



**Ohne Unfall durch die Lehre**

Liebe Lernende, lieber Lernender

Kürzlich haben Sie mit einer Berufslehre begonnen. Von der Schulbank in die Arbeitswelt ist es ein grosser Schritt. Bestimmt bietet das neue Umfeld viele interessante Aufgaben - aber auch Herausforderungen und Gefahren.

Als ich mit 17 meine Lehre als Koch begann, fühlte ich mich anfangs stark unter Druck. Ich wollte zeigen, wie gut ich bereits arbeiten kann und versuchte, mit den ausgelernten Kollegen mitzuhalten. Doch wenn Stress aufkam, merkte ich, dass ich noch nicht so geschickt und schnell war wie sie. Zudem war ich oft müde, weil mir die unregelmässigen Arbeitszeiten zu schaffen machten. In solchen Situationen schnitt ich mich beim Rüsten ein paar Mal in die Finger oder verbrannte mich an heissen Pfannen. Zum Glück passierte mir nie etwas Schlimmes. Ich hatte jedoch Kollegen, die wegen Unfällen mehrere Wochen ausfielen.



Bei meiner Arbeit als Koch habe ich gelernt, dass man mit etwas mehr Vorsicht oft schneller am Ziel ist. Wenn ich heute Berufsklassen der Hotel- und Gastrobranche besuche oder für Jeunesse.Suisse unterwegs bin, ermutige ich die Lernenden stets, sich nicht hetzen zu lassen. Denn wer sich verletzt, verliert schliesslich mehr Zeit, als er gewinnt.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen einen erfolgreichen und sicheren Start ins Berufsleben.

Roman Helfer  
Co-Präsident Jeunesse.Suisse  
(Jugendkommission von Travail.Suisse)

Diese Broschüre ist ein gemeinsames Produkt von

**Travail.Suisse** und **Jeunesse.Suisse**

# Nur kurz nicht aufgepasst

Es ist schnell passiert: Eine Sekunde der Unkonzentriertheit, und schon ist man mit dem Messer ausgerutscht, mit der Hand in die Fräse geraten oder hat den Fuss unter einer Maschine eingeklemmt. Meist handelt es sich um Bagatellen: Ein Schnitt im Finger, der ein paar Tage weh tut. Doch leider stossen vielen Lehrlingen auch Unfälle mit schlimmeren Folgen zu: Sie fallen vom Baugerüst, verletzen sich mit der Motorsäge oder verbrennen sich an Schweissgeräten. Während manche nach ein paar Tagen Aussetzen wieder arbeiten können, sind andere mehrere Monate arbeitsunfähig oder müssen den Beruf wechseln. Bei einigen führt der Unfall zu einer lebenslangen Behinderung. Und drei Lehrlings-Unfälle pro Jahr enden sogar tödlich.

## Lernende sind gefährdeter

Lernende verunfallen deutlich häufiger als ausgelernte Personen. Jedes

Jahr verletzen sich in der Schweiz 25 000 Lehrlinge bei der Arbeit. Weil junge Menschen heutzutage früher in die Lehre eintreten, dürfen nun zum Teil bereits 15-Jährige gefährliche Arbeiten ausführen, die bis im Jahr 2015 erst ab 16 erlaubt waren. Die Senkung des Schutzalters erfordert besondere Vorsicht.

## Auch im Büro nicht sicher

Die lauerten Gefahren sind in jeder Branche verschieden. Besonders schwerwiegende Unfälle ereignen sich in der Industrie, auf dem Bau und in handwerklichen Betrieben. Doch auch in Berufen, die nicht als speziell gefährlich gelten, kann man sich verletzen: KV-Lehrlinge stolpern über geöffnete Schubladen oder Stromkabel. Und selbst beim Arbeiten am Computer kann die Gesundheit leiden: Rücken- und Nackenbeschwerden entwickeln sich schleichend, schränken das Wohlbefinden aber ebenfalls stark ein.

