

SICHERHEITS-NEWSLETTER Ausgabe 4, Mai 2003 der Berufsbildenden Schule Bad Neuenahr-Ahrweiler

Liebe Schülerinnen und Schüler,
liebe Kolleginnen und Kollegen,
nachfolgend der aktuelle Sicherheits-NEWSLETTER. Der NEWSLETTER informiert Sie
regelmäßig und kostenlos über Neuigkeiten und
Interessantes rund um Gesundheit, Arbeitssicherheit, Erste-Hilfe, Energiesparen,
Umweltschutz und Aktuelles aus Ihrer
Schule.

Der BBS-Sicherheits-Newsletter erscheint alle 4 Wochen.

Viel Spaß beim Lesen!
Guido Höfer, Redaktion

Sicherheits-NEWSLETTER 4, Mai 2003

Inhalt der Ausgabe 4

Editorial

1. NEWS - Der neue Newsletter 4
2. Fit in den Frühling
3. Radfahren in der Natur
4. Energiespartipps
5. Auflösung des 1. Gewinnspiels
6. Mach mit - Gestalte den Newsletter
7. Impressum
8. Hinweise zum An- und Abmelden
9. Vorschau

Editorial

Eine Maitour auf einem geputzten Fahrrad durch die Natur, was gibt es schöneres?
Wie das geht!? Lesen Sie den Newsletter.

1. NEWS - Der neue Newsletter 4

Die 4. Ausgabe des Sicherheits-Newsletters dreht sich rund um´s Rad. Die Website
"BBS news" hat ein neues Outfit erhalten. Schauen Sie mal rein. Die Website bietet
neben der Unterstützung des Newsletters auch aktuelle Informationen und Aktionen
rund um das Schulleben der BBS Bad Neuenahr-Ahrweiler. Die Gewinner des ersten
Gewinnspiels stehen fest. Mehr unter "Auflösung Gewinnspiel"
An dieser Stelle möchte ich die Neu-Abonnenten begrüßen. Auf der Website "BBS
news" unter "Newsletter" finden Sie alle bisher veröffentlichten Newsletter.
Gesundheit und Arbeitssicherheit geht uns alle an!

Ihr

2. Fit in den Frühling

Fahrradfahrer teilen sich in zwei große Gruppen auf: Die einen steigen in der kalten Jahreszeit auf Auto, Bus oder Bahn um, die anderen radeln auch bei Eiseskälte unbeeindruckt durch den Schnee.

Eines haben beide Radfahrertypen jedoch gemeinsam - nach den harten Wintermonaten ist eine gründliche Durchsicht der Fahrradtechnik Pflicht. (dpa/gms, 28.02.2003) - Egal ob der Kellerstaub sich in alle Ritzen gesetzt hat oder der Schmutz des Winters den Lack verunziert - Putzen ist ein Muss. Dabei gilt jedoch eine eiserne Regel: "Finger weg vom Hochdruckreiniger", warnt Karsten Klama, Sprecher des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Clubs (ADFC) in Bremen. "Das Wasser würde dabei an Stellen vordringen, an denen es nichts zu suchen hat." Das gilt besonders für die Lager, die auf diese Weise beschädigt werden können. Stattdessen ist traditionelles Putzen mit Schwamm und Lappen angezeigt. Anschließend sollten Lack- und kleinere Rostschäden beseitigt werden, rät der Auto Club Europa (ACE) in Stuttgart. Gegen neuen Rostfraß hilft ein Rostschutzmittel. Etwas darüber getupfter oder gestrichener Lack sorgt wieder für eine ansprechende Optik.

Dann geht es an die Technik. Siegfried Neuberger, Geschäftsführer des Zweirad Industrie-Verbandes (ZIV) in Schwalbach/Taunus rät, sich die Bremsen und die Felgen genauer anzusehen. Sind bei Felgenbremsen die Bremsklötze weit abgenutzt, müssen sie ausgetauscht werden. Wenn das Fahrrad oft benutzt wurde, kann durch das viele Bremsen auch das Material der Felgen selbst so weit abgenutzt sein, dass ein Austausch an der Zeit ist. Wer auf Nummer Sicher gehen will, lässt das von einer Fachwerkstatt kontrollieren, rät Neuberger.

