



**Gesunde
Arbeitsplätze
Entlasten Dich!**



Körper- und Gefahren-Mapping bei der Prävention von Muskel- und Skeletterkrankungen

Kernpunkte

- Körper-Mapping ist eine Technik, die es Arbeitgebern und Arbeitnehmervertretern ermöglicht, Erkenntnisse von Beschäftigtengruppen darüber zu gewinnen, wie sich ihre Arbeit auf den Körper auswirkt, beispielsweise in Form von Muskel- und Skelettschmerzen.
- Mit Farbstiften oder farbigen Klebepunkten können die Beschäftigten auf einer Körperskizze die Stellen ihres Körpers markieren, an denen Schmerzen auftreten. Anhand der kollektiven Ergebnisse dieses Mappings können
 - gehäuft auftretende Probleme identifiziert werden, die eventuell weiter untersucht werden sollten,
 - die Beschäftigten angeregt werden, über Lösungen für die von ihnen angegebenen Probleme zu sprechen.
- Das Gefahren-Mapping ist ein ähnliches Verfahren zur kollektiven Erhebung von Informationen. Mit Farbstiften oder farbigen Klebepunkten können Arbeitnehmer auf einer Skizze ihres Arbeitsplatzes Gefährdungen markieren.
- Die Mapping-Ergebnisse können in Gefährdungsbeurteilungen und Überprüfungen einfließen, doch sie sind kein Ersatz für eine förmliche Gefährdungsbeurteilung.

Alle Infoblätter und sonstigen Materialien zur Kampagne „Gesunde Arbeitsplätze“ können von der Website der EU-OSHA (<https://healthy-workplaces.eu/de>) heruntergeladen werden.

Gesunde Arbeitsplätze – Entlasten dich!

Die Europäische Agentur für Sicherheit und Gesundheitsschutz am Arbeitsplatz (EU-OSHA) führt im Zeitraum 2020 bis 2022 eine europaweite Kampagne zur Sensibilisierung für arbeitsbedingte Muskel- und Skeletterkrankungen (MSE) und die Bedeutung der MSE-Prävention durch. Ziel ist es, Arbeitgeber, Arbeitnehmer und andere Interessenträger dazu anzuregen, bei der Prävention von MSE und bei der Förderung einer guten muskuloskelettalen Gesundheit unter den Arbeitnehmern in der EU zusammenzuarbeiten.

Bedeutung der Einbindung der Beschäftigten

Die Konsultation der Beschäftigten und ihre aktive Beteiligung sind eine wesentliche Voraussetzung dafür, dass Gefährdungsbeurteilungen im Hinblick auf MSE angemessen und die gewählten Vorbeugemaßnahmen wirksam sind. Daher sind Arbeitgeber gesetzlich verpflichtet, ihre Beschäftigten in Fragen der Sicherheit und Gesundheit zu konsultieren. Arbeitnehmer wissen, welche Schmerzen bei ihnen auftreten und welche Aspekte ihrer Tätigkeit als Auslöser dafür in Betracht kommen. Da sie ihren Arbeitsplatz und ihre Tätigkeit genau kennen, haben sie möglicherweise auch praktische Lösungsideen für die festgestellten Probleme. Wichtig ist auch, dass sie sich als Teil der Lösung sehen und in die Umsetzung geplanter Änderungen von Arbeitsabläufen eingebunden sind. Wenn die Beschäftigten nicht hinreichend einbezogen werden, verringert sich die Aussicht auf eine passende Lösung und ihre erfolgreiche Umsetzung erheblich. An den von der EU-OSHA zusammengetragenen Beispielen guter Praktiken ist klar zu erkennen, wie wichtig die Beteiligung der Beschäftigten ist (*Worker participation practices: a review of EU-OSHA case studies*, abrufbar unter: <https://osha.europa.eu/de/publications/worker-participation-practices-review-eu-osha-case-studies/view>).

Grundsätze der Einbindung der Beschäftigten

Die Beteiligung von Beschäftigten ist ein einfacher wechselseitiger Prozess zwischen Arbeitgeberinnen und Arbeitgebern und ihren Beschäftigten/deren Vertretung. Unabhängig von der Größe eines Unternehmens gelten stets dieselben Grundsätze, auch wenn sich das Format unterscheidet und von den Rechtsvorschriften des jeweiligen Landes abhängt. Diese Grundsätze lauten:

- miteinander sprechen – sich alles anhören, daraus lernen und danach handeln,
- Meinungen und Informationen einholen und austauschen,
- Probleme rechtzeitig besprechen,
- die Äußerungen jedes Einzelnen in Betracht ziehen,
- gemeinsam entscheiden,
- einander vertrauen und respektieren.