Gefahren sind vielfältig

## Sich über Gefahren informieren

**Am Anfang der Lehrzeit ist es wichtig, sich mit den spezifischen Gefahren in seinem Arbeitsumfeld auseinanderzusetzen. Es ist die Pflicht des Arbeitgebers oder des Lehrlingsbetreuers, die Lernenden darauf hinzuweisen. Dennoch sollten sich Lehrlinge auch von selber bemühen. Nützliche Hinweise finden sich im Internet:**

[www.suva.ch/branchenthemen](http://www.suva.ch/branchenthemen)

**Wichtige Sicherheitstipps zeigt folgender Film:**



## «Ich erwachte erst im Spital wieder»

« Mit Handschuhen ist man einfach etwas ungeschickt. Deshalb wusch ich den Kunden die Haare oft mit blossen Händen. Es ist ja nur normales Shampoo, dachte ich mir. Nur bei Dauerwellen- und Färbemitteln trug ich meistens Handschuhe. Manchmal waren meine Hände etwas gerötet und rissig. Ich cremte sie am Abend gut ein und machte mir keine Sorgen. Doch es wurde immer schlimmer. Nach ein paar Wochen hatte sich ein grosser, hässlicher Ausschlag entwickelt. So konnte ich keine Kunden mehr bedienen. Ich musste die Lehre im zweiten Jahr abbrechen und nach einem neuen Beruf suchen.»

**JELENA, COIFFEUSE-LEHRE**

« Wir waren mit der Montage eines Balkons beschäftigt. Dabei traf ich einen Nagel nicht richtig. Dieser spickte von der Wand weg und direkt in mein rechtes Auge. Ich verspürte ein heftiges Brennen, die Sicht verschwamm. Mein Auge musste operiert werden. Nach zwei Tagen konnte ich nach Hause, musste aber sechs Wochen einen Verband tragen. Nur mit einem Auge zu sehen, war sehr mühsam. Ich hatte grosse Angst, das Sehvermögen zu verlieren. So weit ist es zum Glück nicht gekommen. Doch eine Hornhautverkrümmung ist geblieben. Ich muss seither eine Brille tragen.»

**ROMAN, ZIMMERMANN-LEHRE**

« Wir waren beim Umbau in einem Mehrfamilienhaus beschäftigt. Die Aufgabe schien einfach: Der Chef wollte, dass ich eine alte Steckdose oben an der Mauer wegschraube. Ich nahm die Leiter und lehnte sie an die Wand. Weil ich die Steckdose nicht ganz erreichen konnte, stieg ich auf die oberste Sprosse, lehnte etwas nach links und verlor das Gleichgewicht. Ich erlitt einen komplizierten Bruch am Handgelenk, der operiert werden musste. Zwar konnte ich nach etwa drei Monaten wieder arbeiten. Ob ich je wieder Gitarre spielen werde, ist unsicher.»

**LISA, ELEKTROINSTALLATIONS-LEHRE**



*Die Namen von Lisa, Kevin, Roman, Jelena und Sarah sind erfunden – nicht aber die Unfälle, die ihnen zugestossen sind. Leider erleben jedes Jahr zahlreiche Lernende Ähnliches.*

«Ganz nach Vorschrift hatten wir unter dem Scheunendach ein Auffangnetz montiert. Leider hatten wir aber nur beim neuen Teil des Dachs daran gedacht. Als ich meinem Kollegen die Abschlussteile zum First hinauf bringen wollte, musste ich über den alten Abschnitt gehen. Ich hatte einen Riesen-schreck, als die Wellplatte plötzlich unter mir nachgab. Ich stürzte ins Gebäudeinnere und erwachte erst im Spital wieder. In der Reha musste ich das Gehen mühsam neu lernen. Zuerst war ich total frustriert. Unterdessen habe ich grosse Fortschritte gemacht. Die Lehre musste ich aber aufgeben. Ich werde mich anders orientieren müssen.»

**KEVIN, DACHDECKER-LEHRE**

«Es war kurz vor Mittag und wir waren ziemlich im Stress. Gleich würden die hungrigen Gäste in die Kantine strömen. Keine Zeit jetzt, das Bisschen Öl auf dem Boden aufzuwischen. Doch als ich die Flasche versorgen wollte, rutschte ich aus. Das Glas zerbrach und die Scherben zerschnitten mir die linke Hand. Überall war Blut. Auf der Notfallstation stellte sich heraus, dass eine Sehne am Daumen verletzt war. Ich konnte mehrere Wochen nicht arbeiten.»

