagen aber

nicht, ihn zu bewegen. Claudia Jorge sieht alles noch klar vor sich: «Ich bin mit unserer Tochter dazugekommen, sah ihn am Boden liegen. Es war schrecklich! Die dreijährige Saphira konnte ich zum Glück sofort der Nachbarin in die Arme drücken, dann hab ich mich auf die Knie geworfen und zuerst einmal gebetet! Ich war im ersten Moment völlig blockiert. Erst als ich sah, dass Antonio die Augen offen hatte, kam ich langsam wieder zu mir. Ich bin so froh, dass die Malerin gut reagiert und sofort die Ambulanz gerufen hat.» Den zwei Frauen war sofort klar, dass sie den 41-Jährigen nicht bewegen durften. Die richtige Entscheidung, durch die allerdings der rechte Arm von Antonio Jorge stark verätzt wurde. «Noch heute denke ich darüber nach, wie ich es hätte besser machen können. Ich mache mir Vorwürfe», sagt die rothaarige Claudia. Ihr Mann sieht es anders: «Ich hatte es von allen Beteiligten eigentlich am besten, ich habe nichts mitbekommen und wurde von den beiden Frauen sehr gut betreut.» Die Ambulanz unternahm nur das Nötigste, dann flog ihn der Rega-Helikopter ins Unispital Zürich, wo Antonio Jorge operiert und drei Wochen lang gepflegt wurde.

Was ist passiert?

Der genaue Unfallhergang lässt sich nicht mehr rekonstruieren: «Meine Mitarbeiterin sagt, ich hätte unter der obersten Querstrebe des Gerüsts hindurch nach dem Pinsel gegriffen und sei dabei gestürzt.» Sicher ist, dass die Querstrebe wie eine Tür aufgegangen und dann nur noch an einem einzigen Holm fixiert war. «Vielleicht war die Sicherungsschraube nicht festgezogen, vielleicht habe ich bei der Sichtkontrolle einen Mangel übersehen ... Ich wüsste es gern genauer.» Antonio Jorge selber hat keine Erinnerung an den Unfallhergang und auch von der Zeit danach bleibt für ihn vieles verschwommen. Umfangreich ist die Aufzählung der körperlichen Schäden: drei Rippenfrakturen, vier Wirbelkörperfrakturen, an der rechten Hand wurde der Kopf der Speiche abgesplittert, starke Hautverätzungen. Und das sind nur die schlimmsten Schäden – die Aufzählung all seiner Verletzungen füllt eine ganze A4-Seite. «Die Speiche wurde mit Metallplatten zusammengeflickt, aber der Knorpel ist dauerhaft beschädigt. Die Ärzte sprechen von Arthrose, weil der Knorpel mit harten Narben auf den Knochen kommt, statt mit dem weichen Knorpelkissen. Das wird den Rest meines Lebens schmerzen, sobald ich die Hand belaste.» Seine rechte Hand kann er deshalb nur noch eingeschränkt nutzen; das Handgelenk ist versteift und lässt sich nicht mehr therapieren. Zurzeit

ist Antonio Jorge immerhin schon wieder zu 50 Prozent arbeitsfähig. «Tätigkeiten, die früher selbstverständlich waren, gehen heute nicht mehr. Am Anfang konnte ich nicht einmal meine Tochter in den Kindersitz im Auto heben. Und selbst heute, fast ein drei viertel Jahr später, kann ich zum Beispiel ohne Hilfe keine Türen aushängen und muss zum Arbeiten eine Armschiene tragen.»

Ein Frauenteam springt ein

Am Anfang ging gar nichts mehr: Drei Wochen Spital, vollgepumpt mit Schmerzmitteln, drei Monate Rehabilitationsklinik, und das für einen Selbstständigen, der laufende Aufträge zu erfüllen und Unkosten und Löhne zu zahlen hat. «Zum Glück war alles gut geordnet, meine Frau hat alle Kunden angerufen und die Situation erklärt. Einige hatten erst Mühe damit, dass ihr Auftrag nun von einem reinen Frauenteam ausgeführt werden sollte, aber am Ende waren alle sehr zufrieden.» Claudia Jorge fällt lachend ein: «Er hatte alles organisiert, sogar mein Geburtstagsgeschenk war schon bereit, die Weihnachtskarten bestellt und die Geschenke für die Mitarbeiter gekauft, obwohl er das sonst im letzten Moment macht. Es war, wie wenn er es gespürt hätte!» Und doch brauchte es eine gewaltige Anstrengung der beiden Frauen, um das Malergeschäft über die Runden zu bringen. «Meine 29-jährige Mitarbeiterin hat massiv Überstunden gemacht, ist auch am Abend noch zu Kunden gegangen und hat die volle Verantwortung übernommen. Als ich dann endlich wieder übernehmen konnte, war sie so erledigt, dass sie gekündigt und eine Auszeit genommen hat», erzählt Jorge. Er versteht diesen Schritt und ist zutiefst dankbar für ihren grossen Einsatz in der schwierigen Zeit, der die Firma gerettet hat.

