

## Information zum Auswahlverfahren für eine Tätigkeit im Gedinge der Müllabfuhr bei der BSR

Sehr geehrte Bewerberin, sehr geehrter Bewerber,

wir freuen uns sehr, dass Sie sich für eine Tätigkeit im Gedinge der Müllabfuhr in unserem Unternehmen interessieren.

Um in diesem Job arbeiten zu können, müssen Sie für die hohen körperlichen Anforderungen der Tätigkeit gesundheitlich fit sein. Deshalb gehört zum Bewerbungsprozess auch ein Fitnessstest. Dabei werden die körperlichen Mindestanforderungen getestet, die jede Bewerberin und jeder Bewerber, alters- und geschlechtsunabhängig, erfüllen muss, um eine Gedingetätigkeit in der Müllabfuhr ausüben zu können. Wir geben allen die gleiche Chance auf einen Arbeitsvertrag.

Mit diesem Schreiben möchten wir Ihnen alle Informationen geben, damit Sie sich bestmöglich auf das Auswahlverfahren vorbereiten können.

Das Auswahlverfahren umfasst zwei Stufen, die Sie an zwei verschiedenen Tagen durchlaufen:

- 15-minütiges Vorstellungsgespräch
- 180-minütiger Fitnessstest

*(Diese Zeitangaben sind eine Orientierung und können bei jeder Person individuell abweichen.)*

Anbei finden Sie eine detaillierte Beschreibung der Schritte und der Übungen, die Sie im Auswahlverfahren durchlaufen:

### 1. Das Vorstellungsgespräch

In einem circa 15-minütigen Vorstellungsgespräch sprechen wir miteinander über Ihre Motivation und Ihre Berufserfahrung. Die Vertreter des Personalrats sind ebenso an den Gesprächen beteiligt, wie die Frauen- und Schwerbehindertenvertretung und die Personalabteilung. Im Gespräch erklären Sie uns, warum Sie an der Tätigkeit bei der BSR interessiert sind, berichten über Ihre bisherigen beruflichen Erfahrungen und eventuelle weitere Erfahrungen, die Sie gemacht haben und die interessant für diesen Job sein könnten.

Wenn Sie uns im Gespräch von sich überzeugen, werden Sie an einem weiteren Tag zum Fitnessstest eingeladen. Erhalten Sie hingegen eine Absage, ist das Bewerbungsverfahren für Sie beendet. Sie können sich jedoch jeder Zeit gerne erneut bei uns bewerben.

### 2. Der Fitnessstest

Der Fitnessstest ist die zweite Stufe des Auswahlverfahrens. Im Fitnessstest sollen Sie zeigen, dass Ihre Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit und Belastbarkeit den Mindestanforderungen entsprechen, die tagtäglich im zukünftigen Job von Ihnen verlangt werden.

Deshalb ist der Fitnesstest so aufgebaut, dass die körperlichen Herausforderungen bei der Tätigkeit durch die Übungen überprüft werden.

Die Reihenfolge der Übungen wird erst am Übungstag festgelegt. Die Kriterien zum Bestehen des Tests werden am Tag des Tests nochmals erläutert.

Folgende Übungen macht jede Bewerberin und jeder Bewerber beim Fitnesstest:

#### **Ausdauerübungen:**

- Laufen auf dem Elliptical Trainer (Crosstrainer): Sie betätigen sich 12 Minuten lang auf dem Trainingsgerät in Stufe 1. Der Test ist bestanden, wenn Sie auf der Stufe 1 innerhalb von 12 Minuten mindestens 1.200 m bewältigt haben.

#### **Kraftübungen:**

- Brustpresse: An der Brustpresse absolvieren Sie 2 x 20 Hübe mit max. 30 Sekunden Pause zwischen den beiden Durchgängen mit 18 kg Last. Der Test ist bestanden, wenn insgesamt 40 Hübe vollständig geschafft wurden.
- Horizontales Rudern: Sie absolvieren 2 x 20 Züge mit max. 30 Sekunden Pause zwischen den beiden Durchgängen an dem Rudergerät mit 18 kg Last. Der Test ist bestanden, wenn insgesamt 40 Züge vollständig absolviert wurden.