Mapping

Eine Möglichkeit, Gruppen von Beschäftigten aktiv in die Gefahrenerkennung und die Gefährdungsbeurteilung einzubeziehen und an Entscheidungen über Lösungen zu beteiligen, sind die interaktiven Methoden des Körper-Mappings und des Gefahren-Mappings. Mit diesen Mapping-Techniken werden Informationen über gesundheitliche Probleme von Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmern zusammengetragen, indem anhand von Bildern gemeinsame Probleme aufgezeigt werden, gefolgt von einer eingehenderen Untersuchung oder entsprechenden Maßnahme. Dies ist eine Alternative beispielsweise zu Befragungen. Körper- und Gefahren-Mappings sind besonders hilfreich, um Informationen über MSE-Symptome im Zusammenhang mit Gefährdungen am Arbeitsplatz zu sammeln und so die Grundlage für eine Gruppendiskussion zu schaffen.

Diese interaktiven Techniken werden üblicherweise in einer Sitzung oder einem Workshop mit einer Gruppe von Beschäftigten durchgeführt, die so die Möglichkeit haben, über ihre Arbeit und darüber zu sprechen, wie sich die Faktoren auf ihre Gesundheit auswirken und welche Verbesserungen vorgenommen werden könnten. Durch das Mapping können die Beschäftigten zudem erkennen, ob ihr Problem tatsächlich mit ihrer Arbeit zusammenhängt. Wenn eine Person über bestimmte Schmerzen klagt und das Körper-Mapping zeigt, dass bei allen anderen diese Schmerzen ebenfalls auftreten, ist anzunehmen, dass sie arbeitsbedingt sind.

Die Ergebnisse können dann in Gefährdungsbeurteilungen und nachfolgende Überprüfungen einfließen.

Körper-Mapping – Mit diesem Instrument werden Beschäftigte zu gemeinsamen Gesprächen darüber angeregt, wie sich ihre Arbeit auf die Gesundheit auswirkt. Es wird vor allem angewandt, um Muskel- und Skelettbeschwerden und ergonomische Risiken zu ermitteln, es ist aber auch zur Dokumentation anderer Gesundheitsprobleme wie Stress hilfreich.

Gefahren-Mapping – Mit dieser Technik können an jedem Arbeitsplatz alle bestehenden Gefährdungen durch Stress sowie chemische, physikalische und biologische Einwirkungen oder die Arbeitsplatzgestaltung ermittelt und priorisiert werden.



Körper-Mapping

Gefahren für die Sicherheit am Arbeitsplatz sind durch eine Inspektion leicht auszumachen. Viel schwieriger ist die Gewinnung von Erkenntnissen darüber, wie sich die Arbeit auf den Körper der Beschäftigten auswirkt. Das Körper-Mapping ist eine Möglichkeit, dies herauszufinden und die Muster verbreiteter Gesundheitsprobleme unter den Beschäftigten an einem bestimmten Arbeitsplatz oder bei einer bestimmten Tätigkeit zu erkennen.

Eine Körperkarte („Body Map“) ist eine Umrisszeichnung der Vorder- und Rückseite des menschlichen Körpers. In einer gemeinsamen Sitzung können die Beschäftigten auf Flipcharts mit Farbstiften oder farbigen Klebepunkten auf der Vorder- und Rückansicht der Körperkarte die Stellen markieren, an denen bei ihrer Arbeit Schmerzen auftreten. Daraus ergibt sich eine Karte, auf der Trends in den bei den Beschäftigten auftretenden Symptomen erkennbar sind.

Verbreitete Symptome sind an sich abzeichnenden Mustern zu erkennen. Je mehr Markierungen an einer Stelle der Körperkarte vorhanden sind, d. h., je mehr Beschäftigte dieselben Symptome angeben, desto höher ist die Wahrscheinlichkeit, dass es sich um ein arbeitsbedingtes und kein einzelnes, individuelles Problem handelt. Am besten funktioniert diese Technik mit Gruppen von Beschäftigten, die gleiche oder ähnliche Arbeiten ausführen.