Aus Fehlern lernen

Seine Frau und seine beiden Kinder haben allerdings immer noch Bedenken, wenn er auf Baustellen gehen muss oder auf ein Gerüst steigt: «Am liebsten wäre mir, er würde einen anderen Beruf lernen, ich habe seit dem Unfall Angst um ihn.» Antonio Jorge lacht verlegen: «Das ist für mich keine Option, denn mein Beruf ist meine Berufung. Aber auch meine Suva-Betreuerin fragt regelmässig, ob ich nicht den Beruf wechseln wolle. Eine neue Ausbildung würde zwar von der Suva finanziell unterstützt, aber ich müsste wieder von vorne anfangen. Mein ganzes Wissen als Maler wäre nutzlos. Ich werde mir deshalb zukünftig lieber meine Arbeit anders

einteilen, den körperlichen Einsatz mehr meinen Angestellten überlassen und dafür mehr im Büro arbeiten.» Seine Frau hat inzwischen ihr Pensum als kaufmännische Angestellte erhöht, um den Einkommensausfall aufzufangen. Irgendwie werden sie es schaffen, da sind die beiden sich sicher. Speziell belastend war für Claudia Jorge eine Zeit lang, dass der Unfall ausgerechnet beim Umbau der eigenen Wohnung



passierte. Und für ihn selber? «Dass trotz Kontrolle so etwas geschehen konnte. Ich habe in meinem Betrieb immer sehr auf Sicherheit geachtet, mich auch dafür weitergebildet. Und dann das!» Für ihn ist klar, dass er in Zukunft noch stärker auf die Sicherheit achten wird. Die bald vierjährige Tochter doppelt nach: «Wenn der Papi auf dem Gerüst etwas will, dann muss er halt die Treppe runtersteigen und es holen gehen.»

Selbsteinschätzung

Geeignet für

Mittelstufe:	–
Oberstufe:	ok
Berufsschule:	ok

Im Modul 5 geht es um Mut, Angst und die Fähigkeit, sein eigenes Risikoverhalten einzuschätzen.

Inhalt des Moduls

- Draufgänger/in, Kämpfer/in, Kontrollfreak oder Angsthase?

Zeitaufwand

30 bis 45 Minuten

Wie

Die Schülerinnen und Schüler machen den Test. Anschliessende Diskussion in der Klasse über Mut, Leichtsinn, Risiko und Angst.

Hintergrund

Kinder und Jugendliche wollen Neues ausprobieren, Grenzen überwinden und sich selbst erproben. Das ist wichtig für eine gesunde Entwicklung. Wer wagt, der gewinnt: Gemeisterte Wagnisse stärken das Selbstvertrauen.

Wichtig ist dabei die richtige Einschätzung a) der eigenen Fähigkeiten und b) des Risikos. Wie schätzt der/die Jugendliche seine/ihre Fähigkeiten ein? Wie das Risiko? Macht er/sie etwas, um nicht als Verlierer dazustehen, oder hört er/sie auf die innere Stimme, die zur Vorsicht rät? Gibt er/sie dem Gruppendruck nach?

Es ist wichtig für Jugendliche, sich richtig einzuschätzen, je nachdem Nein zu einem Unternehmen zu sagen – und gewisse Dinge wie Klettern zu üben.

Zusätzliches Material für Oberstufe

Alkohol mindert die Fähigkeit, sich und seine Fähigkeiten richtig einzuschätzen: 0.2 dl Schnaps oder 1 dl Rotwein oder 3 dl Bier führen zu 0.2 Promille Blutalkoholgehalt.

Mengen ab 0.3 Promille beeinträchtigen das Sehen; man kann sich ausserdem schlechter konzentrieren, reagiert langsamer und hat seine Bewegungen nicht mehr im Griff. Alkohol kann zu Selbstüberschätzung führen.

Quelle: bfu: Alkohol und Unfallrisiko, www.bfu.ch

Draufgänger/in, Kämpfer/in, Kontrollfreak oder Angsthase?



Bist du risikofreudig? Und wenn ja, gehst du dabei auch so kontrolliert vor wie der Himalaya-Stürmer Reinhold Messner oder wie der mehrfache Formel-1-Weltmeister Michael Schumacher? Beide planen vorher alles akribisch genau, bevor sie sich auf das Unge- wisse einlassen – vielleicht hat das ihnen schon oft das Leben gerettet. Oder bist du ein Hasardeur, also einer, der das Schicksal leichtsinnig herausfordert, in der wilden Überzeugung, es werde schon gehen? Hier hast du die Möglichkeit, mehr über dein eigenes Risikoverhalten zu erfahren: Liegt dir eher die kontrol- lierte Langeweile, die gemütliche Behaglichkeit, oder suchst du Sensationen, neue Eindrücke, neue Erfah- rungen? Der Test hilft dir dabei, dich selber einzu- schätzen.

Arbeitsauftrag

Und so gehts: Beantworte die Fragen mit Ja oder Nein. Denke nicht lange darüber nach, sondern antworte spontan. Sei ehrlich mit dir selber. Es gibt keine «richtige» oder «falsche» Antwort. Zähle alle Ja-Antworten zusammen. Die Auflösung findest du auf der folgenden Seite.

1. Ich entscheide mich schnell und ich stehe dazu.
2. Ich bin selber dafür verantwortlich, wie es mir geht, nicht die anderen.
3. Ich mache mir privat und beruflich klare Ziele. Ohne Ziele kommt man im Leben nicht weiter.
4. Ich verbringe nicht viel Zeit damit, mir gründliche Pläne mit allen Details zu machen.

