



Lucrul în mod sigur și sănătos  
**Protecția muncii în Germania – cele mai  
importante aspecte pe scurt.**

Sicher und gesund arbeiten  
**Arbeitsschutz in Deutschland – das Wichtigste  
im Überblick.**

## Impresum

### Autor

Landesinstitut für Arbeitsschutz  
und Arbeitsgestaltung Nordrhein-Westfalen (LIA)  
Gesundheitscampus 10  
44801 Bochum  
Telefon: +49 211 3101 1133  
Telefax: +49 211 3101 1189

info@lia.nrw.de

www.lia.nrw

### Design și ilustrații

MediaCompany – Agentur für Kommunikation GmbH

LIA este o instituție a landului Renania de Nord-Westfalia și aparține domeniului de activitate al Ministerului pentru Muncă, Sănătate și Afaceri Sociale al landului Renania de Nord-Westfalia.

Reproducerea și multiplicarea, chiar și parțială, este permisă numai cu aprobarea LIA.

**Bochum, mai 2022**

## Impressum

### Herausgeber

Landesinstitut für Arbeitsschutz  
und Arbeitsgestaltung Nordrhein-Westfalen (LIA)  
Gesundheitscampus 10  
44801 Bochum  
Telefon: +49 211 3101 1133  
Telefax: +49 211 3101 1189

info@lia.nrw.de

www.lia.nrw

### Gestaltung und Illustrationen

MediaCompany – Agentur für Kommunikation GmbH

Das LIA ist eine Einrichtung des Landes Nordrhein-Westfalen und gehört zum Geschäftsbereich des Ministeriums für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen.

Nachdruck und Vervielfältigung, auch auszugsweise, nur mit Genehmigung des LIA.

**Bochum, Mai 2022**

Informationen auf Deutsch und Rumänisch.

Die Informationen zum Arbeitsschutz in Deutschland gibt es auch in weiteren Sprachen:

**[www.lia.nrw/ueberblick-arbeitsschutz](http://www.lia.nrw/ueberblick-arbeitsschutz)**

## Protecția muncii în Germania - cele mai importante aspecte pe scurt.

Atunci când sunteți angajat în cadrul unei companii din Germania, sunteți protejat de legea privind protecția muncii. Se aplică: fiecare angajatoare și angajator este obligată/obligat să protejeze sănătatea și siguranța angajaților. Acest lucru presupune asigurarea faptului că nu se produc accidente la locul de muncă și că prin activitatea de lucru nu rezultă pericole pentru sănătatea dumneavoastră. Locul dvs. de muncă trebuie să fie organizat sigur și în mod optim pentru sănătate.

În schimb, dumneavoastră, în calitate de angajată sau angajat, sunteți obligată/obligat să respectați dispozițiile cu privire la protecția muncii. Fără colaborarea dvs., protecția muncii nu poate fi asigurată.

## Arbeitsschutz in Deutschland – das Wichtigste im Überblick.

Wenn Sie in einem Unternehmen in Deutschland beschäftigt sind, schützt Sie das Arbeitsschutzgesetz. Darin steht: Jede Arbeitgeberin und jeder Arbeitgeber ist dazu verpflichtet, die Sicherheit und Gesundheit der Beschäftigten zu schützen. Das heißt, dafür zu sorgen, dass keine Unfälle auf der Arbeit passieren und durch die Arbeit keine Gefährdungen für Ihre Gesundheit entstehen. Ihr Arbeitsplatz muss sicher und gesundheitsgerecht gestaltet sein.

Im Gegenzug sind auch Sie als Arbeitnehmerin oder Arbeitnehmer dazu verpflichtet, die Vorschriften zum Arbeitsschutz einzuhalten. Ohne Ihre Mitarbeit funktioniert der Arbeitsschutz nicht.

