

Gesundheit fördern!

Mitarbeiter motivieren!

Zukunft gestalten!

**Wir bewegen Ihr Unternehmen in eine
gesunde Zukunft.**

Analyse

Wir erkennen körperliche Belastungen



Arm wird bei Tastatureingabe frei gehalten:

**Starke Verspannungen im
Schulter-Nacken-Bereich**



Körperfernes Arbeiten:

**Überlastungen im Schulter-Arm-Bereich
und in der Lendenwirbelsäule**



**Immer wiederkehrende kleine
Bewegungen:**

**Überlastung der Handgelenke und der
Unterarmmuskulatur**

epcN - Ihr Netzwerk für Betriebliches Gesundheitsmanagement

Als erstes deutschlandweites Netzwerk sind wir ein schlagkräftiges Team von Physiotherapeuten mit Zusatzqualifikation zum ErgoPhysConsult®.

Wir arbeiten qualitätsgesichert mit autorisierten Methoden. Als Bewegungsexperten analysieren und bewerten wir physische und psychische Belastungen mit Wirkung auf das Muskel-Skelett-System und entwickeln für Sie individuelle Lösungen.

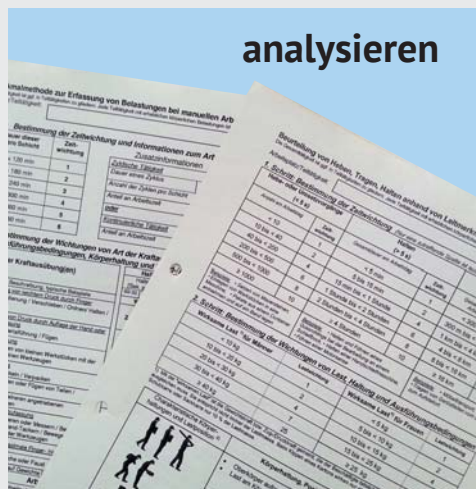
Die Bestandsaufnahme und Analyse der Arbeitssituation Ihrer Mitarbeiter am Arbeitsplatz sind die Basis, um ein individuelles Gesundheitskonzept zu planen und erfolgreich umzusetzen.



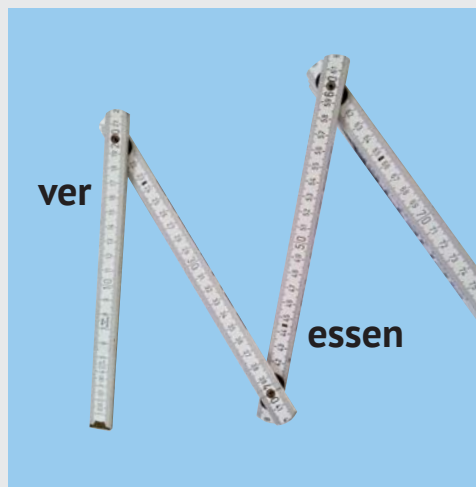
beraten



erkennen



analysieren



ver

essen

Maßnahmen

Arbeitstechniktraining und Arbeitsplatzgestaltung



„Verhaltens- und
Verhältnisprävention“

... für Mitarbeiter
in der Produktion

... für Mitarbeiter
im Büro



... für Mitarbeiter
in der Pflege

... für das
Zahnarztteam



Maßnahmen definieren und in den Betrieb einführen

Nach Auswertung der Analyseergebnisse wird ein individuelles Gesundheitskonzept mit zielgerichteten Maßnahmen erarbeitet und gemeinsam mit den Verantwortlichen definiert. Im nächsten Schritt wird das Projekt im Betrieb auf allen Hierarchieebenen eingeführt und erklärt, bevor es umgesetzt wird. Denn nur durch die Mitarbeit aller Beschäftigten „als Experten in eigener Sache“ und die Unterstützung der Vorgesetzten als Vorbild und als Multiplikatoren ist ein nachhaltiger Erfolg möglich.



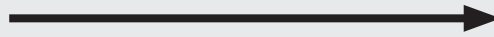
Maßnahmen

Vorher – Nachher



Änderung des Verhaltens

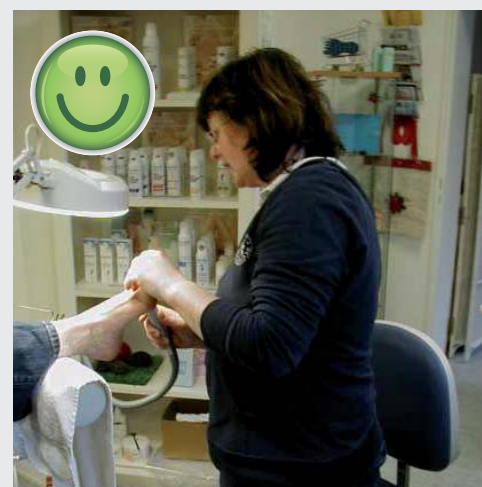
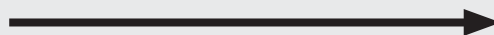
Verbesserung der Unterstützungsfläche durch Absetzen der Füße auf dem Boden.