5. Neue Herausforderungen machen mir Spass. Angst davor kenne ich nicht.
6. Wenn etwas getan werden muss, dann warte ich nicht, bis ich darauf hingewiesen werde. Ich tue es von mir aus.
7. Wenn mir etwas wichtig ist, dann setze ich mich voll dafür ein.
8. Ich bin sicher, dass ich die Fähigkeit habe, Schwierigkeiten zu überwinden.
9. Oft mache ich mir gar keine Gedanken darüber, was alles schief gehen könnte.
10. Wenn es schwierig wird, übernehme ich gerne die Führung und Verantwortung.
11. Wenn etwas Überraschendes passiert, bleibe ich cool.
12. Riskante und schwierige Aufgaben ziehen mich an, auch wenn sie mir etwas Angst machen.
13. Wettbewerb und Konkurrenz spornen mich an.
14. Mir macht es nichts aus, eine Krise alleine zu meistern.
15. Ich hasse langweilige Routinearbeiten.
16. Sobald etwas gut läuft, verliert es für mich den Reiz und ich überlasse die Arbeit gerne anderen.
17. In erster Reihe zu kämpfen erfüllt mich mit Befriedigung.
18. Manchmal mache ich verrückte Dinge, einfach weil sie Spass machen.
19. Manchmal mache ich Dinge, die einem schon ein wenig Angst machen.
20. Ich ziehe aufregende, überraschende, unberechenbare Freunde vor.
21. In meinem Leben soll es spannend zu- und hergehen, ich will viel reisen und Neues kennenlernen.

Anzahl Ja-Antworten: _____

Auswertung

Du hast 14 und mehr Ja-Antworten:

Übernimm die Verantwortung!

Risikobereitschaft und Mut sind Talente von dir. Du gehst darin auf, immer wieder neue Herausforderungen anzunehmen und zu bestehen. Nichts ist für dich schlimmer als Langeweile, Unfreiheit und der Alltagstrott. Du bist bereit, als Pionier neue Wege zu entdecken. Vor Eigenverantwortung schreckst du nicht zurück. Konkurrenz macht dir keine Angst, sondern spornt dich an. Aber pass auf, dass du bei all deiner Risikofreude sorgfältig auf deine Vorbereitungen achtest. Wäge die Gefahren vorher gut ab und sei bereit, sie zu bestehen. Achte darauf, dass du andere Menschen mit deiner Begeisterung nicht überforderst und sie in etwas hineinziehst, das diesen schaden könnte. Wilde Risikofreude gepaart mit rein egoistischen Zielen kann zur Katastrophe führen. Übernimm die Verantwortung für dein Handeln, dann steht deinen Erfolgserlebnissen nicht mehr viel im Weg.



Du hast zwischen 8 und 13 Ja-Antworten:

Gib deinem Mut mehr Chancen!

Du gehst vermeidbaren Risiken aus dem Weg. Deshalb steckst du deine Ziele niedrig und träumst von einer Welt, die menschlicher und weniger hart ist als unsere es ist. Dieser Rückzug in den Tagtraum wäre bei dir aber meist nicht nötig, denn du weisst noch nicht, wie viel Kraft du hast, weil du sie noch nicht ausprobiert hast. Du könntest leicht – bei deiner Lebensweise – ab und zu ein bisschen mehr wagen. Deine Risikobereitschaft und dein Mut sind durchschnittlich stark ausgeprägt. In manchen Bereichen bist du scharf auf Herausforderungen und hast ein enormes Selbstvertrauen. Aber es gibt auch Situationen, in denen du lieber in die zweite Reihe zurücktrittst und die Verantwortung abgibst. Lieber bleibst du dann im alten Fahrwasser und fühlst dich sicher. Deine Risikobereitschaft hat durchaus noch Reserven. Du kannst deinen Mut stärken, indem du genauer herausfindest, welche Überlegungen dich daran hindern, ein Risiko einzugehen. Ist der mögliche Verlust zu hoch? Der mögliche Gewinn zu klein? Die Gefahr zu gross für dich? Finde heraus, wie du deine Entscheidungen fällst und gib deinem Mut und deinem Erfolg von jetzt an öfters eine Chance.

Du hast weniger als 8 Ja-Antworten:

Ersetze Angst durch Vertrauen!

Du scheust das Risiko, bist vorsichtig und sagst dir: Lieber ein Angsthase sein als wie ein Kaninchen gehetzt werden. Du bist aber nicht so klein und bescheiden, wie du glaubst. Du forderst nämlich sehr viel, vor allem von dir selbst. Du möchtest im Grunde ganz gerne perfekt sein, keine Fehler machen, Erfolg haben und manchmal auch gross dastehen. Aber meistens stehst du lieber in der sicheren zweiten Reihe und lässt andere in den erbitterten Konkurrenzkampf ziehen. Du suchst Freunde/Freundinnen, die dich mitziehen, ermutigen und die Kastanien aus dem Feuer holen. Überleg dir mal, ob es sich nicht auch für dich lohnen könnte, dich öfters mal in eine neue Welt hinaus zu wagen und die Angst durch Vertrauen zu ersetzen. Du darfst dich und deine Wünsche ruhig zeigen. Wenn du etwas Neues wagst und bereit bist, Neues dazulernen, dann gewinnst du Selbstvertrauen und Kompetenz. Und viele schöne Erfolgserlebnisse.

Schwerkraft

Geeignet für

Mittelstufe:

Oberstufe:

Berufsschule:

(ok)

ok

ok

Im Modul 6 lernen die Kinder und Jugendlichen die Schwerkraft kennen. Sie lernen, dass es entscheidend ist, aus welcher Höhe man herunterfällt.