## Ce trebuie să facă angajatoarea sau angajatorul dumneavoastră?

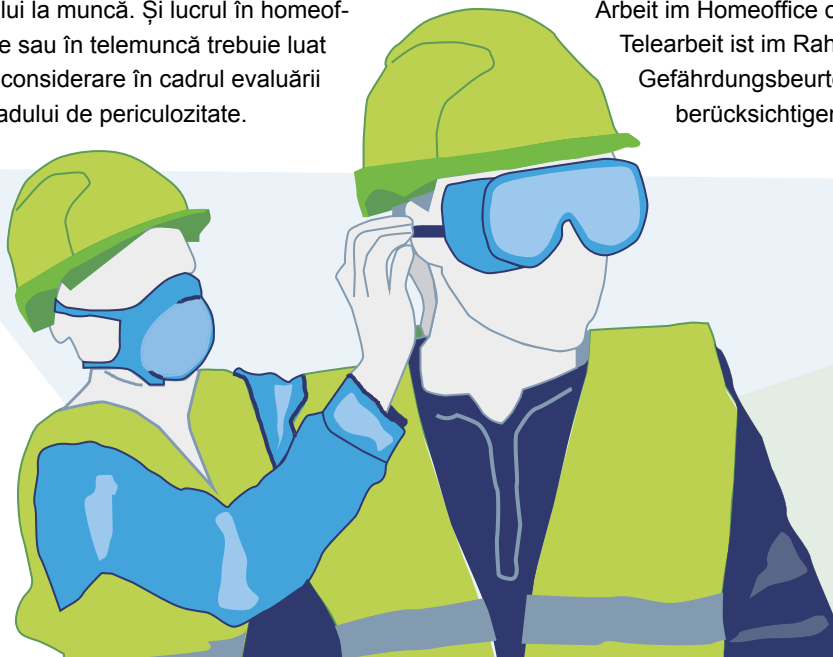
### Pericole

Angajatoarea sau angajatorul trebuie să vă protejeze împotriva pericolelor de la locul de muncă. Aceasta sau acesta trebuie să verifice dacă la locul dvs. de muncă există sau pot apărea pericole pentru sănătatea dumneavoastră. Pericolele pot să apară, de exemplu, de la lipsa dispozitivelor de siguranță împotriva căderii, de la manipularea substanțelor periculoase, de la agenți patogeni (bacterii ciuperci, virusuri, paraziți sau altele similare), utilaje nesigure sau neverificate, praf, zgomot sau stres psihic - cum ar fi presiunea timpului la muncă. Și lucrul în homeoffice sau în telemuncă trebuie luat în considerare în cadrul evaluării gradului de pericolozitate.

## Was muss Ihre Arbeitgeberin oder Ihr Arbeitgeber tun?

### Gefährdungen

Die Arbeitgeberin oder der Arbeitgeber muss Sie vor Gefährdungen am Arbeitsplatz schützen. Sie oder er muss prüfen, ob an Ihrem Arbeitsplatz Gefährdungen für Ihre Gesundheit bestehen oder entstehen können. Gefährdungen können zum Beispiel von fehlenden Absturzsicherungen, dem Umgang mit Gefahrstoffen, Krankheitserregern (Bakterien, Pilze, Viren, Parasiten, o. ä.), unsicheren oder ungeprüften Maschinen, Staub, Lärm oder psychischen Belastungen – wie Zeitdruck bei der Arbeit – ausgehen. Auch Arbeit im Homeoffice oder in Telearbeit ist im Rahmen der Gefährdungsbeurteilung zu berücksichtigen.



Pentru protecția dvs., angajatoarea sau angajatorul trebuie să ia măsuri de protecție. Ea, respectiv el trebuie să vă pună la dispoziție un echipament de protecție adecvat. De exemplu: încălțăminte de siguranță, ochelari de protecție, echipament de protecție a auzului, masca de protecție respiratorie.

În general, o zi de lucru normală nu trebuie să dureze mai mult de 8 ore, până la maxim 10 ore. Angajatorul trebuie să înregistreze timpul de lucru care depășește durata de 8 ore. Pentru odihna dvs. aceasta sau acesta trebuie să acorde atenție respectării pauzelor și timpilor de odihnă prevăzuți de lege. Cel târziu după 6 ore, trebuie să faceți o pauză de minimum 30 minute.

Zu Ihrem Schutz muss die Arbeitgeberin oder der Arbeitgeber Schutzmaßnahmen treffen. Sie bzw. er muss Ihnen eine geeignete Schutzausrüstung zur Verfügung stellen. Zum Beispiel: Sicherheitsschuhe, Schutzbrille, Gehörschutz, Atemschutzmaske.

