

# STARTUP-CHECK

Erfolgreich, sicher und  
gesund starten!



## So einfach werden Sie Mitglied bei der VBG

Jedes Unternehmen (auch Ein-Personen-Unternehmen) ist Mitglied einer gesetzlichen Unfallversicherung. Nach der Gründung melden Sie Ihr Startup innerhalb einer Woche nach Eröffnung bei der Berufsgenossenschaft an, auch wenn noch keine versicherten Personen tätig sind.

- ✔ Melden Sie sich im Service-Center der VBG an: **service.vbg.de/mitglied-werden**  
Sie erfahren von uns, ob die VBG oder eine andere Berufsgenossenschaft für Sie zuständig ist.
- ✔ Nach Erhalt des Begrüßungsschreibens der VBG füllen Sie die Unternehmenskarte (unten rechts) aus. Dann haben Sie Ihre VBG-Daten immer griffbereit bei sich.

## Ihre Ansprechpersonen vor Ort

Sie finden die für Sie zuständige Bezirksverwaltung, indem Sie unter **www.vbg.de/standorte** Ihre Postleitzahl eingeben.

## Die Vorteile Ihrer Mitgliedschaft

- Schutz vor Schadensersatzansprüchen Ihrer Beschäftigten im Fall eines Arbeitsunfalls oder einer Berufskrankheit
- Erstklassige Leistungen beim Versicherungsschutz
- Kostenfreie Beratung und Weiterbildungen rund um Sicherheit und Gesundheit bei der Arbeit

## Absicherung ist kein Luxus, sondern clever!



Als Unternehmerin und Unternehmer sind Sie persönlich bei der VBG nicht pflichtversichert. Die VBG bietet Ihnen deshalb die **freiwillige Versicherung** an, damit auch Sie bei einem Arbeitsunfall oder bei einer Berufskrankheit gut abgesichert sind.

Damit sind auch Wege in direktem Zusammenhang mit Ihrer Arbeit inklusive Ihrer Dienstreisen ins Ausland mitversichert. Und wenn Ihnen im Job etwas passiert, helfen wir Ihnen, schnell wieder gesund zu werden. Übrigens: Die Ausgaben für eine freiwillige Versicherung sind steuerlich abzugsfähig.

- ✔ Melden Sie sich im Service-Center der VBG an: **service.vbg.de**
- ✔ Weiterführende Informationen: **www.vbg.de/frw**

## Von Beginn an sicher und gesund arbeiten

Das Kernelement im modernen Arbeitsschutz ist das Beurteilen der Arbeitsbedingungen an den Arbeitsplätzen im Unternehmen, unter anderem durch das Ermitteln der Gefährdungen und Belastungen und das Festlegen wirkungsvoller Arbeitsschutzmaßnahmen (Gefährdungsbeurteilung). So gestalten Sie von Beginn an robuste und stabile Prozesse und Abläufe.

Profitieren Sie von der Kompetenzzentren-Betreuung mit dem KPZ-Portal, um sich von Arbeitsschutzfachleuten kostenfrei betreuen zu lassen. Nutzen Sie dann die von Ihnen online erstellte Gefährdungsbeurteilung aktiv als Führungsinstrument.

### Kompetenzzentren-Betreuung mit dem KPZ-Portal



Nähere Informationen zum KPZ-Portal finden Sie unter **kpz-portal.vbg.de**.

Für eine gute Basis starten Sie mit dem Durcharbeiten dieses STARTUP-CHECKS.

- ✔ Sind Sie in Ihrem Startup schon heute nicht mehr alleine tätig? Nutzen Sie das Angebot der VBG für kleine Unternehmen und registrieren Sie sich mit Ihrer Unternehmensnummer im KPZ-Portal. Sie werden Schritt für Schritt auf dem Weg hin zu Ihrer Gefährdungsbeurteilung begleitet. Ihre spezifischen Fragen rund um den Arbeitsschutz werden am Telefon und per E-Mail kostenfrei und fachkundig beantwortet.
- ✔ Nutzen Sie für die Information Ihrer Beschäftigten die Unterweisungshilfen auf dem KPZ-Portal oder im Mediencenter der VBG unter **www.vbg.de/medien-center**.
- ✔ Nehmen Sie gerne direkt Kontakt zu Ihrer Prävention auf. Wir beraten Sie telefonisch oder auch gerne vor Ort und nehmen uns Zeit für Sie – auch wenn Sie noch keine Beschäftigten haben.