Durchführung einer Körper-Mapping-Sitzung

Materialien

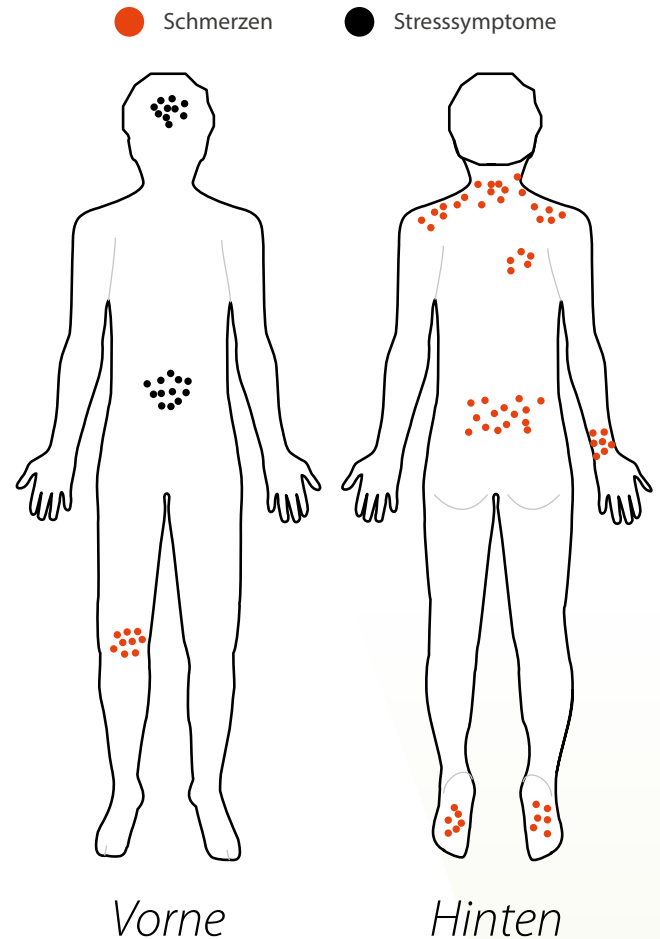
- Umrisse der Vorder- und Rückseite des Körpers (in Postergröße oder kleiner). (Anm.: Für eine große Körperkarte kann der Umriss einer auf dem Boden liegenden Person gezeichnet werden.)
- Von der EU-OSHA zum Herunterladen bereitgestellte Umrisse des männlichen und des weiblichen Körpers sind im Anhang zu diesem Infoblatt zu finden.
- Verschiedenfarbige Stifte oder Klebepunkte zum Markieren verschiedener Symptome. Zum Beispiel:
 - **Rot** für Schmerzen;
 - **Blau** für Schnittwunden und Prellungen;
 - **Grün** für Krankheiten;
 - **Schwarz** für Stresssymptome;
 - **Gelb** für Sonstiges.
- Flipcharts, Papier und Stifte für die Gruppenarbeit und Feedbackrunden, in denen die Teilnehmenden über die ausgefüllte Körperkarte diskutieren.

Ablauf

1. Kartieren der Symptome

Bitten Sie die Beschäftigten, auf der Körperkarte die Stellen, an denen Schmerzen auftreten, mit Klebepunkten oder Farbstiften zu markieren.

Bitten Sie jede Person um eine kurze Erläuterung, weshalb sie die betreffende Markierung an dieser Stelle angebracht hat. Notieren Sie die Antworten.



Bitten Sie die Teilnehmenden, nicht nur an Muskelschmerzen, sondern auch an andere Probleme wie Stresssymptome (z. B. Kopfschmerzen) oder Hitze- oder Kältegefühle zu denken, da auch diese einen Einfluss auf das MSE-Risiko haben können.

Die Körperkarte kann einen Hinweis darauf geben, ob ein Symptom nur eine Person oder, wenn sich Häufungen abzeichnen, alle Teilnehmenden betrifft.

2. Diskussion über die Symptome

Nachdem alle die Körperkarte mit ihren farbigen Punkten versehen haben, bitten Sie die Gruppe, sich die Karte gemeinsam anzusehen und darüber zu sprechen. Folgende Fragen könnten beispielsweise gestellt werden:

- Können Sie Häufungen oder Muster in der Verteilung der Punkte erkennen?
- Können Sie Unterschiede feststellen?
- Können Sie erkennen und erklären, was mögliche Muster in Hinblick auf Muskel- und Skelettbeschwerden wie Schmerzen oder chronische Krankheiten sind? (Die Karte kann durch Anmerkungen dazu ergänzt werden, womit die Muster in Zusammenhang stehen könnten.)