Ein normaler Arbeitstag sollte im Allgemeinen nicht länger als 8 Stunden dauern, maximal jedoch 10 Stunden. Die Arbeitszeit, die über 8 Stunden hinausgeht, muss die Arbeitgeberin oder der Arbeitgeber aufzeichnen. Zu Ihrer Erholung muss sie oder er gesetzlich vorgeschriebene Pausen und Ruhezeiten einplanen und auf die Einhaltung achten. Spätestens nach 6 Stunden müssen sie eine mindestens 30-minütige Pause einlegen.



## Instructaj

Angajatoarea sau angajatorul dvs. trebuie să se asigure că dvs. ați fost informat cu privire la siguranță și protecția sănătății la locul dvs. de muncă înainte de a începe activitatea de muncă și, ulterior, cel puțin o dată pe an. Această informație se numește instructaj. Acesta trebuie să fie ușor de înțeles și, dacă este necesar, să aibă loc în limba dvs. maternă. Trebuie să aveți posibilitatea să puneți întrebări, dacă ceva nu este clar. Este foarte important pentru siguranța dvs. și a colegilor și colegilor dvs. să înțelegeți în întregime conținuturile instructajului. Atunci când lucrați la o mașină, de exemplu, aceasta sau acesta trebuie să vă explice modul în care se operează mașina în condiții de siguranță și cum se previn accidentele (instructaj conform instrucțiunilor de lucru). Trebuie să fiți informat și despre cum vă protejați dvs. înșivă în caz de pericole (siguranța proprie în caz de pericole).

## Unterweisung

Ihre Arbeitgeberin oder Ihr Arbeitgeber muss dafür sorgen, dass Sie, bevor Sie anfangen zu arbeiten und danach mindestens einmal im Jahr, über die Sicherheit und den Gesundheitsschutz an Ihrem Arbeitsplatz informiert werden. Diese Information nennt man Unterweisung. Sie muss verständlich sein und falls nötig, in Ihrer Muttersprache erfolgen. Sie müssen die Möglichkeit haben Fragen zu stellen, falls etwas unklar ist. Es ist sehr wichtig für Ihre eigene Sicherheit und die Sicherheit Ihrer Kolleginnen und Kollegen, dass Sie die Inhalte der Unterweisung vollständig verstehen. Wenn Sie zum Beispiel an einer Maschine arbeiten, muss Ihre Arbeitgeberin oder Ihr Arbeitgeber Ihnen erklären, wie man die Maschine sicher bedient und Unfälle vermeidet (Unterweisung nach der Betriebsanweisung). Sie müssen auch darüber informiert werden, wie Sie sich im Gefahrenfall selber schützen (Eigensicherung im Gefahrenfall).



Dacă se modifică munca dvs. sau atribuțiile dvs., angajatoarea sau angajatorul dvs. trebuie să vă informeze din nou cu privire la siguranță și protecția sănătății.

Wenn sich Ihre Arbeit oder Ihre Aufgaben ändern, muss Ihre Arbeitgeberin oder Ihr Arbeitgeber Sie erneut über die Sicherheit und den Gesundheitsschutz informieren.



### Se bucură de o protecție specială: gravidele și femeile care alăptează

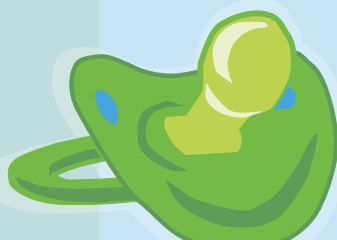
În cazul gravidelor și femeilor care alăptează, la locul de muncă se aplică măsuri speciale de protecție și o protecție specială împotriva concedierii. Prin urmare, în cazul unei sarcini, vă rugăm să vă informați imediat angajatoarea sau angajatorul dumneavoastră. Dacă aveți întrebări, puteți să vă adresați medicului întreprinderii.

Informații suplimentare cu privire la concediul de maternitate sunt disponibile inclusiv pe [www.mutterschutz.nrw](http://www.mutterschutz.nrw).