Inhalt des Moduls

- Warum der Apfel nicht zum Himmel fliegt. Einführung in die Schwerkraft, mit Experiment
- Bericht über Ueli Gegenschatz: «Wenn Sekunden über Leben und Tod entscheiden»

Zeitaufwand

45 Minuten

30 Minuten

Wie

Einstieg: Kleine Filmbeiträge über den Base-Jumper

Ueli Gegenschatz anschauen und staunen.

www.ueligegenschatz.ch.

Experiment mit Ballon durchführen.

Bericht «Wenn Sekunden über Leben und Tod entscheiden» lesen.

Hintergrund

Das allgemeine Gravitationsgesetz lautet «Alles zieht sich gegenseitig an»:

F = Kraft

G = universelle Gravitationskonstante =
 $6.674 \times 10^{-11} \text{ Nm}^2\text{kg}^{-2}$

M1 = Masse eins

m2 = Masse zwei

r = Abstand zwischen den Mittelpunkten der beiden Objekte

$$F = G \frac{M1 \times m2}{r^2}$$

Lösung

Lösung des Experiments von Seite 33:

Je praller der Ballon mit Wasser gefüllt ist und von je höher oben man ihn fallen lässt, desto wahrscheinlicher zerplatzt er am Boden.

Je schwerer ein Gegenstand und je grösser die Fallhöhe, desto mehr Energie wird beim Aufprall auf dem Boden frei. Umso grösser auch ein möglicher Schaden.

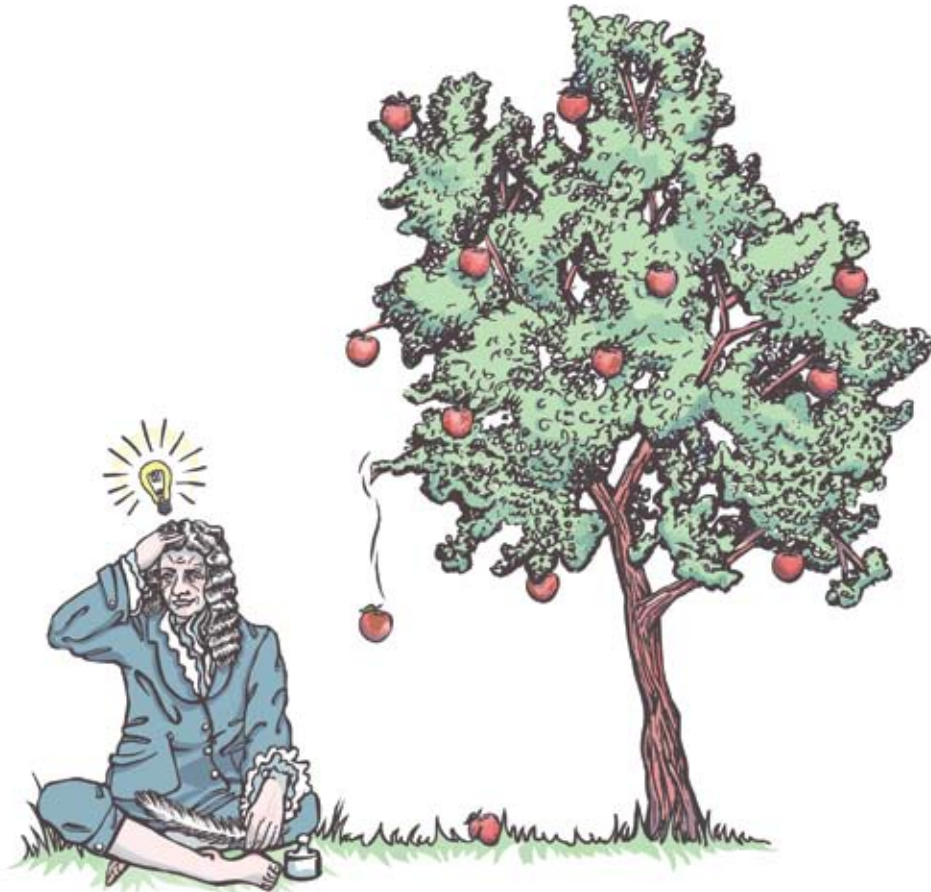
Analog dazu weiss ja jeder, dass es einen Unterschied macht, ob man zu Fuss in eine Mauer läuft oder mit dem Motorrad bei hoher Geschwindigkeit hineindonnert!

Die Energie beim Aufprall auf dem Boden ist abhängig von der Masse, der Beschleunigung und der Höhe.

Allgemein: Energie (Arbeit) = Masse mal Beschleunigung mal Weg!



Warum der Apfel nicht zum Himmel fliegt



Du schaukelst mit einem Freund, springst vom Turm ins kühle Seewasser. Du träumst vom Fallschirmspringen. Du fällst vom Hochrad herunter und stösst deinen Kopf an. Das alles hast du der Schwerkraft zu verdanken, die dich immer zurück auf den Boden holt.

Der Entdecker der Schwerkraft

Sir Isaac Newton, der bekannteste Physiker unter der englischen Sonne, lag einst unter einem Apfelbaum. Er beobachtete, wie ein Apfel vom Baum zu Boden fiel. Welche Kraft, so fragte sich der Denker, zieht den Apfel auf den Boden? Nennen wir diese Kraft «die Schwerkraft», sagte sich der Mann. Dann stellte er sich vor, der Baum sei doppelt so hoch. Der Apfel wird, vermutete er, ebenso herunterfallen. Also reicht die Schwerkraft bis an die Baumspitze des höchsten Apfelbaumes. Und wenn sie schon bis dorthin reicht, dachte er weiter, dann reicht sie vielleicht bis zum Mond ...

