

## Ergonomisches Arbeiten

### Den Rücken entlasten beim Bewegen von Lasten und bei der Bildschirmarbeit

<b>Zielpublikum</b>	Betriebsleiter & Mitarbeitende
<b>Kursbeschreibung</b>	<p>Obwohl bereits grosse Fortschritte durch die Mechanisierung erreicht worden sind, ist der Körper des Käasers tagtäglich Belastungen ausgesetzt. Mitarbeitende von Käsereien leiden bereits in der zweiten Lebenshälfte unter Rücken-, Nacken- und Schulterbeschwerden. Dies ist auf eine Vielzahl von Risikofaktoren in der gewerblichen Käserei zurückzuführen. Wie können die Arbeitsbedingungen verbessert werden, um mit bestmöglicher Gesundheit das Rentenalter zu erreichen?</p> <p>Auch häufige und langandauernde Bildschirmarbeit kann zu verschiedenen Beschwerden, v.a. in Schultern und Nacken, führen. Nach ergonomischen Richtlinien gestaltete Arbeitsplätze wirken hier präventiv. Gleichzeitig ist es wichtig, dass die MitarbeiterInnen die Möglichkeiten bezüglich Einstellung des Arbeitsmobiliars und gesundheitsförderlichen Verhaltens am Arbeitsplatz kennen.</p>
<b>Ziele</b>	<p>In diesem Kurs erwerben Sie folgende Kenntnisse:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>➔ Sie erkennen mögliche Risikofaktoren für den Bewegungsapparat beim Lasten bewegen und bei der Bildschirmarbeit.</li><li>➔ Sie erkennen Verbesserungsmöglichkeiten und Lösungsansätze, um die körperlichen Belastungen im Betrieb (inkl. Büroarbeitsplätze) zu reduzieren.</li><li>➔ Sie tauschen sich mit ihren Kollegen aus und profitieren gegenseitig.</li></ul>
<b>Referentin</b>	Simon Erdin, AEH
<b>Datum und Ort</b>	Zu spezifizieren
<b>Dauer</b>	Halbtag, 13.15 – 16.30 h, auch vormittags möglich
<b>Kosten</b>	Gemäss separater Offerte (ca.1500.-)
<b>Bemerkungen</b>	Dieser Kurs zählt als Fortbildung in der Branchenlösung Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz von FROMARTE.

## Psychosoziale Risiken

### Prävention und Umgang mit Belastungen und Stress am Arbeitsplatz

<b>Zielpublikum</b>	Sicherheitsbeauftragte, Milchwändler, Betriebsleiter
<b>Kursbeschreibung</b>	Psychische Gesundheitsprobleme sind weit verbreitet und stellen auch für Betriebe eine Herausforderung dar. Ein Teil der Risiken hängt direkt mit den Arbeitsbedingungen zusammen. Als psychosoziale Risikofaktoren (PSR) am Arbeitsplatz gelten Faktoren bei der Arbeit, welche Leistung, Zufriedenheit und Motivation der Mitarbeitenden verringern sowie die psychische und die physische Gesundheit beeinträchtigen können. Im Kurs wird thematisiert, wie Sie sich selbst, die Mitarbeitenden und den Betrieb vor den Auswirkungen von übermässigen Belastungen schützen können.
<b>Ziele</b>	Die Teilnehmer wissen <ul style="list-style-type: none"><li>➔ wie sie im Betrieb Gefahren, Belastungen und Ressourcen erkennen und Massnahmen ableiten können.</li><li>➔ wie sie Mitarbeitende mit erhöhten Belastungen oder psychischen Problemen unterstützen können.</li><li>➔ welche Anlaufstellen zur Unterstützung zur Verfügung stehen.</li></ul>
<b>Vorbereitung</b>	Die Teilnehmer überlegen sich, welche psychosozialen Risiken (Belastungen, Stress, Verletzungen der persönlichen Integrität) in ihrem Betrieb vorhanden sind und welche Massnahmen sie bereits zur Reduktion ergriffen haben.
<b>Referentin</b>	Gina Auf der Maur, AEH
<b>Datum und Ort</b>	Zu spezifizieren
<b>Dauer</b>	Halbtag, Vor- oder Nachmittag
<b>Kosten</b>	Gemäss separatem Angebot (ca. 1500.-)
<b>Bemerkungen</b>	Dieser Kurs zählt als Fortbildung in der Branchenlösung Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz von FROMARTE.

## Reinigungsmittel und Chemikalien

### Sicherheit im Umgang mit Chemikalien

<b>Zielpublikum</b>	Sicherheitsbeauftragte, Betriebsleiter
<b>Kursbeschreibung</b>	Der Umgang mit Reinigungsmitteln und anderen Chemikalien ist ein zentrales Sicherheitsthema in Käsereien. Das Bewusstsein betreffend der Gefahren, welche von den Reinigungsmitteln und Chemikalien ausgehen, wird aktualisiert und erweitert. Diese Schulung hilft, den Umgang mit den Reinigungsmitteln und Chemikalien zu hinterfragen und nötige Anpassungen im Betrieb vorzunehmen, um die Sicherheit zu verbessern.
<b>Ziele</b>	Die Teilnehmer können <ul style="list-style-type: none"><li>➤ die Gefahren, welche von den Reinigungsmitteln und Chemikalien ausgehen, anhand des Sicherheitsdatenblatts einschätzen.</li><li>➤ die richtigen persönlichen Schutzausrüstungen für die entsprechenden Gefahrstoffe auswählen.</li><li>➤ ein einfaches Hautschutzkonzept für den Betrieb erstellen.</li><li>➤ Notfallmassnahmen festlegen.</li></ul>
<b>Vorbereitung</b>	Die Teilnehmer nehmen eine Liste der verwendeten Gefahrstoffe oder die entsprechenden Sicherheitsdatenblätter mit in den Kurs.
<b>Referentin</b>	Tanja Vitale, AEH
<b>Datum und Ort</b>	Zu spezifizieren
<b>Dauer</b>	Halbtag, Vor- oder Nachmittag
<b>Kosten</b>	Gemäss separater Offerte (ca. 1500.-)
<b>Bemerkungen</b>	Dieser Kurs zählt als Fortbildung in der Branchenlösung Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz von FROMARTE.