

Kurzbeschreibung

Die **Arbeitsplatz-Analyse** untersucht die Arbeitsgestaltung mit dem Ziel, einen Prozess zur Optimierung der Arbeitsabläufe zu initiieren und eine Reduktion von bestehenden Belastungen zu erreichen. Die Mitarbeiter werden in diesen Prozess aktiv miteinbezogen.

Das **Arbeitsplatz-Coaching** befähigt die Mitarbeiter zur Anwendung einer rückenfreundlichen Arbeits-, Hebe-, Trage- und Umsetztechnik und fördert die eigene Gesundheitskompetenz.



Ziele

- Optimierung der Arbeitsbedingungen durch rückenfreundliche Arbeitsplatzgestaltung
- Aktive Beteiligung der Mitarbeiter im Verbesserungsprozess
- Reduzierung haltungsbedingter Beschwerden des Muskel-Skelettsystems
- Sensibilisierung für Rückengesundheit und Eigenverantwortung

Inhalte

- Begleitung der Mitarbeiter bei verschiedenen Arbeitsaufgaben
- Beanspruchungsanalyse der Mitarbeiter bei verschiedenen Tätigkeiten
- Direkte Rückmeldung durch Fotoaufnahmen der Ist-Situationen
- Befragung der Mitarbeiter zu besonders belastenden Arbeitstätigkeiten und etwaigen Verbesserungsideen
- Vermittlung von Rücken schonenden Arbeitstechniken für Arbeitstätigkeiten, die bis dahin Rücken belastend durchgeführt wurden
- Individuelles Training für die Mitarbeiter zur Rücken-Haltung
- Kompensation von Rücken belastenden Tätigkeiten durch Ausgleichsübungen

Organisation

- Pro untersuchten Arbeitsplatz bzw. Arbeitstätigkeit werden 20 min. kalkuliert. Es wird ausdrücklich darauf geachtet, dass die Arbeitsabläufe möglichst wenig gestört werden.

Wirksamkeit

- Sicherung der Beschäftigungsfähigkeit: Durch die Reduktion des Auftretens von Rückenbeschwerden, kann der Mitarbeiter langfristig seine Arbeitsaufgabe erfüllen.
- Verbessert die Motivation und die Arbeitsplatz-Zufriedenheit - „Finde das gut, dass der Arbeitgeber sich um meine Gesundheit kümmert“ (Aussage von Mitarbeitern).
- Steigert die Chance, auch noch im Alter fit und Rücken-gesund arbeiten zu können.
- Der Umsetzungsprozess von ausgewählten Maßnahmen kann in Form von Audits geprüft und begleitet werden.