**SARAH, KOCH-LEHRE**



**You** 

«**ICH DACHTE, MIR PASSIERT SOWIESO NICHTS**»

**Ein junger Mann erzählt, wie er unter dem Staplerfahrzeug seinen grossen Zeh verloren hat.**



# Noch keine vollen Arbeitskräfte...

**Nicht unter Druck  
setzen lassen**

Wie es der Name sagt: Lehrlinge sind noch am Lernen. Sie müssen noch nicht alles perfekt können. Im Umgang mit Maschinen und Werkzeugen sind sie meist noch weniger geschickt als Ausgelernte. Dennoch möchten viele bereits etwas leisten und kräftig zupacken. Dabei unterschätzen sie die Gefahren oder überschätzen ihre Fähigkeiten. Manchmal passiert es im Stress: Ein Mitarbeitender vergisst, dass der Lehrling mit einem Arbeitsgang noch nicht vertraut ist und überträgt ihm eine Aufgabe, die ihn überfordert. Dann ist es am Lernenden, bestimmt und deutlich «STOPP» zu sagen. Lehrlinge dürfen sich mehr Zeit nehmen und müssen noch keine vollwertigen Arbeitskräfte abgeben. Sie sollen darauf bestehen, dass sie

nur für das eingesetzt werden, was im Ausbildungsplan vorgesehen ist.

## ... aber Sicherheitsexperten

Oft trauen sich Lehrlinge nicht, nachzufragen. Besonders wenn ihnen die Maschine oder der Arbeitsgang kürzlich schon einmal erklärt wurde. Dennoch sollten sie sich nicht scheuen, sich auch ein zweites oder drittes Mal zu erkundigen. Oft haben sich in einem Unternehmen Moden eingeschlichen, die nicht dem entsprechen, was heute in der Berufsschule gelernt wird. Lernende sollen routinierte Kollegen darauf hinweisen. Schliesslich sind sie es, die in Sicherheitsfragen auf dem aktuellsten Stand sind. Sie können dazu beitragen die Abläufe in ihrem Lehrbetrieb zu verbessern.



## Tipp: STOPP-Ausweis unterschreiben

Keine Arbeit ist es wert, seine Gesundheit oder gar das Leben zu riskieren. Sagen Sie «STOPP», wenn Sie sich unsicher oder überfordert fühlen. Der STOPP-Ausweis unterstützt Sie dabei. Sie finden ihn in der Broschüre «10 Schritte für eine sichere Lehrzeit» der Unfallversicherung Suva. Füllen Sie ihn gemeinsam mit Ihrem Berufsbildner aus. [www.suva.ch/lehrzeit](http://www.suva.ch/lehrzeit)



© Fotolia

## Der Berufsbildner – Ihre Vertrauensperson

In Ihrem Lehrlingsbetrieb wird Ihnen eine erfahrene Person zugeteilt, die Sie betreut und beim Lernen begleitet: der Berufsbildner oder die Berufsbildnerin. Sie ist Ihre erste Ansprechperson – auch für Sicherheitsfragen. Wenn Sie nicht wissen, wer für Sie zuständig ist, fragen Sie unbedingt nach.

Im Normalfall wird der Berufsbildner in den ersten Arbeitstagen mit Ihnen die wichtigsten Sicherheitsregeln des Betriebs durchgehen. Er wird sie auf besondere Gefahren und das richtige Verhalten in Notfällen hinweisen. Sollte die Instruktion nicht vor den ersten Arbeiten stattfinden, müssen Lehrlinge auf ihrem Recht bestehen, gründlich angeleitet zu werden.

### Einmalige Instruktion reicht nicht

Mit einer einmaligen Einführung ist es aber nicht getan. Erstens gibt

es in den ersten Tagen viel Neues zu lernen und man ist häufig etwas nervös. Niemand kann dann bereits alle Informationen aufnehmen und auch umsetzen. Zweitens kommen während der Lehrzeit immer wieder neue Geräte und Werkzeuge hinzu, mit denen man arbeitet. Bei jedem ist eine gründliche Anleitung nötig, und zwar vor dem ersten Versuch. Beim Thema Sicherheit gilt: Lieber einmal zu viel fragen als einmal zu wenig.

**Trauen Sie sich, nachzufragen**

### Tipp: Broschüre gemeinsam durcharbeiten

Gehen Sie mit Ihrem Berufsbildner die Sicherheitshinweise Ihres Betriebs durch. Dabei hilft die Broschüre der Unfallversicherung Suva: 10 Schritte für eine sichere Lehrzeit. Haben Sie diese nicht bereits erhalten, bestellen Sie sie kostenlos auf [www.suva.ch/lehrzeit](http://www.suva.ch/lehrzeit).