#### **Kraft- und Geschicklichkeitsübungen in der Praxis:**

- 240 Liter Abfallsammelbehälter (AWB) über schräge Rampe ziehen: Sie ziehen eine Mülltonne mit 240 Litern Fassungsvermögen über eine schräge Rampe. Der Behälter (240 l AWB) ist mit 50 kg Gewicht gefüllt und die schräge Rampe ist 60 m lang. Diese Strecke laufen Sie 3 Mal hoch und herunter (insgesamt laufen Sie 360 m). Der Test ist bestanden, wenn Sie den Weg mit dem gefüllten Behälter innerhalb von 5 Minuten dreimal hin- und zurückgeschafft haben.
- 240 Liter Abfallsammelbehälter über Treppen ziehen: Sie bewegen den Abfallsammelbehälter mit 240 Litern Fassungsvermögen 2 Mal über 13 Stufen hoch und 2 Mal über die 13 Stufen hinunter. Der Behälter (240 l AWB) ist mit 40 kg Gewicht befüllt. Der Test ist bestanden, wenn Sie diesen Weg über die Stufen innerhalb von 2 Minuten schaffen.
- 1.100 Liter Abfallsammelbehälter über Kopfsteinpflaster bewegen: Sie bewegen einen Behälter mit 1.100 Litern Fassungsvermögen (1.100 l AWB) über eine Strecke von 50 m über Kopfsteinpflaster hin- und wieder zurück (insgesamt laufen Sie 100 m). Der Behälter ist mit 150 kg Gewicht befüllt. Dies absolvieren Sie zusammen mit einer/ einem Beschäftigten der BSR. Für die Einhaltung der Sicherheitsmaßnahmen, unterstützt die/der Beschäftigte (ohne Kraftunterstützung) Sie bei der Steuerung des Behälters, Sie bewegen den Behälter. Der Test ist bestanden, wenn innerhalb von 2 Minuten der AWB 100 m weit über Kopfsteinpflaster geschoben oder gezogen wurde.

- Vierradbehälter durch schmalen Gang bewegen: Sie bewegen einen Abfallsammelbehälter mit 660 Litern Fassungsvermögen, der mit 120 kg Gewicht befüllt ist, 3 Mal über eine 10 m lange Strecke hin- und zurück (insgesamt laufen Sie 60 m). Der Parcours ist 1,30 m breit und hat an einer Stelle eine Verengung auf 1,10 m. Der Test ist bestanden, wenn der Parcours innerhalb von 1:30 Minuten, 3 Mal hin und zurückgelaufen wurde, ohne mit dem Behälter an die Begrenzungen anzustoßen.

Die Gedingetätigkeit in der Müllabfuhr stellt eine hohe bis sehr hohe Belastung für den Brust-, Schulter- und Rückenbereich sowie der Armmuskulatur der Beschäftigten dar. Deshalb ist das Bestehen der obenstehenden Kraft- und Geschicklichkeitsübungen eine zwingende Notwendigkeit, um eine solche Tätigkeit ausüben zu können. Wir empfehlen, die Übungen nicht untrainiert durchzuführen.

Ausdrücklich weisen wir darauf hin, dass wir aus den Testergebnissen keine Rangfolge für die Einstellung ableiten. Es kommt also nur darauf an, die hier beschriebenen Mindestanforderungen des Tests zu erfüllen.

Nach abgeschlossenem Gesamtauswahlverfahren erhalten Sie von schnellstmöglich eine Rückmeldung zu unserer Auswahlentscheidung.

### **3. Koordinationsübungen: *Der Koordinationsteil findet zurzeit nicht statt. Der Fitnessstest besteht deshalb derzeit aus nur 2 Teilen (Fitness- und Praxisteil.***

Der Koordinationsteil wird vom betriebsärztlichen Dienst der BSR durchgeführt und soll Aufschluss über Ihren Gleichgewichtssinn und Ihre Koordinationsfähigkeit geben. Die Ergebnisse des Koordinationsteils stellen kein Ausschlusskriterium dar und haben somit keinen Einfluss auf das Einstellungsverfahren. Jedoch können die Ergebnisse aus dem Koordinationsteil vom betriebsärztlichen Dienst als Grundlage für ein Vorsorgegespräch genommen werden, welches Sie auf Wunsch führen können. Die Daten werden dem betriebsärztlichen Dienst nur nach Ihrer ausdrücklichen Einwilligung zur Verfügung gestellt.

- Einbeinstand: Auf ein Bein stellen, Arme hinter dem Rücken verschränken. Das angewinkelte Bein darf während der ganzen Übung nicht den Boden berühren. In diesem Einbeinstand bleiben sie zuerst 10 Sekunden mit offenen Augen stehen. Dann schließen Sie die Augen und halten weitere 10 Sekunden diese Position. Als drittes legen Sie den Kopf mit geschlossenen Augen nach hinten in den Nacken. Die Zeit bis zum Verlust des Gleichgewichts wird gemessen.
- Seilspringen: Bei aufrechter Körperhaltung springen Sie wiederholt 20 Mal im Grundsprung über das Springseil.
- Balancieren über einen Balken: Ohne abzustiegen balancieren Sie 3 x über einen 5 m langen Balken (Kantenmaß 8x8 cm). Ein Verlassen des Balkens zur Wendung ist möglich.

Alle durchgeführten Übungen des Fitnesstests und alle Übungen im Rahmen der betriebsärztlichen Untersuchung sind hier erläutert. Sie können diese zuvor üben. Wir empfehlen allen Bewerberinnen und Bewerbern den Test nicht untrainiert durchzuführen.