3. Gefährdungen identifizieren – was könnten Ihrer Meinung nach die Ursachen sein?

Nachdem die Symptome ermittelt worden sind, erörtern Sie mögliche Ursachen mit der Gruppe. Folgende Fragen könnten beispielsweise gestellt werden:

- Können Sie die verschiedenen Arten von Gefährdungen erkennen?
- Können Sie Muster oder Besonderheiten in den ermittelten Gefährdungen erkennen?

Notieren Sie die Antworten auf einem Flipchart. Dazu können Sie die Gruppe in kleinere Gruppen unterteilen, die dann jeweils der gesamten Gruppe berichten.

Nicht alle Ursachen müssen arbeitsbedingt sein, aber je mehr Beschäftigte dieselben Symptome angeben, umso wahrscheinlicher kommt die Arbeit oder das Arbeitsumfeld als ein Faktor in Betracht.

4. Lösungen und Maßnahmenprioritäten finden – können Sie Lösungen vorschlagen?

Lassen Sie die Gruppe abschließend darüber diskutieren, welche Lösungen vorgeschlagen und welche Prioritäten gesetzt werden könnten. Auch diese Diskussion kann in kleineren Gruppen geführt werden, die dann jeweils der ganzen Gruppe berichten.

Gefahren-Mapping

Das Gefahren-Mapping („Hazard Mapping“) ist eine ähnliche Form von Gruppenaktivität, um Informationen über Gefährdungen an einem Arbeitsplatz zu sammeln. Mit Farbstiften oder farbigen Klebepunkten markieren Beschäftigte die Gefährdungen auf einer Skizze ihres Arbeitsplatzes. Das Gefahren-Mapping hilft bei der Visualisierung ihres Arbeitsplatzes und der vorhandenen Gefährdungen.

Ablauf einer Gefahren-Mapping-Sitzung

Materialien

- Flipcharts und Papier.
- Farbstifte oder farbige Klebepunkte können folgendermaßen verwendet werden:

- Eine Möglichkeit ist, verschiedene Gefährdungen mit unterschiedlichen Farben zu markieren:

Rot für Gefährdungen durch die Gestaltung des Arbeitsplatzes (z. B. Ergonomie);

Blau für physikalische Gefährdungen (z. B. Lärm, Hitze);

Schwarz für psychosoziale Gefährdungen (z. B. Stress, Schichtarbeit);

Grün für chemische Gefährdungen;

Braun für biologische Gefährdungen.

- Eine andere Möglichkeit ist, sich stärker auf MSE zu konzentrieren:

Orange für Gefährdungen durch manuelle Tätigkeiten;

Gelb für sich wiederholende Tätigkeiten;

Rosa für Körperhaltungen (z. B. ungünstige oder statische Haltung);

Lila für kraftvolle Bewegungen;

Rot für Gefährdungen durch die Gestaltung von Aufgaben und Ausstattung (z. B. unergonomisch

Schwarz für Arbeitsorganisation und Stress (z. B. Tempo/Intensität, Pausen, Belastung/Anforderungen, Kontrolle über die Ausführungsmethoden).

Ablauf

Bitten Sie eine Gruppe von Beschäftigten, die an denselben Standorten arbeiten, ihren Arbeitsbereich zu skizzieren, einschließlich der Ausstattung des Bereichs, sich selbst und ihrer Kolleginnen und Kollegen. (Anm.: Falls ein Grundriss des Arbeitsbereichs verfügbar ist, kann er verwendet werden.) Bitten Sie die Teilnehmenden, Gefährdungen mit farbigen Klebepunkten oder Farbstiften zu markieren.

1. Den Arbeitsbereich kartieren

Weisen Sie die Teilnehmenden an, in der Gruppe gemeinsam:

- die räumliche Anordnung ihrer Arbeitsbereiche zu zeichnen;
- Mitarbeitende einzubeziehen (können als Strichmännchen eingezeichnet werden);
- vorhandene Gefahrenstellen einzuzeichnen;
- die Gefahrenstellen, z. B. heiße Oberflächen, zu beschriften;
- Gefährdungskategorien farbig zu markieren.



2. Über die Gefährdungen sprechen

Wenn die Karte fertig ist, bitten Sie die Beschäftigten um Anmerkungen dazu. Folgende Fragen könnten beispielsweise gestellt werden:

- Gibt es Muster oder gemeinsame Gefährdungen?
- Überrascht Sie etwas an dem, was Sie sehen?
- Wie kommen diese unterschiedlichen Gefährdungen zustande?
- Welches sind die größten oder wichtigsten Gefährdungen?