# Die Schutzausrüstung ist zum Tragen da

**PSA muss vollständig sein**

Im Sommer kann es ganz schön heiss sein in robusten Schuhen und dicken Schutzhosen. Mit Handschuhen arbeitet man meist langsamer als ohne. Und ein schwerer Helm drückt die tolle Frisur flach. Dennoch: Die persönliche Schutzausrüstung (PSA) muss immer, ohne Ausnahme, getragen werden. Sie erhalten die PSA beim Eintritt in den Lehrbetrieb. Danach sind Sie

selber dafür verantwortlich, dass sie vollständig und intakt ist. Sollten Sie etwas verlieren oder geht etwas kaputt, kümmern Sie sich rechtzeitig um Ersatz. Die Schutzkleidung soll aber keinesfalls dazu führen, dass man bei der Arbeit mehr Risiken eingeht. Sie kann Gefahren nicht wegmachen, sondern lediglich die Folgen vermindern.



■ Ohrstöpsel/Kopfhörer:  
Verhindert Gehörschäden



■ Stahlkappenschuhe/Stiefel:  
Schützt die Füße vor herabfallenden Lasten, Einklemmen, spitzen Gegenständen sowie Nässe und Kälte.



■ Helm: schützt den Kopf vor herabfallenden Gegenständen, Anstossen oder bei Stürzen



■ Brille: schützt die Augen vor Funken, Spänen, Staub, Strahlung oder Chemikalien



■ Handschuhe: schützt die Hände vor Schnittverletzungen, Hitze oder Säuren

*Der Chef ist nicht immer  
das beste Vorbild*



## Auch Sitzen will gelernt sein

### In Bewegung bleiben

In kaum einem Beruf kommt man heutzutage noch um den Computer herum. Immer mehr Werktätige verbringen viele Stunden täglich hinter einem Bürotisch. Rückenschmerzen

und verspannte Schultern sind ein verbreitetes Übel.

Mit einer geeigneten Haltung und Position der Geräte kann man das Risiko für Beschwerden deutlich senken.

### Die wichtigsten Tipps für das Arbeiten im Büro:

- Unbedingt nötig ist ein guter Bürostuhl, der auf Ihre persönlichen Masse eingestellt ist: Die Sitzfläche sollte so hoch sein, dass die Füße flach auf dem Boden zu stehen kommen und die Kniegelenke einen rechten oder etwas grösseren Winkel bilden. Der Rücken soll gerade sein und von der Lehne gestützt werden. Eine bewegliche Rückenlehne erlaubt die Veränderung von Sitzpositionen.
- Die Ellbogen sollen auf der Höhe der Tastatur liegen.
- Der Bildschirm soll gerade vor der sitzenden Person positioniert sein, mit einem Abstand von etwa 80 Zentimetern. Können Sie so nicht lesen, benutzen Sie eine Brille oder die Zoom-Funktion. Wenn Sie geradeaus schauen, sollte die Bildschirm-Oberkante 10 Zentimeter unterhalb der Augenhöhe liegen.
- Bewegen Sie sich zwischendurch regelmässig. Stehen Sie auf, machen Sie ein paar Schritte oder einige Übungen, recken und strecken Sie sich. Dies entlastet nicht nur den Rücken, sondern erfrischt auch das Gehirn.

# Nicht Superman oder Superwoman spielen

Im Arbeitsalltag muss es oft schnell gehen. Den Pneu oder das Stahlrohr kurz von Hand hochzustemmen, ist meist einfacher, als ein Hebegerät zu holen und die Last einzuspannen. In Spitälern und Pflegeheimen ist man versucht, auch schwere Patienten alleine aufzunehmen, wenn Zeitdruck herrscht und die Kollegen gerade beschäftigt sind. Zudem gilt

es vielerorts als uncool, um Hilfe zu fragen.

Doch solche Heldentaten gehen längerfristig auf Kosten des Rückens. Wer die Wirbelsäule regelmässig zu stark oder falsch belastet, muss sich auf massive Beschwerden gefasst machen. Besser, man gewöhnt sich von Anfang an eine schonende Körperhaltung.

