

Ergonomie Beratung

Öko-Score
dieses Screenings:



Sie wollen mehr über unsere Nachhaltigkeits-Scores erfahren?
[Auf unserer Website finden Sie die Erläuterungen.](#)

Ergonomisch arbeiten – ein wichtiger Baustein in der Erhaltung der Arbeitsfähigkeit. Haltung bewahren und die unterschiedlichsten Belastungssituationen körperlich bewältigen zu können sind Grundlagen für ein langes und gesundes Arbeits- und Privatleben. Nur zu gerne nimmt der Mensch Ausweichbewegungen, Schutzhaltungen oder vermeintlich bequeme Positionen ein – mit der Folge von Bewegungseinschränkungen, muskulären Defiziten oder auch Schmerzen. Ergonomisch optimal gestaltete Arbeitsplätze und Arbeitsabläufe sind Bestandteil von Arbeitssicherheit und Arbeitsschutz, und demnach in den meisten Betrieben zu finden – es mangelt jedoch häufig an der Nutzung, Anwendung und der persönlichen Achtsamkeit der Beschäftigten.

Nutzen:

- Erhalten der Arbeitsfähigkeit, Linderung und Minimierung von Muskel-Skelett-Erkrankungen, Verbesserung der Mitarbeitendenzufriedenheit sowie hoher Alltagstransfer

Ablauf:

- Individuelle Begehung am Arbeitsplatz mittels Teilnehmendenliste oder flexible Teilnahme
- Individuelle praktische Tipps und Übungen für den (Arbeits-)Alltag

Umsetzung

- Vorherige Absprache mit der jeweiligen Ansprechperson
- Durchführung in Kleingruppen oder im Einzelcoaching
- Dauer pro Einheit: 15-20 min
- Maximale Veranstaltungsdauer pro Tag: 8 Stunden zzgl. Pause
- Personalbedarf: Expertin oder Experte von Aktivital ist inklusive

Wir machen Entwicklung. Erlebbar.

Erfahren Sie mehr. Schreiben Sie uns. info@aktivital.org