Du fühlst dich schwer. Die Schwerkraft der Erde zieht an dir. Sie macht, dass ein hochgehobener Stein auf den Boden fällt, wenn wir ihn loslassen. Der Schwerkraft kann man nur entkommen, indem man sich in eine Rakete setzt und in den Weltraum fliegt.

Die Schwerkraft der Erde ist stark. Sie hält sogar den Mond in seiner Umlaufbahn um die Erde wie an einem unsichtbaren Faden fest. Aber nicht nur die Erde besitzt Schwerkraft. Auch die Sonne, alle Planeten, jedes noch so kleine Ding im Universum besitzt sie. Dank der Schwerkraft der Sonne verschwinden wir nicht samt unserer Erde im Weltall. Auf der Sonne wäre das Leben besonders schwer, und das nicht nur, weil es dort höllisch heiss ist. Die Schwerkraft der Sonne würde uns förmlich zu Boden drücken. Denn es gilt, je mehr Masse etwas hat, desto grösser seine Schwerkraft. Das Leben auf dem Mond wäre dagegen buchstäblich leicht, denn der Mond ist kleiner als die Erde, und so ist auch seine Schwerkraft schwächer. Ein Stein wiegt auf dem Mond gerade mal ein Sechstel so viel wie auf der Erde. Selbst ein Kieselsteinchen übt auf die Ameise, die auf ihm herumkrabbelt,

eine Schwerkraft aus. Denn alle Materie zieht sich gegenseitig an. Die Ameise selbst zieht den Kieselstein, nein die ganze Erde an. Man müsste aber ein sehr feines Messgerät haben, um die Schwerkraft einer Ameise zu messen.

Manchmal wünscht man sich, schwerelos zu sein, die Fäden zur Erde zu kappen, die Schwerkraft zu überwinden und loszufiegen. Doch für uns Menschen, von Astronauten einmal abgesehen, bleibt es ein Traum, schwerelos zu sein. Die Erde zieht uns an und deshalb fallen wir auf sie herunter. Und das kann ganz schön wehtun.

- Regen fällt wegen der Schwerkraft auf die Erde.
- Wegen der Schwerkraft kannst du mit dem Snowboard einen Hang hinunterkurven.
- Wegen der Schwerkraft ist ein Stein, den wir vom Boden heben, schwer.

Arbeitsauftrag

Experiment zur Schwerkraft:

Geh nach draussen. Fülle die Ballone mit Wasser. Lass sie aus unterschiedlicher Höhe herunterfallen. Was fällt dir auf?



Gegenstand	Höhe 1 50 cm	Höhe 2 100 cm	Höhe 3 150 cm	Höhe 4 200 cm
Eine Tafel Schoggi	Nichts passiert	Nichts passiert	Die Schoggi zerbricht	Die Schoggi zerbricht
Ein Ballon mit 1 dl Wasser gefüllt				
Ein Ballon mit 5 dl Wasser gefüllt				
Ein Ballon mit 1 l Wasser gefüllt				
Ein Ballon mit 2 l Wasser gefüllt				

Wenn Sekunden über Leben und Tod entscheiden



Ueli Gegenschatz stürzt sich als Base-Jumper von Felswänden, Hochhäusern und Brücken. Er genießt den freien Fall.

Arbeitsauftrag

Lies den Text durch. Der Text und die Kurzfilme auf www.ueligegenschatz.ch zeigen, dass das Herunterfallen schön sein kann – mit einem Fallschirm auf dem Rücken.

Manchmal ist Ueli Gegenschatz auch ein Skysurfer, einer, der auf einem Surfbrett durch die Lüfte segelt. Oder ein Freerflyer, einer, der stehend oder kopfüber vom Himmel zur Erde saust. Immer aber ist Ueli Gegenschatz einer, der den Fallschirm rechtzeitig öffnet. Bisher jedenfalls.

Es gibt in der Schweiz vielleicht zehn Leute, die sich auf diese Art an ihre Grenzen herantasten. Ueli war der Erste, der von einem Hochhaus hinuntersprang – und von der Eiger-Nordwand. Wenn er dabei bäuchlings in der Luft liegt, fällt sein Körper rund 200 Stundenkilometer schnell, wenn er einen Kopfsprung macht 300 Stundenkilometer, und sein

Rekord sind 450 Stundenkilometer. Der aktuelle Weltrekord liegt bei 524 Stundenkilometern. Aber es ist nicht Uelis Ziel, diesen Rekord zu brechen: Sein Ziel ist der freie Fall!

Grenzenlose Freiheit

Von der Eiger-Nordwand fliegt Ueli Gegenschatz 900 Meter hinunter, das sind 19 Sekunden lang freier Fall. Was er dabei erlebt? «Das Gefühl von Freiheit. Eine Hundertstelsekunde nach dem Abspringen, nach dem ‚point of no return‘, wenn es kein Zurück mehr gibt, sondern nur noch ein Hinunter, fällt alle Anspannung von mir ab, dann genieße ich die totale Freiheit.» Vor dem Absprung berechnet er, wie lange er fliegen kann. In Winterthur, vom Sulzer-Hochhaus hinunter, war es genau eine Sekunde. «Innerhalb dieses Zeitfensters bist du völlig frei», sagt er, «aber du darfst keine Fehler machen.» Als er zum ersten Mal vom Eiger hinuntergesprungen und unten heil angekommen war, weinte er Freudentränen. «Die Macht dieses Berges, diese Kraft – da merkst du, wie klein du bist.» Die entscheidende Frage ist bei jedem Sprung, wann Ueli spätestens die Leine des Fallschirms ziehen muss.