Ein prüfender Blick sollte auch der Kette gelten. "Ist sie schwergängig", so Neuberger, "wird sie mit einem guten Kettenfett behandelt." Auch die Bowdenzüge sollten etwas Schmiermittel erhalten und mit Öl versorgt werden. Wenn es Probleme mit der Schaltung gibt, sollten Laien hingegen am besten den Fachmann ans Werk gehen lassen.

Obwohl im Frühjahr die Tage wieder länger geworden sind, muss auch die Beleuchtung rundherum funktionieren. Dabei sind Reflektoren an Rücklicht, Pedalen und zwischen den Speichen zu säubern und bei Bedarf zu erneuern, so der ACE. "Bei der Überprüfung der Beleuchtung sollte es zumindest eine Überlegung wert sein, ob man sich eine moderne Lichtanlage zulegen will", meint ADFC-Sprecher Klama. So bieten Anlagen mit einer Standlichtfunktion zum Beispiel beim Halt an der Ampel zusätzliche Sicherheit.

Eine Neuanschaffung kann auch bei den Reifen an der Zeit sein. "Bei der ohnehin notwendigen Luftdruckkontrolle lässt sich überprüfen, ob die Reifen womöglich über Winter spröde geworden sind und Risse aufweisen", sagt Siegfried Neuberger.

Wichtig ist auch nachzuschauen, ob die Reifen noch genügend Profil haben. Karsten Klama weist darauf hin, dass beim Aufpumpen der Reifen nicht an Luftdruck gespart werden sollte: 4 bis 5,5 bar müssen es sein. Zum einen fährt es sich mit dem hohen Druck leichter, zum anderen sind die Reifen besser vor Schäden geschützt. Spitze Gegenstände wie beispielsweise Scherben bleiben in prall aufgepumpten Reifen nicht so gut stecken.

Info Tour-de-AHR-Projektleitung oder www.adfc.de

3. Radfahren in der Natur

Unbestritten ist das Fahrrad ein umweltfreundliches Verkehrsmittel und bietet unter ökologischen Aspekten viele Vorteile gegenüber dem motorisierten Verkehr. Leider verursacht die immer größer werdende Schar der Fahrradliebhaber auch unangenehme Umweltprobleme. Wachsende Verkaufsraten, besonders im Bereich der Mountain-Bike- und All-Terrain-Bike-Modelle, verdeutlichen zwar die Beliebtheit dieser Fahrradtypen; jedoch verlocken sie gerade aufgrund ihrer baulichen Konstruktion zum Fahren in Naturgebieten, außerhalb des örtlichen Wege- und Straßennetzes. Dies kann bei mangelnder Rücksichtnahme der Radfahrer aber zu schweren Schädigungen der örtlichen Tier- und Pflanzenwelt führen.

- nur auf befestigten Wegen (z.B. Forststraßen) fahren, um Bodenerosion zu vermeiden.
 - auf allen gemeinsamen Wegen mit Wanderern diesen erhöhte Aufmerksamkeit schenken, die Geschwindigkeit reduzieren und ständig bremsbereit sein.
- Deshalb, Fairness gegenüber der Natur. Wer auf befestigten Wegen bleibt, schont Tiere und Pflanzen.

Info Tour-de-AHR-Projektleitung

4. Energiespartipps

Beleuchtung - nicht unnötig, aber ausreichend!

Die Tage werden jetzt zwar länger, aber "elektrische Beleuchtung" ist immer noch ein Thema, vor allem für bemitleidenswerte frühauftretende Schüler und Lehrer, die auch noch bis tief in die Nacht über ihren Hausaufgaben und Vorbereitungen brüten. Hier eine Checkliste für einen sparsamen, aber auch gesunden Einsatz von Beleuchtung und dem damit verbundenen Energieverbrauch - zu Hause und in der Schule:

1. Brennt dort Licht, wo es nicht benötigt wird (leere Klassen, Flure, nicht genutzte Räume)?
2. Wird das Licht in Pausen regelmäßig ausgeschaltet?
(Entgegen einer landläufigen Meinung lohnt es sich bereits ab wenigen Minuten Pause das Licht auszuschalten, Berechnungen hierzu hat z.B. Greenpeace angestellt)
3. Sind alle Leuchten sauber?
4. Kann man eventuell Lampen entfernen, ohne dass Dunkelzonen entstehen bzw. die empfohlene Beleuchtungsstärke unterschritten wird (siehe hierzu die untenstehende Tabelle)?
5. Können Energiesparlampen eingesetzt werden?
6. Sind die Lichtschalter markiert (z.B. sinnvoll in Schulen, Büros,...wenn mehrere Lichtleisten getrennt geschaltet werden können, um die Fensterleiste auszuschalten)?
Aber wie bereits erwähnt, nicht übertreiben mit dem Sparen, denn Licht ist "Energie für den Körper"

Wo das Tageslicht nicht ausreicht, muss es durch ausreichende künstliche Beleuchtung ergänzt werden (Tabelle s.u.)