**Den Rücken gerade halten**

## Die wichtigsten Tipps im Umgang mit Lasten:

- Nicht jeder ist gleich stark: Das Gewicht der Konstitution und dem Geschlecht anpassen. Auf seine Körpersignale achten.
- Die Beinmuskeln einsetzen: Beim Heben so tief wie nötig in die Knie gehen und den Rücken gerade halten. Das Gewicht möglichst nahe am Körper halten.
- Gift für den Rücken sind Rupfen, Zerren, Verrenkungen und ruckartige Bewegungen. Die Last gerade positionieren und möglichst auf zwei Hände verteilen.
- Hilfsmittel wie Wagen oder Kräne einsetzen oder weitere Personen um Unterstützung bitten.
- Leitlinien der eigenen Branche beachten.
- Mit gezieltem Körpertraining kann man sich für die besonderen Belastungen in seinem Beruf fitter machen.

## Ergonomie am Arbeitsplatz

**Sitzen, tragen, heben oder lange in der gleichen Position verharren – weitere Tipps dazu finden Sie hier:**

[www.suva.ch/branchenthemen](http://www.suva.ch/branchenthemen)  
[www.suva.ch/ergonomie](http://www.suva.ch/ergonomie)





# Mit klarem Kopf an die Arbeit

Für gefährliche Arbeiten und das Bedienen von Maschinen gilt das Gleiche wie beim Autofahren: Man muss wach und nüchtern sein. Alkohol und andere Drogen, beruhigende Medikamente oder Schlafmangel können die Konzentration erheblich reduzieren. Wer unter der Woche wilde Partys feiert, gefährdet am nächsten Tag sich selber und andere. Sie sind daher ein absolutes No-Go! Wenn Sie am Wochenende feiern, achten Sie darauf, dass Sie spätestens am Montagmorgen wieder einen klaren Kopf haben. Ansonsten dürfen Sie eigentlich nicht arbeiten und der Lehrmeister müsste intervenieren.

## Stress und Ablenkung vermeiden

Viele Verletzungen passieren auch unter Stress, oder wenn man abgelenkt ist. Planen Sie deshalb stets

genügend Zeit ein. Etwas Musik kann manchmal eine eintönige Arbeit auflockern. Doch sobald es anspruchsvoll oder gefährlich wird, ist volle Konzentration angesagt. Dann gehören elektronische Geräte ausgeschaltet und Stöpsel aus den Ohren gezogen.

## Gruppendruck widerstehen

Wenn Sie von der Berufsschule in den Lehrbetrieb kommen, stellen Sie vielleicht fest, dass nicht alles, was Sie gelernt haben, eins zu eins umgesetzt wird. Ausgelernte Arbeiter werden manchmal etwas nachlässig im Umgang mit Gefahren. Lehrlinge und junge Mitarbeitende leisten sich hie und da einen Scherz und treiben Schabernak mit den Geräten. Lassen Sie sich nicht hineinziehen, wenn Ihnen nicht wohl dabei ist. Manchmal heisst cool sein auch, nicht bei allem mitmachen.

Ganz bei der Sache

**Wenn Sie beim Arbeiten aufpassen, dass Ihnen nichts zustösst, können Sie auch Ihre Freizeit besser geniessen. Tipps und Wettbewerb finden Sie auf der Webseite von Be Smart Work Safe – eine Kampagne der Eidgenössischen Koordinationskommission für Arbeitssicherheit ekas. [www.bs-ws.ch](http://www.bs-ws.ch)**

## Sportlich beim Sport

Regelmässige Bewegung ist ein wichtiger Ausgleich zur Arbeit. Sei es in der Turnstunde der Berufsschule oder beim Sport in der Freizeit – wenn wir uns körperlich fit halten, leben wir gesünder und sind den Anforderungen am Arbeitsplatz besser gewachsen. Doch leider passieren auch bei sportlichen Ak-

tivitäten immer wieder Unfälle. Zum Beispiel, wenn man den Fussballmatch unbedingt gewinnen will und dafür Auseinandersetzungen mit dem Gegner in Kauf nimmt. Oder wenn man beim Biken nicht nur Bewegung und frische Luft sucht, sondern wagemutige Manöver eingeht, um einen Kick zu erleben.

### **Damit Sport auch wirklich gesund ist, braucht es Fairness und einen kühlen Kopf**

- Vergessen Sie bei Team- und Ballsportarten nie, dass es sich um ein Spiel handelt und nicht um bitteren Ernst.
- Wenn Sie einen gefährlichen Sport treiben, benutzen Sie zumindest die vorgesehene Schutzkleidung und beachten Sie die Sicherheitsvorschriften.
- Einige Dehn- und Aufwärmübungen vor dem Losrennen bereiten die Muskeln und Gelenke auf abrupte Bewegungen vor.