### Besonders geschützt: Schwangere und stillende Frauen

Für Schwangere sowie für stillende Frauen gelten bei der Arbeit besondere Schutzmaßnahmen und ein spezieller Kündigungsschutz. Bitte informieren Sie daher bei einer Schwangerschaft sofort Ihre Arbeitgeberin oder Ihren Arbeitgeber. Bei Fragen können Sie sich an die Betriebsärztin oder den Betriebsarzt wenden.

Weitere Informationen zum Mutterschutz finden Sie auch auf [www.mutterschutz.nrw](http://www.mutterschutz.nrw).





## Furnizarea din partea întreprinderii de spații de cazare

În anumite cazuri, de exemplu când acest fapt s-a promis la recrutare sau detașare, angajatoarea sau angajatorul trebuie să vă pună la dispoziție o cazare adecvată. Aceasta trebuie să îndeplinească anumite cerințe minime, în funcție de numărul de persoane cazare acolo și de durata cazării.

Aveți un drept la:

- un pat propriu cu saltea și pernă,
- minim un scaun cu o masă,
- un dulap pentru lucrurile dvs. personale care se poate încuia,
- o utilizare minimă a unei zone sanitare și de gătit complet funcționale.

## Betriebliche Bereitstellung von Unterkünften

In bestimmten Fällen, zum Beispiel wenn dies bei einer Anwerbung oder Entsendung in Aussicht gestellt wurde, muss die Arbeitgeberin oder der Arbeitgeber Ihnen eine angemessene Unterkunft bereitstellen. Diese muss je nach Anzahl der dort untergebrachten Personen und Dauer der Unterbringung bestimmte Mindestanforderungen erfüllen.

Sie haben ein Anrecht auf:

- ein eigenes Bett mit Matratze und Kopfkissen,
- mindestens eine Sitzgelegenheit mit einem Tisch,
- einen verschließbaren Schrank für Ihre persönlichen Sachen,
- eine Mindestnutzung eines voll-funktionsfähigen Sanitär- und Kochbereiches.



În plus, trebuie luată în considerare întotdeauna situația actuală a legilor și regulamentelor cu reglementările valabile, în special și pentru protecția împotriva infecțiilor, precum și reglementările specifice branșei.

Darüber hinaus sind immer die aktuelle Gesetzes- und Verordnungslage mit den jeweils gültigen Regelungen, insbesondere auch zum Infektionsschutz, sowie branchenspezifische Regelungen zu berücksichtigen.



## Ce trebuie să faceți în calitate de angajată sau angajat?

Inclusiv dvs. sunteți obligat/ă să vă protejați propria sănătate la locul de muncă, precum și sănătatea persoanelor cu care lucrați. Trebuie să urmați instrucțiunile și să respectați dispozițiile cu privire la siguranță. Trebuie să utilizați mașinile, uneltele sau alte mijloace de lucru, precum și echipamentul de protecție în modul în care vi s-a explicat.

Atunci când sesizați pericole pentru siguranță și sănătate – de exemplu dacă nu ați urmat un instructaj sau dacă nu ați primit echipament de protecție, respectiv ați constatat defecte la mașini sau unelte - trebuie să informați imediat superiorul dvs. direct sau responsabilii de la fața locului.

## Was müssen Sie als Arbeitnehmerin oder Arbeitnehmer tun?

Auch Sie selbst sind verpflichtet, Ihre eigene Gesundheit bei der Arbeit sowie die Gesundheit der Menschen, mit denen Sie zusammenarbeiten, zu schützen. Sie müssen Anweisungen befolgen und sich an Sicherheitsbestimmungen halten. Maschinen, Werkzeuge oder andere Arbeitsmittel und die Schutzausrüstung müssen Sie so verwenden, wie es Ihnen erklärt wurde.

Wenn Sie Gefahren für die Sicherheit und Gesundheit sehen – zum Beispiel, wenn Sie keine Unterweisung oder keine Schutzausrüstung bekommen haben oder Mängel an Maschinen oder Werkzeugen feststellen – müssen Sie Ihre direkten Vorgesetzten oder die Verantwortlichen vor Ort sofort informieren.