Eine Sekunde Sicherheit

Rechtzeitig ziehen heisst: drei Sekunden vor dem Aufprall. Es gibt Leute, die warten noch eine Sekunde länger, die ziehen erst bei 100 Metern über dem Boden. Ueli zieht bei 150 Metern, er gibt sich eine Sekunde Sicherheit. «Diesen Entscheid, wo deine persönliche Grenze liegt, den triffst du in einem Moment, wo du absolut selber für dich verantwortlich bist. Ich ziehe, wenn ich das Gefühl habe, jetzt ist Zeit, jetzt passt es mir.» Beim Staubbach in Lauterbrunnen zum Beispiel kann einer 7 Sekunden frei fliegen, wenn er da hinunterspringt. «Die Felswand», sagt Ueli Gegenschatz, «ist immer gleich hoch. Aber es gibt Tage, da ziehe ich bei 5 Sekunden, an anderen bei 7,5 Sekunden – je nach Gefühl.» Die Sekunden zählt er dabei im Kopf. «Mit zunehmender Erfahrung sieht man die Grenze immer klarer, der Punkt wird immer deutlicher. Wenn ich dann nicht den entscheidenden Schritt auslöse, hat dies fatale Folgen.» Natürlich könnte er weitergehen, könnte sich sagen, ich schaffe einen Aufsetzer auch mit 30 Stundenkilometern anstatt mit 15, dann könnte er noch eine Zehntelsekunde länger fliegen. «Es gibt Leute, die machen das», sagt er, «aber für mich hiesse das, mein Schicksal herauszufordern.»



Die Suche nach dem Kick

Zweifel hat es noch nie gegeben. «Die Frage, wie es wäre, wenn ich nicht ziehen würde, ist noch nie zur Diskussion gestanden. Es hat schon schwierige Momente gegeben», erzählt er, «an der Eiger-Nordwand.» Mit einem Wing-Suit, einem speziellen Anzug, kann man da eine Minute lang fliegen wie ein Vogel. «Da ist schon der Wunsch gekommen, nicht mehr auf den Boden zu schauen, sondern nach vorne an den Horizont – jetzt wärs schön, wenn ich ein Adler wäre!» Ueli Gegenschatz ist also in seiner Freizeit einer, der die Grenze sucht. «Dabei bin ich gar nicht besonders mutig», sagt er. «Ich gehe Schritt für Schritt an die Grenze heran. Wenn ich die Grenze erreiche, sehe ich, ob es dahinter eventuell noch weitergeht oder ob ich davor noch etwas einbauen kann, einen Salto zum Beispiel.» Schon als Bauernbub war Ueli einer, der immer auf die höchsten Bäume kletterte und vom höchsten Balken aus in den Heustock sprang. Beruflich ist Ueli Gegenschatz Versicherungs- und Vorsorgeberater. «Ich habe im Sinn», sagt er, «die Grenzen einzuhalten und alt zu werden.»

Quelle: Fritz und Fränzi 2/2001, mit freundlicher Genehmigung, www.fritzundfraenzi.ch

Sturzverhinderung

Geeignet für

Mittelstufe:

Oberstufe:

Berufsschule:

Wie

Stürze – Sicher auf Schritt und Tritt enthält die wichtigsten Botschaften zur Vermeidung von Stürzen. Die Schülerinnen und Schüler sollen die Botschaften durch eigene Tipps ergänzen.

«Pass uf – ghei nid abel!» Schülerinnen und Schüler sollen aus dem Unterrichtsmaterial und ihren eigenen Erlebnissen die wichtigsten Risiko- und Schutzfaktoren in der Tabelle auf Seite 38 zusammenfassen.

Die Schülerinnen und Schüler lernen im Modul 7, wie Unfälle geschehen und wie man sie vermeiden kann.

Inhalt

- Stürze – Sicher auf Schritt und Tritt
- «Pass uf – ghei nid abel!»: Risiko- und Schutzfaktoren zusammengefasst

Zeitaufwand

45 Minuten

Lösungen zur Kopiervorlage von Seite 39

Pass uf – Die wichtigsten Risikofaktoren	Ghei nid abe – Schutzfaktoren
Haus und Freizeit:	
Höhe	Helm, Fallschirm, Gerüst, Seil
Hektik, Hast	Genügend Zeit einplanen, sich Zeit nehmen
Fehlendes Risikobewusstsein	Unternehmen planen
Rutschiger Untergrund	Gute Schuhe
Brüchiger Untergrund	Wissen, wohin man tritt
Fehlende Fertigkeiten	Klettern und fallen lernen
Stühle als Aufstiegshilfe	Leiter benutzen
Alkohol- und Drogenkonsum	Nüchtern bleiben
Schlechte Sicht	Licht
Unwohlsein, Krankheit	Gesundheit
Höhenangst	Schwindelfreiheit
Überforderung	Nein sagen können
Auf der Baustelle:	
Fehlendes Gerüst	Nicht ohne Gerüst arbeiten
Falsch aufgestelltes Gerüst	Gerüst kontrollieren
Unordnung auf dem Gerüst	Ordnung halten

Weitere Quellen: Download «Unterrichtsblätter zur Sicherheitsförderung an Schulen/Stürze», Schweizerische Beratungsstelle für Unfallverhütung, www.bfu.ch. Hier lernt man, richtig zu fallen.