Notieren Sie die Antworten auf einem Flipchart.

Dazu können Sie die Gruppe in kleinere Gruppen unterteilen, die dann jeweils der gesamten Gruppe berichten.

3. Lösungen und Prioritäten für Maßnahmen finden – können Sie Lösungen vorschlagen?

Abschließend fragen Sie die Gruppe:

- Welche Lösungen können vorgeschlagen werden? Dazu können Sie eine Tabelle mit vier Titeln verwenden: „Gefährdung“, „Ursache“, „Wirkung“ und „Mögliche Maßnahmen“.
- Welche Prioritäten können gesetzt werden? (Welche Maßnahmen können beispielsweise hinsichtlich der wichtigsten Gefährdungen kurzfristig und langfristig eingeleitet werden?)



Beitrag zu Gefährdungsbeurteilungs- und Überwachungsprozessen

Die Mapping-Ergebnisse können von den Beschäftigten untereinander sowie von Sicherheitsausschüssen usw. erörtert werden. Wenn Mapping-Ergebnisse als Input für eine Gefährdungsbeurteilung herangezogen werden, kann das Mapping nach der Einführung von Präventionsmaßnahmen wiederholt werden, um deren Wirksamkeit festzustellen. Zwar können Mapping-Techniken einen Beitrag zur Gefährdungsbeurteilung leisten, doch sie sind kein Ersatz für eine förmliche Gefährdungsbeurteilung. Wichtig ist, dass auf die Ergebnisse dieser Verfahren reagiert wird und die Beschäftigten ein Feedback bekommen, damit sie wissen, dass ihre Ansichten und ihre Beteiligung begrüßt und berücksichtigt worden sind.

Durch einen Vergleich der Symptome von Beschäftigten, die im selben Bereich arbeiten oder die gleiche Tätigkeit ausüben, lassen sich gemeinsame Probleme ermitteln.

Diese können mit denen anderer Gruppen an derselben Arbeitsstätte verglichen werden, um festzustellen, wie sich die Probleme zwischen den Arbeitsstellen unterscheiden. Um eine geschlechtsspezifische Perspektive zu erhalten, können Mappings nur mit Gruppen von Frauen oder von Männern durchgeführt werden, deren Ergebnisse dann verglichen werden.

Mapping-Übungen sollten eine Abschlussrunde beinhalten, in der die Beschäftigten an der Erfassung der schwerwiegendsten Probleme und der Diskussion über Empfehlungen beteiligt werden. Die Einbeziehung der Beschäftigten in die Priorisierung und die Planung von Maßnahmen trägt dazu bei, dass Pläne entwickelt werden, die in der Praxis funktionieren.

Gewerkschaften und Mapping

Mapping-Techniken werden von Gewerkschaften bereits umfassend angewandt, da sie ihnen helfen, Sicherheits- und Gesundheitsfragen mit ihren Mitgliedern zu erörtern und Untersuchungsergebnisse vorzulegen, über die sie mit den Arbeitgebern verhandeln können. Gewerkschaften haben Mapping-Verfahren teilweise auch rückwirkend angewandt (und das kollektive Gedächtnis der Arbeitnehmer genutzt, um die Skizze eines Arbeitsplatzes anzufertigen, wie er früher ausgesehen hat), um einen Einblick in mögliche Zusammenhänge zwischen der Arbeit und chronischen Krankheiten mit langer Latenzzeit wie Krebs zu erhalten.

Beispiele für Mapping-Übungen, die Gewerkschaften mit Gruppen von Arbeitnehmern durchgeführt haben

Reinigungskräfte einer Spätschicht

Es zeigte sich eine Häufung von Schmerzen in den Handgelenken und im unteren Rücken. Nach einer Diskussion über gemeinsame Symptome wurde festgestellt, dass in der Vergangenheit elektrische Bohnermaschinen entweder auf jeder Etage und in jedem Gebäude vorhanden waren oder dass sie jeweils von zwei Reinigungskräften oder einer Reinigungskraft und einem Hausmeister nach oben oder unten getragen worden waren. Eine Änderung der Abläufe hatte dazu geführt, dass weniger Geräte vorhanden waren, sodass sie häufiger getragen werden mussten, auch treppauf und treppab, manchmal auch von einer Reinigungskraft alleine.