În plus, aveți dreptul de a oferi sugestii angajatoarei sau angajatorului dvs. cu privire la siguranța și protecția sănătății la locul de muncă.

Zusätzlich haben Sie das Recht, Ihrer Arbeitgeberin bzw. Ihrem Arbeitgeber Vorschläge zur Sicherheit und zum Gesundheitsschutz bei der Arbeit zu machen.



## Ajutor și asistență

Pentru reprezentarea intereselor dvs. în fața angajatoarei sau angajatorului, în companiile mari există în majoritatea cazurilor un Comitet de Întreprindere. Comitetul de Întreprindere este un reprezentant al angajaților și vă puteți adresa acestuia în cazul în care aveți temeri cu privire la siguranța și sănătatea dumneavoastră.

În întreprinderile mai mari, există în plus responsabili cu siguranța (SiBe). Aceștia sunt persoanele de contact directe de la fața locului în ceea ce privește toate aspectele protecției muncii.

### Alte persoane de contact pentru protecția muncii în cadrul întreprinderii

Pentru sprijinirea angajatoarei sau angajatorului dvs. în ceea ce privește protecția muncii și sănătății, în fiecare companie există un specialist pentru siguranța muncii (Sifa), precum și un medic al întreprinderii.

## Hilfe und Unterstützung

Zur Vertretung Ihrer Interessen gegenüber der Arbeitgeberin oder dem Arbeitgeber gibt es in größeren Unternehmen häufig einen Betriebsrat. Der

Betriebsrat ist eine Vertretung der Beschäftigten und kann von Ihnen angesprochen werden, wenn Sie Gefahr für Ihre Sicherheit und Gesundheit befürchten.

In größeren Betrieben gibt es zusätzlich Sicherheitsbeauftragte (SiBe). Diese sind vor Ort Ihre direkten Ansprechpersonen in allen Fragen des Arbeitsschutzes.

### Weitere Ansprechpersonen zum Arbeitsschutz im Betrieb

Zur Unterstützung Ihrer Arbeitgeberin oder Ihres Arbeitgebers beim Arbeits- und Gesundheitsschutz gibt es in jedem Unternehmen eine Fachkraft für Arbeitssicherheit (Sifa) sowie eine Betriebsärztin oder einen Betriebsarzt.

Atunci când superiorii dvs. nu oferă răspuns la indicațiile dvs. sau ale Comitetului de Întreprindere și deficiențele nu sunt remediate, puteți să informați Administrația pentru Protecția Muncii Renania de Nord-Westfalia ([www.arbeitsschutz.nrw](http://www.arbeitsschutz.nrw)) cu privire la problemele din întreprinderea dvs. și puteți depune plângeri.

Puteți depune plângerea telefonic sau prin e-mail, în limba germană.

- Nr. de telefon protecția muncii NRW:  
[+49 211 855-3311](tel:+492118553311)
- Formular e-mail pentru plângere:  
[www.mags.nrw/ansprechpartner-und-beratung-zum-arbeitsschutz-nrw](http://www.mags.nrw/ansprechpartner-und-beratung-zum-arbeitsschutz-nrw)

Puteți depune plângerea în mod anonim, pentru ca angajatoarea sau angajatorul dvs. să nu afle că ați depus o plângere.

În cazul în care aveți întrebări cu privire la protecția muncii, este de ajutor să vă adresați colegelor și colegilor dvs. care sunt deja familiarizați bine cu întreprinderea. În special Comitetul de Întreprindere, responsabilul sau responsabilă cu siguranța, specialistul pentru siguranța muncii sau medicul întreprinderii vă pot ajuta în cazul în care aveți întrebări.

Wenn Ihre Vorgesetzten nicht auf Ihre Hinweise oder die des Betriebsrates reagieren und Mängel nicht beseitigt werden, können Sie die Arbeitsschutzverwaltung Nordrhein-Westfalen ([www.arbeitsschutz.nrw](http://www.arbeitsschutz.nrw)) auf die Probleme in Ihrem Betrieb hinweisen und sich beschweren.

Ihre Beschwerde kann telefonisch oder per E-Mail in deutscher Sprache erfolgen.

