

Sicherheitsregeln

für Zeitungs-, Anzeigenblatt-, Brief- und Prospektzusteller

Mit den folgenden Sicherheitsregeln möchten wir Sie auf Verhaltensweisen hinweisen, um Unfallgefahren, die immer wieder zu schweren Verletzungen führen können, zu vermeiden.

1. Kleidung und Schuhwerk

1.1 Kleidung

Grundsätzlich sollte zweckmäßige Kleidung getragen werden.

Zweckmäßig heißt:

- Sie muss das körperliche Wohlbefinden gewährleisten.
- Die Kleidung muss den Witterungsverhältnissen angepasst sein und ausreichenden Schutz gegen Nässe gewähren.
- Sie muss gut sichtbar sein, d.h. hell und mit möglichst reflektierenden Flächen.
- Die Kleidung darf bei der Ausübung der Tätigkeit nicht hinderlich sein.

1.2 Schuhwerk

Richtiges Schuhwerk ist bei der Zustellung besonders wichtig.

Auf folgende Aspekte ist bei der Auswahl von Schuhwerk zu achten:

- Der Schuh sollte fest am Fuß sitzen.
- Frauen sollten auf flache Absätze achten, um so ein Umknicken und Stolpern zu vermeiden.
- Griffige Sohlen sollten eine Selbstverständlichkeit sein.

2. Transportmittel und Verhalten im Straßenverkehr

Auf die Einhaltung folgender Verhaltensregeln im Straßenverkehr sollte auch der routinierteste Zusteller immer achten:

- Die Straße sollte möglichst im rechten Winkel und auf dem kürzesten Weg überquert werden. Falls ein Fußgängerüberweg vorhanden ist, sollte dieser auch benutzt werden.
- Vor Überquerung der Straße unbedingt nach links und rechts schauen. Besondere Vorsicht gilt bei verdeckter Sicht durch Fahrzeuge, Schilder usw.
- Nicht nur der fließende Verkehr, sondern auch glatte und unebene Wege können gefährlich sein.

2.1 Zu Fuß

- Zusteller, die zu Fuß unterwegs sind, benutzen in der Regel Umhängetaschen. Diese behindern nicht die freie Bewegung der Hände, die für die sichere und schnelle Ausübung der Verteiltätigkeit notwendig ist.
- In der Dunkelheit sind Zusteller auch mit auffälliger Kleidung teilweise nur schwer zu erkennen. Ist kein Fußweg vorhanden, sollte man die linke Straßenseite benutzen, um so auf entgegenkommenden Verkehr reagieren zu können.
- Besondere Aufmerksamkeit ist beim Begehen von Baustellen geboten.
- Eine Taschenlampe sollte stets griffbereit sein.

2.2 Mit dem Fahrrad

Sind wegen der Ausdehnung des Zustellbezirkes größere Entfernungen zurückzulegen, hat sich der Einsatz von Fahrrädern als Transportmittel bewährt. Ein Fahrrad muss immer verkehrssicher sein. Daher sind folgende Hinweise zu beachten:

- Reifenprofil, Luftdruck und Bremsen müssen regelmäßig überprüft werden.
- Fahrradlampe und Rückstrahler mit Batteriebetrieb sind von Vorteil, da sie auch am stehenden Fahrrad leuchten. Nicht nur das Sehen, sondern auch das Gesehenwerden kann lebenswichtig sein.
- Funktionstüchtige Speichenreflektoren sowie reflektierende Abstandhalter dienen der Sicherheit.
- Für das Parken schwer beladener Fahrräder eignet sich ein Mittelständer.
- Die Sattelhöhe sollte so eingestellt sein, dass man problemlos auf- und absteigen kann.

- Für kurze Zustellungswege sollte bei Fahrrädern mit Gangschaltung immer der leichteste Gang gewählt werden.
- Zur eigenen Sicherheit sollte ein GS-Geprüfter Helm getragen werden.
- Da beim Zustellen häufig das geringe Fahrtempo die Balance erschwert, sollte auf einen niedrigen Lastschwerpunkt, sowie eine gleichmäßige Beladung geachtet werden.
- Beidseitig angebrachte Satteltaschen, sowie das beidseitig gleichmäßige Entladen haben sich hier bewährt. Das Anhängen von Transportgut am Lenker sowie das Fahren mit Schultertasche sollte vermieden werden.
- Falls Radwege vorhanden sind, müssen diese benutzt werden.

3. Gefahren in Gebäuden

In Gebäuden ereignen sich leider immer wieder Unfälle durch Stolpern, Ausrutschen oder Stürzen. Nachfolgende Hinweise dienen der Sicherheit der Zusteller:

- Zusteller kommen oft in Gebäudeflure, die schlecht beleuchtet sind. Deshalb sollte nach der Betätigung des Lichtschalters immer so lange gewartet werden bis sich die Augen an die Lichtverhältnisse gewöhnt haben. Es besteht die Gefahr, dass ansonsten nicht versenkte Fußmatten, achtlos abgestellte Gegenstände oder nasser Boden zu spät erkannt werden.
- Die Gefahren beim Treppensteigen sind nicht zu unterschätzen. Immer wieder kommt es vor, dass Treppen beschädigt sind (lose Beläge, herausgebrochene Kanten). Die Benutzung des vorhandenen Handlaufes ist daher unbedingt ratsam.

4. Kalte Jahreszeit

Bei Schnee, Eisglätte und überfrierender Nässe steigt das Unfallrisiko. Da die Zeitungszustellung zu einem Zeitpunkt erfolgt, zu dem der Räumdienst noch nicht abgeschlossen ist, gilt besondere Vorsicht.

Für diese Witterungsverhältnisse ist es ratsam, nebst angepasstem Schuhwerk, auch überziehbare Spikes mitzuführen. Diese können bei Bedarf kurzfristig angelegt werden.

5. Gefährdung durch Hunde

„Der Hund ist der beste Freund des Menschen“. Zusteller machen da häufig andere Erfahrungen. Achten Sie auf folgende Verhaltensregeln:

- Betreten Sie bitte keine Anwesen, in denen Sie freilaufende Hunde vermuten.
- Stecken Sie das Zustellgut von außen in den Briefkasten. Sollte dies nicht möglich sein, informieren Sie bitte ihren Personaldisponenten.
- Zur Abwehr von Hundeangriffen hat sich Pfefferspray sehr gut bewährt.
- Sprechen Sie mit dem Hundehalter und suchen Sie gemeinsam nach einer Problemlösung.

6. Notsituation

Es ist sinnvoll, ein Handy bei sich zu tragen, um jederzeit den Notruf erreichen zu können. Zusätzlich können Sprays, Trillerpfeife und Alarmgeräte hilfreich gegen Angreifer und Belästigung sein.

Im Interesse Ihrer eigenen Sicherheit sollten diese Verhaltensregeln tägliche Wegbegleiter bei Ihrer Zustelltätigkeit sein. Gerne können Sie sich an uns wenden, wenn Sie Sicherheitsbedarf, wie Schuh-Spikes, reflektierende Leuchtbänder, Taschenlampen, etc. benötigen. Wenden Sie sich bitte in diesem Fall oder bei weiteren Fragen zur Sicherheit an Ihren zuständigen Personaldisponenten oder Regionalleiter.

Wir wünschen Ihnen eine jederzeit unfallfreie Zustellung!