Bücken mit gebeugten Beinen entlastet die Bandscheiben.

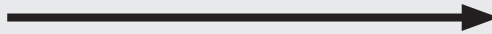


Nach Änderung der Arbeitsausgangsstellung deutlich entspanntere Gelenke.





Die Umpositionierung der Waage sorgt für eine aufrechte Körperhaltung.



Eine Optimierung des Arbeitsstuhles sorgt für Entlastung des Rückens.



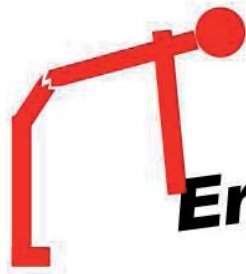
Ergonomieparcours



Der Ergonomieparcours ist ein Ausstellungskonzept mit 13 Stationen. Hier erfahren die Teilnehmer Wissenswertes zur Anatomie des Körpers und Ergonomie am Arbeitsplatz in Theorie und Praxis. Themenpunkte sind etwa der gesunde Rücken und ergonomische Arbeitsplatzgestaltung. Die Stationen können flexibel kombiniert und dort aufgestellt werden, wo Platz vorhanden ist.

Idee: Hildegard Schmidt; Diokhoden - Illustration: Sabine Gerke, Hannover



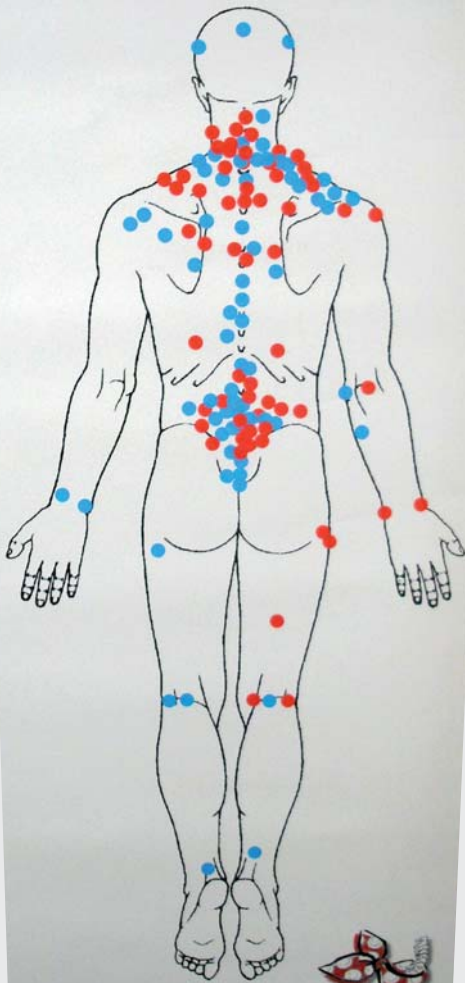


Ergonomieparcours

Eine Initiative des Ergonomiecampus



- Aua! Häufig oder ständig Beschwerden.
- Es nervt! Hin- und wieder Beschwerden.



Aktion Ermittlung von Rückenbeschwerden

Idee: Jürgen Wicharz, Umsetzung: Ergonomiecampus



Weitere Angebote

Workshops

Mitarbeiter mit ähnlichen Belastungssituationen am Arbeitsplatz können in Kleingruppen an Workshops mit Schwerpunktthemen teilnehmen.

Vorträge

Das Wissen über Vorgänge und Zusammenhänge sowie eine gezielte Aufklärung motivieren Ihre Mitarbeiter im Vorfeld und erhöhen die Bereitschaft für Veränderungen. Wir bieten Ihnen Einführungsvorträge und Vorträge zu speziellen Themen.

Wanderseminar

Ein Wanderseminar in Ihrer Umgebung ist eine lebendige Alternative zu einem herkömmlichen Seminar im geschlossenen Raum. Das Wanderseminar kann sowohl einzeln als auch als Ergänzung zu unseren übrigen Ergonomieleistungen gebucht werden.

Multiplikatorenschulung

Wir schulen einzelne Mitarbeiter als Experten in eigener Sache um die Nachhaltigkeit sicherzustellen.

Gefährdungsbeurteilung

Im betrieblichen Arbeitsschutz können wir Sie mit der Erstellung von Gefährdungsbeurteilungen unterstützen.

Individuelle Gesundheitskurse

Wir gestalten Ihnen individuelle Angebote zu den Themen Bewegung, Entspannung und Ernährung.

Ausgleichsübungen

Ihre Mitarbeiter bekommen Anregungen zur Gestaltung von aktiven Pausen zur Belastungsreduzierung direkt am Arbeitsplatz.



Immer auf dem neuesten Stand



Wir informieren uns
regelmäßig
über ergonomische
Erneuerungen.



Wir sind auf Messen präsent.



Wir probieren Hilfsmittel
nach ergonomischen
Gesichtspunkten aus.





epcN Kooperation • Baumreute 25 • 70199 Stuttgart

info@epc-netzwerk.de
www.epc-netzwerk.de