

## Arbeitsplatzergonomie und Rückengesundheit sowie Burnout-Prophylaxe



Drei von vier Menschen leiden mindestens einmal im Leben an Rückenschmerzen. Wird aus dem „einen Mal“ mehr, dann können Beschwerden am Bewegungsapparat hohe Kosten verursachen.



Wissen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, wie sie diesen Beschwerden vorbeugen können, sind sie interessiert, auf ihre Gesundheit zu achten.



Durch die Vermittlung von Kenntnissen über die Entstehung von Rückenschmerzen können Fehlhaltungen am Arbeitsplatz reduziert werden. Bekommen Ihre Arbeitskräfte am eigenen Arbeitsplatz individuell gezeigt, wie sie rückengesund arbeiten ist die Umsetzung direkt spürbar.

Ergänzend zu einem Vortrag werden Arbeitssituationen genau betrachtet und beurteilt. Möglichkeiten für gesunde „Bewegungspausen“ werden aufgezeigt. Der Aspekt von Muskelkräftigung und Muskeldehnung wird erläutert und erfahren. Rückengesundes Verhalten am Arbeitsplatz kann mit hoher Motivation erfahren werden.

Psychische Erkrankungen sind laut Krankenkassen weiter auf dem Vormarsch. Allein die Diagnose "Depressive Episode", die seit einiger Zeit noch vor den Rückenschmerzen den ersten Platz unter den Top-Diagnosen für Krankschreibungen rangiert verursacht für den Arbeitgeber erhebliche Kosten.

Langzeit-Krankschreibungen sind oftmals mit aufwändigen Wiedereingliederungsmaßnahmen verbunden. Ein Ausfalltag kostet das Unternehmen konservativ gerechnet etwa 500 Euro für Entgeltfortzahlung und nicht eingebrachte Produktivität. Für das mittelständische Unternehmen können so Kosten von einigen Tausend Euro entstehen. Ein wirkungsvolles Betriebliches Gesundheitsmanagement mit dem Fokus auf Burnout-Prophylaxe kann die Produktivität Ihres Betriebes steigern.

Durch ein sinnvolles Seminar- und Vortragsangebot für Ihre Mitarbeiter kann der Krankenstand gesenkt werden. Ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erfahren zusätzliche Wertschätzung durch Ihre Fürsorge.