Eine Gruppe von Lehrkräften

Eine Mapping-Übung ergab, dass Schmerzen im Handgelenk, überanstrengte Augen und Schmerzen im unteren Rücken gehäuft auftraten. Es lag nahe, dass dies auf den vermehrten Einsatz von Computern und die gemeinsame Nutzung von Computerarbeitsplätzen zurückzuführen war, sodass ergonomische Probleme auftraten. Veränderungen wurden vorgenommen und Anleitungen, Mousepads und höhenverstellbare Stühle bereitgestellt.

Hausmeister und Küchenpersonal

Bei Küchenpersonal und Hausmeistern ergab eine Mapping-Übung, dass bei allen ähnliche Symptome wie Ermüdung und Schmerzen in den Unterschenkeln und speziell bei Hausmeistern Müdigkeit, generelle Schmerzen und Kopfschmerzen auftraten. In der Kantine wurden Aufgaben umverteilt, sodass alle Beschäftigten, die ständig stehen mussten, zwischendurch abgelöst wurden. Für die Hausmeistertätigkeiten wurde ein Zeitplan eingeführt, um die Belastung über die ganze Woche zu verteilen.

Anwendung von Mapping-Techniken in Schule und Ausbildung

Ein Körper-Mapping ist ein gutes Verfahren zur Sensibilisierung, das sich sowohl im Unterricht als auch bei jungen Arbeitnehmern, die sich mit dem Faktor Arbeit als möglichem Schmerzverursacher noch nicht auskennen, gut anwenden lässt.

Die Techniken sind vielseitig und auf unterschiedliche Weise einsetzbar. Ideen für die Anwendung von Körper-Mapping und Risiko-Mapping im Unterricht:

- Die Lernenden werden gebeten, auf einer Karte des Klassenraums zu markieren, wodurch Schmerzen verursacht werden können, z. B. Stühle oder Taschen.
- Die Lernenden werden gebeten, auf einer Körperkarte zu markieren, wo bei ihnen nach einem Schultag Schmerzen auftreten.

Eine andere Methode ist eine Veranstaltung mit Lernenden nach ihrer Teilnahme an einer beruflichen Fortbildung. Die Lernenden erstellen gemeinsam auf selbst angefertigten Skizzen der Arbeitsplätze „Risiko-Karten“ der Gefährdungen, mit denen sie bei ihrer Arbeit konfrontiert waren. Anhand der Risiko-Karten erstellen sie Listen von Gefährdungen. Danach legen sie eine Rangfolge fest, indem sie z. B. die drei größten Gefährdungen auswählen und ihre Entscheidung begründen. Dann wird gemeinsam nach Lösungen gesucht, um die identifizierten Gefährdungen zu beseitigen. Anschließend werden die Lernenden gebeten, der Klasse ihre Risiko-Karte vorzustellen. Mit dieser Methode werden Kinder und Jugendliche ermutigt, miteinander über Sicherheitsfragen zu sprechen und nach kollektiven Lösungen für die festgestellten Probleme zu suchen.