Höhere Beleuchtungsstärken haben laut einer Studie der Technischen Universität Ilmenau eine bessere Leistung und eine geringere Ermüdung zur Folge.
(Leider wurde die Untersuchungen nur an typischen Industriearbeitsplätzen durchgeführt - nicht aber an Schulen.)

Richtwerte für Beleuchtungsstärken (Quellen: DIN 5035 und FGL)

Flure, Treppen, Toiletten - 100 LUX

Sammlungsräume, Sporthalle, Mensa, Wohnzimmer - 200 LUX

Unterrichtsräume, Mehrzweckräume - 300 LUX

Büro, Labor, Bibliothek - 300 - 1000 LUX

Zeichenbüro, Fertigung elektronischer Bauteile - 1000 - 2000 LUX

Noch ein Tipp zum Schluss

Am stärksten trägt natürliches Tageslicht zum Wohlbefinden bei.

Also PC aus, Fernseher aus, Stereoanlage aus und raus in die Natur!

Ihr

Volker Speicher

5. Auflösung Gewinnspiel

In unserem Newsletter EXTRA veranstalteten wir unser erstes Gewinnspiel. Die richtige Lösung war: Ein Fuchs!!! Aus den vielen richtigen Einsendungen wurden die Gewinner per Los ermittelt. Je eine CD-ROM Falk Reiseplaner kompakt haben M. Betzing und E. Wind gewonnen. Herzlichen Glückwunsch! Newsletter lesen lohnt sich!

Die Preisverleihung findet am 6.05.2003 um 13:15 Uhr im Schulbüro statt!

Guido Höfer

6. Mach mit - Gestalte den Newsletter

Dieser NEWSLETTER soll ein Forum für Gesundheit und Arbeitssicherheit sein. Diese Themen gehen uns alle an. Darum möchte ich alle Leser aufrufen, an diesem Newsletter mitzuarbeiten. Themenvorschläge, Gestaltungstipps, Verbesserungsvorschläge und Leserbriefe z. B. über sicherheitsrelevante Erlebnisse aus dem Betriebsalltag sind ebenso erwünscht wie konstruktive Kritik. Vielen Dank für Ihre Mitarbeit.

Guido Höfer, Sicherheitsbeauftragter der BBS
guido.hoefler@bbs-ahrweiler.de

7. Impressum

Redaktion: Guido Höfer

Berufsbildende Schule

Kreuzstr. 120

53474 Bad Neuenahr-Ahrweiler

Tel. 02641 9464-0

Feedback bitte an: bbs-news@bbs-ahrweiler.de

Erscheinungsweise: Monatlich
Copyright 2003
<http://www.bbs-ahrweiler.de>

Disclaimer

Alle Rechte vorbehalten. Insbesondere dürfen Nachdruck, Aufnahme in Online-Dienste und Internet und Vervielfältigung auf Datenträger wie CD-ROM, DVD-ROM etc. nur nach vorheriger schriftlicher Zustimmung der Herausgeber erfolgen. Der Herausgeber haftet nicht für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Für die Inhalte verlinkter Websites sind deren Betreiber verantwortlich. Sollten deren Inhalte gegen Rechte Dritter verstoßen, werden wir diese Links entfernen, sobald wir davon Kenntnis erlangen. Für die Inhalte verlinkter Internetseiten übernehmen wir keine Verantwortung.

8. Hinweise zum An- und Abmelden

Um den Newsletter zu erhalten oder an Interessierte (Mitschüler, Eltern, Arbeitgeber(innen), Ausbilder(innen), Kolleg(innen), usw.) weiterzuleiten, senden Sie bitte eine eMail an sicherheit@bbs-ahrweiler.de mit dem Betreff: NEU
Um den Newsletter abzubestellen senden Sie bitte eine eMail an sicherheit@bbs-ahrweiler.de Betreff: Abmelden

9. Vorschau auf die nächsten Ausgaben

Sonnenbrand!
Leserbriefe?
Kritik?