## Hinweise bei Krankheitssymptomen

Sollten Sie am Tag des Fitnesstests Krankheitssymptome verspüren, bitten wir Sie, am Test nicht teilzunehmen und uns zu benachrichtigen. Wir werden dann mit Ihnen das weitere Vorgehen besprechen.

**Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und wünschen Ihnen viel Erfolg!**

## Einwilligungserklärung und weitere Hinweise

Die Teilnahme an dem Fitnesstest ist freiwillig und braucht Ihre schriftliche Einwilligung. Hierfür ist am Ende des Schreibens eine Einwilligungserklärung beigefügt, die Sie nutzen können.

Bitte senden Sie die Einwilligungserklärung per Post, Telefax oder E-Mail an folgende Adresse und bringen Sie diese am Tag des Fitnesstests mit:

Berliner Stadtreinigung  
Personal Gewinnung  
Ringbahnstr. 96  
12103 Berlin

Telefax: (030) 7592-2141  
E-Mail: [bewerbung@BSR.de](mailto:bewerbung@BSR.de)

Ihre Einwilligungserklärung muss spätestens am Tag des Fitnesstests bei uns vorliegen. Andernfalls sind Sie von der Teilnahme am Test ausgeschlossen.

Die von Ihnen erhobenen Daten über das Bestehen bzw. das Nichtbestehen der Übungen des Fitnesstests während der ärztlichen Untersuchung werden von unserem Personal der Abteilung Personal Gewinnung ausschließlich für die Entscheidung zur Einstellung einer Person genutzt. Spätestens 6 Monate nach der erfolgten Einstellung oder nach der Absage werden diese Daten vollständig gelöscht.

Sofern Sie der Weiterleitung der Ergebnisse aus dem Koordinationsteil an den betriebsärztlichen Dienst für ein mögliches Vorsorgegespräch zustimmen, werden diese Daten spätestens 9 Monate nach der erfolgten Einstellung gelöscht. Bei Nichtzustimmung werden auch diese Daten spätestens 6 Monate nach der erfolgten Einstellung oder nach der Absage von unserem Personal der Abteilung Personal Gewinnung vollständig gelöscht.

Sie können Ihre Einwilligung in die Erhebung und Verwendung Ihrer Daten im Rahmen des Tests zu jedem Zeitpunkt ohne Angabe von Gründen widerrufen. Ihre Daten werden dann sofort gelöscht. Jedoch endet damit gleichzeitig Ihre Teilnahme am Bewerbungsverfahren. Der Widerruf zur Datenweiterleitung der Koordinationsübungen an den betriebsärztlichen Dienst hat keine Auswirkungen auf das weitere Bewerbungsverfahren

Beschwerden, Auskunftsanliegen und andere Anliegen können Sie an [bewerbung@BSR.de](mailto:bewerbung@BSR.de) richten.

Bitte berücksichtigen Sie auch, dass Sie Kosten für externe Atteste oder Bescheinigungen, Seh- oder Hörhilfen selbst tragen.

Im Falle von Verletzungen bei dem Fitnesstest oder bei den Koordinationsübungen besteht nach Auskunft der Unfallkasse Berlin für daraus resultierende Heilbehandlungen kein Anspruch auf Leistungen aus der gesetzlichen Unfallversicherung. Sondern es bestehen deswegen Ansprüche gegen Ihre Krankenkasse. Ansprüche auf Schadensersatz und/oder Schmerzensgeld entstehen gegen die

BSR nicht, es sei denn, Beschäftigte der BSR, die den Fitnessstest mit Ihnen durchführen, verletzen vorsätzlich oder grob fahrlässig Sorgfaltspflichten.

Von einer momentanen Teilnahme am Fitnessstest und Bewerbung für eine Tätigkeit in unserer Müllabfuhr bzw. Straßen- und Grünflächenreinigung raten wir Ihnen ab, wenn Sie folgende gesundheitliche Einschränkungen haben:

- Operative Eingriffe an den Bandscheiben und/oder Gelenken in den letzten 12 – 24 Monaten
- Gelenk- oder Wirbelsäulenarthrose
- Wirbelgleiten
- Akuter Bandscheibenvorfall
- Schwere, chronische Lungen- und Atemwegserkrankungen
- Autoimmunerkrankungen, wie z.B. Rheuma, Morbus Crohn
- Arterielle Durchblutungsstörungen, wie z.B. durchgemachter Herzinfarkt oder Schlaganfall
- Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems

**Einwilligungserklärung**

- Ich habe das Informationsblatt gelesen, möchte am Fitnessstest teilnehmen und bin mit der dargestellten Verarbeitung meiner persönlichen Daten einverstanden.**

-----  
Datum, Unterschrift Bewerber/in

Name, Vorname	
Straße	
Postleitzahl und Wohnort	