Stürze – Sicher auf Schritt und Tritt!



Auf eine Leiter steigen, irgendwo etwas herunterholen, die Treppe hoch- und runtergehen ... Ganz selbstverständlich führen wir diese Tätigkeiten im Alltag, zu Hause oder unterwegs aus. Wie man dabei mit beiden Beinen auf dem Boden bleibt, erfährst du hier!

Arbeitsauftrag

Suche in der Schule und zu Hause nach gefährlichen Stellen. Mache deine Eltern und Lehrpersonen darauf aufmerksam. Fotografiere die Gefahrenstellen und platziere die Aufnahmen im Blog.

Stürzen und Stolpern

Fast die Hälfte aller Stürze ereignet sich durch Stolpern oder Ausrutschen auf gleicher Ebene. Ungeeignete Schuhsohlen, lose Teppiche, aufstehende Teppichränder sowie rutschige, defekte oder verschmutzte Böden sind die Hauptursachen. Mit diesen Tipps räumst du die Stolpersteine aus dem Weg:

- Verwende in der Dusche und im Bad rutschfeste Vorleger.
- Achtung Kabelsalat! Führe die Kabel deines Computers so, dass sie nicht zu Stolperfallen werden.
- Rutschgefahr. Achte in Küche und Bad auf saubere Böden. Putze verschüttete Flüssigkeiten sofort weg.

- Trage draussen bei Nässe, Schnee und Glätte gut sitzende, stabile Schuhe mit einem griffigen Profil.

- _____
- _____
- _____

Stürze auf der Treppe

Fehlritte, Ausrutschen und Stolpern auf Treppen machen einen Fünftel der Sturzunfälle aus. Dabei spielen rutschige Stufen und Hast die Hauptrolle. Oft sind Treppen auch ungenügend beleuchtet oder mit Waren verstellt, und manchmal sind die Treppengeländer zu wenig hoch (weniger als 90 cm). Wenn die Geländer ganz fehlen oder eine Last die Sicht auf die Stufen verdeckt, ist die Sturzgefahr erhöht. So senkst du das Risiko:

- Licht an! Treppen sollten hell beleuchtet sein.
- Trage beim Treppensteigen keine Gegenstände, welche dir die Sicht rauben.
- Halte Ordnung auf Treppen.

- _____
- _____
- _____



Stürze aus der Höhe

Ein Viertel der Verunfallten stürzt aus der Höhe. Aus Bequemlichkeit, in der Hektik oder aus falscher Sparsamkeit werden oft Stühle oder Bücherstapel zum irgendwo Hochklettern verwendet. Hoch hinaus kommst du vor allem mit einer Leiter, möglichst mit breiten Tritten statt Sprossen. Dabei solltest du Folgendes beachten:

- Benutze immer eine Leiter, die du sicher an die Wand gestellt hast.
- Steige herunter, wenn die Leiter verschoben werden soll.
- Klettere nicht am Büchergestell herum.
- Klettere nie an Baugerüsten herum – das ist verboten!
- _____
- _____
- _____

Auf der Baustelle

Die meisten Stürze auf einer Baustelle ereignen sich, weil das Gerüst nicht richtig zusammengebaut wurde, zu weit weg von der Hauswand steht oder ganz einfach fehlt. So lassen sich Gerüstunfälle vermeiden:

- Nur mit sicherem Gerüst arbeiten.
- Bauarbeiter müssen das Gerüst kontrollieren, bevor sie es benutzen.
- _____
- _____
- _____

Mit freundlicher Genehmigung der bfu - Beratungsstelle für Unfallverhütung.

A2-Plakat zeichnen

Klasseninterne Plakat-Selektion

Geeignet für

Mittelstufe:	ok
Oberstufe:	ok
Berufsschule:	ok

Modul 8 enthält den Kreativ-Auftrag an die Schülerinnen und Schüler, Tipps für plakatives Malen sowie einen Vorschlag zur klasseninternen Vorselektion der A2-Plakate.

Inhalt

- Welche Botschaft sollen die Entwürfe der Mega-Poster vermitteln?
- Tipps zur Gestaltung eines Posters
- Vorschlag zur klasseninternen A2-Plakat-Selektion

Zeitaufwand

50 Minuten

Wie

Kreativ-Auftrag: Erklären Sie den Schülerinnen und Schülern mündlich, was der Arbeitsauftrag ist: Ziel des Wettbewerbs ist es, mit an Baugerüsten hängenden Mega-Postern auf die Kampagne «Sichere Arbeitsgerüste» aufmerksam zu machen. Die Riesenwerke sind ein Hinweis und Fingerzeig auf die Thematik, dass man am Arbeitsplatz nie die Gefahren unterschätzen soll. Rund 25 Prozent aller Gerüstunfälle sind Stürze aus der Höhe.

Die Schülerinnen und Schüler sollen aus ihren eigenen Sturz- und Unfallerfahrungen schöpfen. Das Mega-Poster soll den Betrachter anregen, sich über Risiko und Sicherheit am Arbeitsplatz und speziell auf Baugerüsten Gedanken zu machen. Das Poster richtet sich an alle am Bau Beteiligten, besonders aber an Gerüstbenutzer. Die Baustelle und das Baugerüst können, müssen aber nicht Bestandteil der A2-Zeichnung sein. Es darf Text in das Plakat integriert werden.