- Arbeitsschutz-Telefon NRW:  
[+49 211 855-3311](tel:+492118553311)
- E-Mail-Formular für eine Beschwerde:  
[www.mags.nrw/ansprechpartner-und-beratung-zum-arbeitsschutz-nrw](http://www.mags.nrw/ansprechpartner-und-beratung-zum-arbeitsschutz-nrw)

Ihre Beschwerde können Sie auch anonym stellen, damit Ihre Arbeitgeberin oder Ihr Arbeitgeber nicht erfährt, dass Sie sich beschwert haben.

Wenn Sie Fragen zum Arbeitsschutz haben, ist es hilfreich Kolleginnen und Kollegen anzusprechen, die sich schon gut im Betrieb auskennen. Insbesondere der Betriebsrat, der oder die Sicherheitsbeauftragte, die Fachkraft für Arbeitssicherheit oder die Betriebsärztin oder der Betriebsarzt können Ihnen bei Fragen helfen.

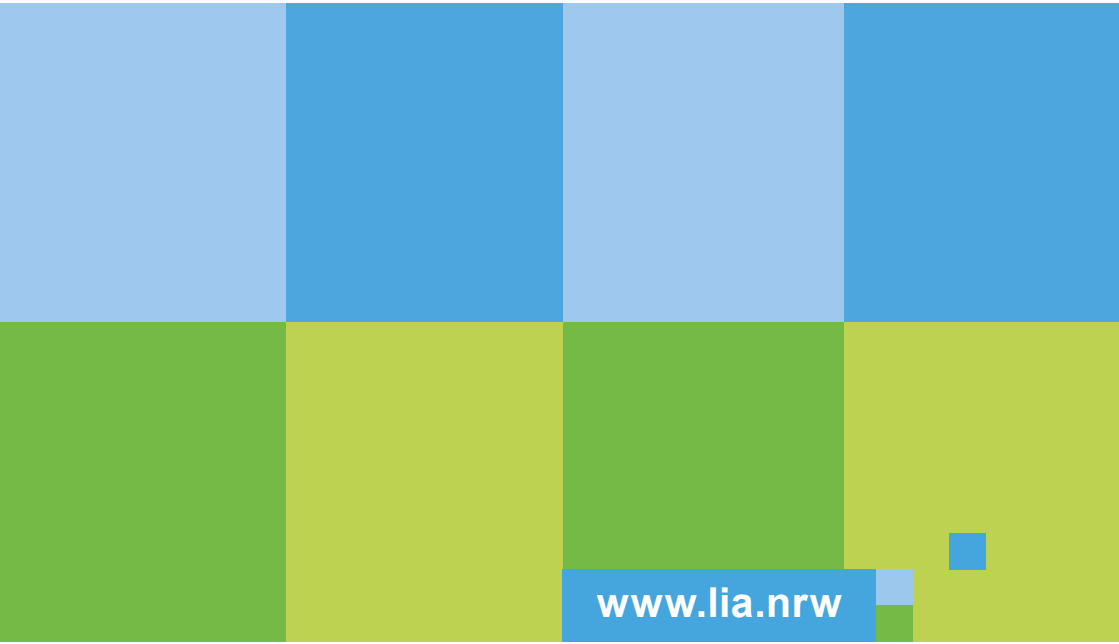
Inclusiv pagina de internet KomNet ([www.komnet.nrw](http://www.komnet.nrw)) vă oferă numeroase informații utile cu privire la siguranța și sănătatea la locul de muncă. Aici, experții vă răspund la întrebările cu privire la tema protecției muncii.

Auch das Internetangebot KomNet ([www.komnet.nrw](http://www.komnet.nrw)) bietet viele hilfreiche Informationen zur Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit. Hier beantworten Expertinnen und Experten Ihre Fragen zum Thema Arbeitsschutz.



# Notițe | Notizen

The page features a large grid for taking notes. In the top-left corner, there is a decorative pattern of blue, green, and yellow squares. In the bottom-right corner, there is an illustration of a hand holding a clipboard with a checklist. The clipboard has a blue border and a white sheet of paper with a yellow tab at the top. The checklist consists of four items, each with a green square bullet point and a horizontal line for text.



[www.lia.nrw](http://www.lia.nrw)