# Der Sicherheit den Vorrang gegeben

## AUCH IM STRESS DEN RÜCKEN GESCHONT

Im Pflegeheim geht die Grippewelle um. Nicht nur unter den Bewohnern. Heute sind auch zwei Teammitglieder krank und von den anderen ist voller Einsatz gefragt. Lisa soll Frau Steiner waschen und aufnehmen und danach noch zwei weitere Patienten duschen. Als sie der schweren Frau in den Rollstuhl helfen soll, ruft sie trotz Zeitdruck eine Kollegin herbei, um ihr zu helfen. Wie sie es in der Schule gelernt hat, geht die angehende Fachfrau Gesundheit in die Knie und hält den Rücken gerade.

## VORSICHTIG MIT DER MOTORSÄGE UMGEANGEN

Marco ist gern an der frischen Luft. Deshalb hat er sich für eine Lehre als Forstwart entschieden. Die Arbeit ist streng und vor den starken Motorsägen hat er grossen Respekt. Bevor er sie in die Hand nimmt, ruft er sich stets die Sicherheitshinweise in Erinnerung. Heute Morgen hat ihn der Chef zu einem stark überhängenden Baum geschickt. Marco war sich nicht sicher, welche Fällmethode die richtige ist. Obwohl der Chef heute etwas ungeduldig schien, hat er sich das Vorgehen nochmals genau erklären lassen.

## DIE AUGEN GESCHÜTZT

Letzte Woche ist Mia die Schutzbrille hinuntergefallen. Nun ist ein Bügel lose, die Brille dichtet nicht mehr vollständig ab. Dass sie bereits zum dritten Mal in einem halben Jahr eine neue besorgen muss, ist der angehenden Polymechnikerin peinlich. Doch heute soll sie an der Drehbank arbeiten. Eine Augenverletzung durch fliegende Metallspäne will sie nicht riskieren. Schliesslich gibt sie sich einen Ruck und bittet den Ausbilder um eine neue Brille.



**Gewinne einen Gutschein im Wert von CHF 100.–, indem du Fragen zur Arbeitssicherheit und Unfallverhütung beantwortest.**

**[www.2xgewinnen.ch/#/quiz](http://www.2xgewinnen.ch/#/quiz)**

## Adressen

Die Mitgliedschaft in einer Gewerkschaft oder einem Berufsverband lohnt sich. Mögliche Ansprechpartner für Sie sind:

Syna – die Gewerkschaft  
T 0848 848 868  
[info@syna.ch](mailto:info@syna.ch)  
[www.syna.ch](http://www.syna.ch)

transfair – der Personalverband  
T 031 370 21 21  
[info@transfair.ch](mailto:info@transfair.ch)  
[www.transfair.ch](http://www.transfair.ch)

Hotel & Gastro Union  
T 041 418 22 22  
[info@hotelgastrounion.ch](mailto:info@hotelgastrounion.ch)  
[www.hotelgastrounion.ch](http://www.hotelgastrounion.ch)

## Impressum

Travail.Suisse  
Postfach, 3001 Bern  
T 031 370 21 11  
[info@travailsuisse.ch](mailto:info@travailsuisse.ch)  
[www.travailsuisse.ch](http://www.travailsuisse.ch)

Jeunesse.Suisse  
(Jugendkommission von  
Travail.Suisse)  
[info@jeunessesuisse.ch](mailto:info@jeunessesuisse.ch)  
[www.jeunessesuisse.ch](http://www.jeunessesuisse.ch)

Konzept und Text:  
Andrea Söldi  
[www.soeldi-texte.ch](http://www.soeldi-texte.ch)

Verantwortlich für diese Nummer:  
Bruno Weber-Gobet  
Leiter Bildungspolitik  
Roman Helfer  
Co-Präsident Jeunesse Suisse

Gestaltung:  
[www.muellerluetolf.ch](http://www.muellerluetolf.ch)  
Illustrationen:  
Pasquale Herren

Preise und Bestellungen unter  
[www.travailsuisse.ch](http://www.travailsuisse.ch)

3. Auflage, Mai 2021