

# Safety am Arbeitsplatz

Wir alle tragen dazu bei.



Checkliste Safety «Mutterschutz»  
Kontrollnummer:

---

# Checkliste Safety «Mutterschutzverordnung»

Ausgefüllt von (Name / Vorname / Funktion)

Tätigkeitsbereich

Unterschriften	Mitarbeitende	Vorgesetzte(r)	SiBe-Safety Konzern
Datum (tt/mm/jj)			
Unterschrift			

## Checkfragen

NEIN JA → Vereinbarte Massnahmen

1. Bewegst du Lasten die schwerer sind als erlaubt?

☐☐ →

§ VOR dem 7. Schwangerschaftsmonat - regelmässig (ca. 10x pro Stunde) max. 5kg / gelegentlich (1-2mal pro Stunde) max. 10kg  
AB dem 7. Schwangerschaftsmonat - gelegentlich (1-2mal pro Stunde) max. 5 kg

2. Hast Du Aufgaben mit Bewegungen / Körperhaltungen, die zu vorzeitiger Ermüdung führen?

☐☐ →

! Problematisch sind häufige, ungünstige Bewegungen oder Zwangshaltungen wie:  
- erhebliches Strecken oder Beugen - dauerndes Sitzen ohne Möglichkeit zum aufstehen / bewegen  
- fixierte Körperhaltung ohne Bewegungsmöglichkeit - dauerndes Stehen (mehr als 4h/Tag) ab 6.Schwangerschaftsmonat  
- dauerndes Kauern / dauernd gebückte Haltung - über Kopf arbeiten

3. Bei stehender Tätigkeit: Hast du Probleme, die nötige Ruhezeit einhalten sowie Kurzpausen zu machen?

☐☐ →

§ Ab dem 4. Schwangerschaftsmonat gilt eine tägliche Ruhezeit von 12 Stunden und nach jeder 2. Stunde zusätzlich eine Kurzpause von 10 Minuten.

4. Ist dein Arbeitsrhythmus vorgegeben und kann von dir nicht beeinflusst werden?

☐☐ →

! >> Maschine, technische Einrichtungen, organisatorische Regelungen  
! >> Keine Möglichkeit bei Bedarf die Arbeit zu unterbrechen, ohne dass grössere Störungen auftreten.

5. Arbeitest du in Räumen mit Temperaturen über 28°C?

☐☐ →

! Bei der Beurteilung Faktoren wie Dauer, Luftfeuchtigkeit und Luftzirkulation berücksichtigen!

6. Arbeitest du Schicht?

☐☐ →

7. Arbeitest du in einer Umgebung mit hoher Lärmbelastung?

☐☐ →

§ Erlaubter Schalldruckpegel: max. 85 dB(A) (Lex 8h).  
§ Faustregel für > 85dB(A): Ein allgemein übliches Gespräch ist in 1m Entfernung nicht mehr verständlich.

8. Stehen Ruheräume zur Verfügung?

☐☐ →

§ Gemäss Art. 34 der Verordnung 3 zum Arbeitsgesetz müssen sich schwangere Frauen und stillende Mütter unter geeigneten Bedingungen hinlegen und ausruhen können.

9. Flyer «Schwangerschaft, Geburt, Stillzeit» (seco) abgegeben?

☐☐ →

## Anmerkung

Die Mutterschutzverordnung regelt auch die nachfolgenden, bei SC jedoch nicht vorhandenen Risiken:

- |   |   |
|---|---|
| - Stösse / Vibrationen, Erschütterungen | - Chemische Gefahrstoffe                        |
| - Mikroorganismen                       | - Arbeiten unter Überdruck                      |
| - Ionisierende Strahlung                | - Arbeiten bei sauerstoffreduzierter Atmosphäre |

Swisscom AG

Group Security  
3050 Bern  
Email: safety.scs@swisscom.com

Dok.:  
Classification:  
Version:

SE-01361-C2-Safety Checkliste Mutterschutz  
C2-Internal  
01.01.2018