**VBG**

Verwaltungs-Berufsgenossenschaft  
Massaquoiassage 1 | 22305 Hamburg



**VBG**

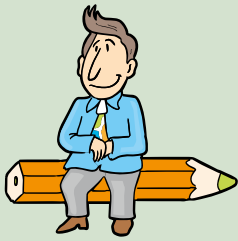
Ihre gesetzliche  
Unfallversicherung

**Wenn es um Sicherheit und  
Gesundheit bei der Arbeit geht  
– wir sind für Sie da!**

**Wir kümmern uns um Verletzte  
und Erkrankte und sorgen für eine  
bestmögliche Wiedereingliederung.**



## Die Auswahl der richtigen Räume



Steht der Einzug in die ersten Unternehmensräume an? Es lohnt sich, die **Räume auch nach Arbeitsschutzkriterien auszuwählen** und sichere Nutzungsbedingungen auszuhandeln.

### ✓ Fluchtwege und Notausgänge

- Sind die Notausgangstüren nach außen zu öffnen?
- Sind die Fluchtwege und Notausgänge ausreichend gekennzeichnet?

### ✓ Sicherheitseinrichtungen

Sind die bestehenden Sicherheitseinrichtungen wie Sicherheitsbeleuchtung, Brandmelde- und Feuerlöscheinrichtungen vorhanden, intakt und regelmäßig geprüft?

### ✓ Verkehrswege

- Sind die Verkehrswege ausreichend bemessen?
- Ist der Fußboden rutschhemmend, leicht zu reinigen und ohne Stolperstellen?
- Sind die Treppen sicher begehbar und verfügen sie über einen Handlauf?
- Bieten vorhandene Geländer einen ausreichenden Schutz gegen Absturz?
- Sind Glastüren und Glaswände bruchstabil/abgesichert und in Augenhöhe gekennzeichnet?

### ✓ Beleuchtung, Klima, Sonnenschutz

- Verfügen die Räume über eine direkte Sicht nach außen?
- Sind Maßnahmen gegen direkte Sonneneinstrahlung umgesetzt und ausreichend?
- Kann eine zuträgliche Raumtemperatur erreicht werden (im Büro mindestens 20 °C)?
- Ist die Beleuchtung ausreichend und gegebenenfalls eine Sicherheitsbeleuchtung vorhanden?

Weitere Informationen: **VBG-Fachwissen „Gesundheit im Büro“**

## Richten Sie den eigenen Arbeitsplatz gut ein



Ob kleines Büro oder Homeoffice: Sorgen Sie für eine gute Grundausstattung und damit für **ergonomisches Arbeiten**. So fällt es leichter, konzentriert, gesund und effizient zu arbeiten.

### ✓ Nutzen Sie eine externe Tastatur und einen entspiegelten externen Bildschirm. Stellen Sie Ihren Bildschirm so ein, dass Sie entspannt von oben auf den Bildschirm herab schauen. Arbeiten Sie nicht ausschließlich an mobilen Geräten – Ihr Nacken und Ihr Rücken danken es Ihnen.

✓ Ein ausreichend großer Arbeitstisch mit ergonomisch angepasster Arbeitshöhe und freiem Beinraum bietet die Möglichkeit, entspannt mit lockeren Schultern zu arbeiten.

✓ Gönnen Sie sich einen ergonomischen Stuhl, den Sie nach Funktion und Komfort aussuchen. Die Rückenlehne sollte in allen Sitzpositionen unterstützen, Armlehnen sollten in der Höhe anpassbar sein.

✓ Pausen und Entspannung sind wichtig für Gesundheit, Konzentration und exzellente Arbeitsergebnisse.

Weitere Informationen: [www.vbg.de/homeoffice](http://www.vbg.de/homeoffice)

## Weitere verlässliche Quellen für Sie



Gründer-  
Plattform von BMWK  
und KfW



RKW  
Kompetenz-  
zentrum



Existenzgründungs-  
portal des BMWK



topeins, Magazin  
der DGVU für  
Führungskräfte

## Halten Sie sich mit uns auf dem Laufenden



Magazin „Certo“  
Das VBG-  
Kundenmagazin



Das Seminar-  
angebot der VBG

## Worauf Sie sich verlassen können. Ihre Berufsgenossenschaft – immer für Sie da.

### Meine VBG-Daten:

Unternehmensnummer (UNR.S):

Kundennummer Freiwillige Versicherung:

Meine zuständige Bezirksverwaltung:

Telefonnummer der Bezirksverwaltung:

Die Ansprechpersonen in der Bezirksverwaltung:

Durchwahl Prävention: -222

Durchwahl Rehabilitation: -333

Durchwahl Unternehmensbetreuung: -444

Herausgeber:



**VBG**  
Ihre gesetzliche  
Unfallversicherung

[www.vbg.de](http://www.vbg.de)

Massaquoipassage 1  
22305 Hamburg  
Postanschrift: 22281 Hamburg  
Artikelnummer: 30-05-6323-3

Realisation:  
Jedermann-Verlag GmbH  
[www.jedermann.de](http://www.jedermann.de)

Bildnachweis:  
Pasko Maksim/stock.adobe.com  
Version 1.1  
Stand Oktober 2023

Der Bezug dieser Informationsschrift ist für Mitgliedsunternehmen der VBG im Mitgliedsbeitrag enthalten.