Material für Mega-Poster-Entwürfe

- Format: A2-Hochformat (420 mm x 594 mm)
- Unterlage: weisses Papier, mindestens 100 g/m²
- Malfarbe: frei

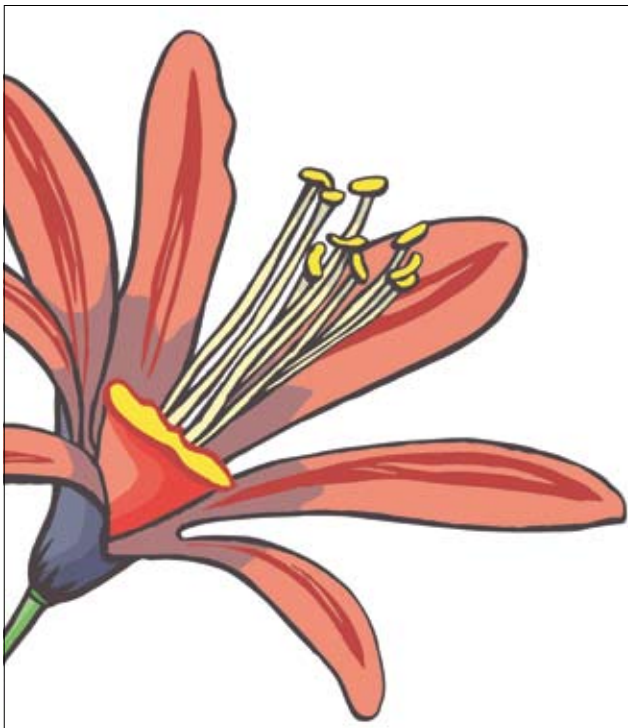
Tipps für plakatives Malen

Die Wirkung eines Posters wird verstärkt, wenn es plakativ gestaltet wird:

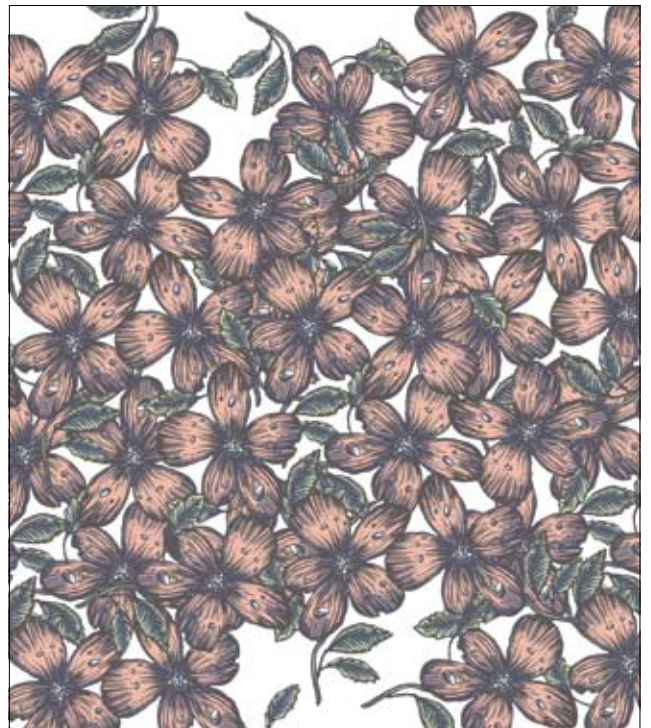
- Bildidee/Botschaft muss sofort erkennbar und verständlich sein.
- Hoher Farbkontrast.
- Klare und reduzierte Formen, wenig bis keine Details.
- Klare Textsprache, falls mit Text gearbeitet wird: keine langen Sätze, grosse, gut lesbare Schrift verwenden.
- Vor dem Malen zuerst skizzieren auf Skizzenpapier, Bildidee und Farbwahl testen.
- Das Motiv auf dem A2-Entwurf sollte aus mindestens fünf Metern Distanz problemlos erkennbar sein.

Beispiel

Blume plakativ



Blume mit vielen Details



Auswahl der drei besten Zeichnungen

Jede Klasse kann bis zu drei A2-Plakate einsenden. Eine Möglichkeit, aus allen Entwürfen drei auszuwählen, besteht im Punkteverteilen.

1. Wahldurchgang

Jede Schülerin/Jeder Schüler erhält fünf Klebepunkte und verteilt sie neben den aufgehängten Zeichnungen. Die Schülerin/Der Schüler darf maximal drei Punkte neben eine Zeichnung setzen. Die fünf Zeichnungen mit den wenigsten Punkten aussortieren.

2. Wahldurchgang

Jede Schülerin/Jeder Schüler erhält fünf neue Punkte einer anderen Farbe. Punkte verteilen wie beim ersten Wahldurchgang. Die fünf Zeichnungen mit den meisten Punkten kommen weiter.

3. Wahldurchgang

Jede Schülerin/Jeder Schüler erhält drei Punkte und kennzeichnet ihre/seine Favoriten. Die drei Zeichnungen mit den meisten Punkten sind ausgewählt. Sie nehmen am Wettbewerb teil.

Mega-Poster malen

Der Inhalt folgt in der zweiten Wettbewerbsphase.