

Bereit für den Dienst?

Das Akronym “IM SAFE” (du. Ich bin sicher) soll dir dabei helfen, mögliche limitierende Faktoren in deiner Leistungsfähigkeit während des Dienstes zu identifizieren.

I

Illness

Hast du Krankheiten, Verletzungen, Allergien oder Schmerzen, die dich beeinträchtigen?

M

Medication

Sterbst du derzeit unter dem Einfluss von Medikamenten, Drogen oder Alkohol?

S

Stress

Bist du übermäßig durch berufliche oder private Faktoren gestresst?

A

Attitude

Wie deine Stimmung? Lenkt dich etwas ab?

F

Fatigue

Fühlst du dich besonders müde, erschöpft oder ausgebrannt?

E

Eating

Hast du großen Hunger oder Durst?

Bist du sicher?

Hast du laut des Schemas Beeinträchtigungen entdeckt, solltest du dich selbst Fragen, ob du in der Lage bist, deinen Dienst anzutreten. Im Zweifel solltest du vielleicht lieber eine Pause machen. Frag auch deine weiteren Teammitglieder:innen beim morgendlichen Check oder Briefing wie es Ihnen geht.