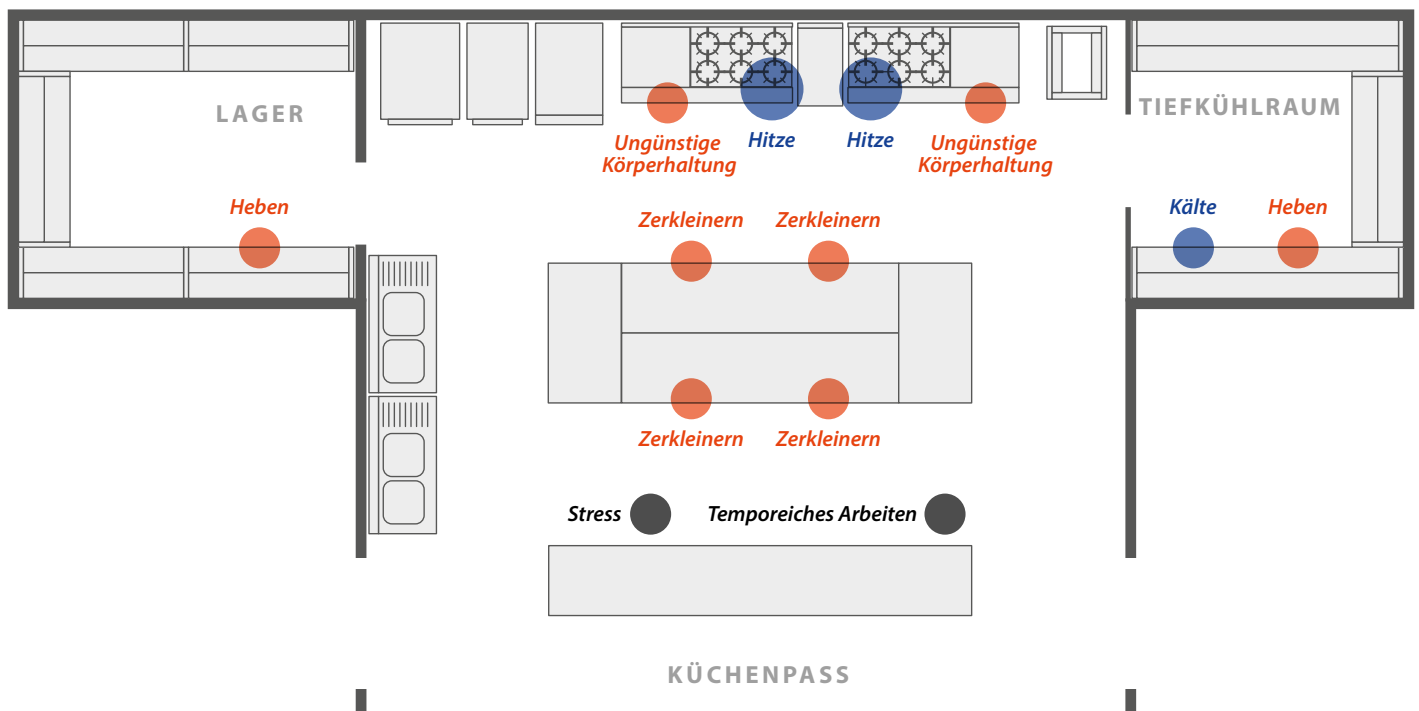
Die Technik kann auch bei jungen Pflegekräften angewandt werden. Die Pflegekräfte bekleben sich gegenseitig mit „Aua“-Klebeplätzen, um die mit verschiedenen Tätigkeiten assoziierten Schmerzen sichtbar zu machen. Nachdem auf diese Weise gemeinsame Probleme, z. B. im Schulterbereich, aufgezeigt und erkannt worden sind, kann sich die Diskussion um Fragen wie „Was verursacht diese Schmerzen?“ und „Wie können wir sie verhindern?“ drehen.



Auf der Napo-Website findet sich ein einfacher Plan für eine Unterrichtsstunde auf der Grundlage von Körper-Mapping. „Schütze deinen Körper mit Napo – Rücken“ zum Einsatz bei Grundschulkindern kann heruntergeladen werden unter:

<https://www.napofilm.net/de/learning-with-napo/napo-for-teachers/be-body-wise-napo-back>

Beispiel für eine Gefahrenkarte



Nutzen und Schwächen von Mapping-Techniken

Die Einbeziehung von Mappings der Beschäftigten in Gefährdungsbeurteilungs- und Überwachungsprozesse bietet vielfachen Nutzen.

So kann Körper-Mapping beispielsweise:

- Daten liefern,
- das Wissen und die Erfahrung der Beschäftigten nutzen,
- Arbeitnehmer interaktiv einbeziehen,
- Arbeitnehmer in die Beurteilung und Überwachung von Gefährdungen einbeziehen,
- sensibilisieren, indem Beschäftigte zum Nachdenken über ihren Arbeitsplatz angeregt werden,
- helfen, zwischen arbeitsbedingten und nicht arbeitsbedingten Problemen zu unterscheiden,
- im Unterricht und in der Berufsbildung sowie an Arbeitsstätten eingesetzt werden,
- bei Problemen mit unbekannter Ursache hilfreich sein,
- besonders hilfreich bei Lese- oder Sprachproblemen sein; die vielseitige Methode kann an die Erfordernisse der jeweiligen Gruppe von Arbeitnehmer angepasst werden.

Die Methode hat aber auch einige Schwächen, die zu beachten sind:

- Eine sorgfältige und wirksame Durchführung ist zeitaufwendig.
- Körper-Mapping kann als aufdringlich oder zu persönlich empfunden werden und bei manchen Beschäftigten Unbehagen verursachen. Eine Alternative besteht darin, einige Tage vor der Übung z. B. in einem Aufenthaltsraum Poster aufzuhängen und die Beschäftigten zu bitten, einzeln Markierungspunkte auf der Karte anzubringen. Damit haben sie die Möglichkeit, einen Moment zu wählen, in dem sie allein sind.
- Die Beschäftigten müssen Vertrauen haben und sicher sein, dass die Ergebnisse nur zur kollektiven Gefährdungsbeurteilung verwendet werden und nicht zu einer Überwachung oder Bewertung der Gesundheit einzelner Personen.

Anleitungen und weitere Informationen

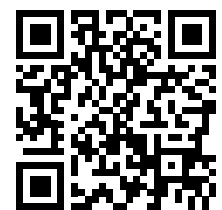
- Health and Safety Executive, 'Body mapping tool' (<http://www.hse.gov.uk/msd/pdfs/body-mapping-questionnaire.pdf>).
- Victorian Trades Hall Council, Occupational Health and Safety Training Unit, body mapping guidance (<http://www.ohsrep.org.au/tool-kit/ohs-reps-@-work-mapping-/part-1-body-mapping>).
- *Hazards Magazine*, DIY research resources interactive hazards detective tool (<http://www.hazards.org/diyresearch/>).
- Health and Safety Executive, 'Slips and trips mapping tool' (<https://www.hse.gov.uk/slips/mappingtool.pdf>).
- Health and Safety Authority, 'Mapping hazards to control slips, trips and falls' (https://www.hsa.ie/eng/Topics/Slips_Trips_Falls/High-risk_Areas/Mapping_Hazards/).
- Irish Congress of Trade Unions, *Using Workplace and Body Mapping Tools* (https://www.ictu.ie/download/pdf/health_safety_risk_map.pdf).
- Trades Union Congress, Health and Safety and Organising – A guide for reps (<https://www.tuc.org.uk/sites/default/files/TUC%2025951%20Health%20and%20Safety%20Organising%20Report%20v4%20Lo-res.pdf>). Enthält Anleitungen für Gewerkschaften zum Mapping.
- International Labour Organisation, *Barefoot Research – A worker's manual for organising on work security* (<https://www.ilo.org/public/english/protection/ses/info/publ/2barefoot.htm>).
- Wigmorising website sections on body and workplace mapping (<https://www.wigmorising.ca/>).

Material der EU-OSHA

- *Arbeitnehmerbeteiligung im Bereich Sicherheit und Gesundheitsschutz bei der Arbeit – Praxisleitfaden* (<https://osha.europa.eu/de/publications/worker-participation-occupational-safety-and-health-practical-guide/view>). Dieser Leitfaden enthält allgemeine Hinweise zur Einbindung von Arbeitnehmern.
- „Gesprächseinstieg Nr. 7: Mithilfe von Body Mapping Daten über frühe Symptome von MSE sammeln“, in *Mögliche Einstiege für Gespräche über Muskel- und Skeletterkrankungen am Arbeitsplatz* (<https://osha.europa.eu/de/tools-and-publications/publications/conversation-starters-workplace-discussions-about/view>). Dies ist eine Übung zur Diskussion über die Anwendung von Körper-Mapping.
- Napo-Schulungsmaterial: „Know the early signs of MSDs“ (<https://www.napofilm.net/de/learning-with-napo/napo-in-the-workplace/know-early-signs-msds-0>). Gehört zum Napo-Toolkit „Muskel- und Skeletterkrankungen verstehen“. Es enthält Anleitungen für eine Mapping-Übung in der Gruppe in Verbindung mit einem kurzen Napo-Film.
- OSHwiki ‘Body mapping for MSDs – using individual body maps’ (https://oshwiki.eu/wiki/Body_mapping_for_MSDs_-_using_individual_body_maps).
- OSHwiki, ‘Hazard mapping and MSDs’ (https://oshwiki.eu/wiki/Hazard_mapping_and_MSDs).

Quellen für Körperskizzen für das Körper-Mapping

- EU-OSHA, Umrisse des männlichen und weiblichen Körpers zum Herunterladen – siehe Anhang zu diesem Infoblatt
- Vorlagen für Körperumrisse: <https://osha.europa.eu/de/tools-and-publications/publications/healthy-workers-thriving-companies-practical-guide-wellbeing/view> (Annex 2).
- Clipart Library, kostenlos verfügbare Körperumrisse: <http://clipart-library.com/person-outline.html>
- Unite the Union, *Negotiators’ Guide – Women’s health, safety and well-being at work* (<https://unitetheunion.org/media/1480/womens-health-safety-well-being-at-work-unite-guide.pdf>). Enthält Körperkarten für Kassenpersonal und Fahrer.



www.healthy-workplaces.eu