

Ergonomisches Arbeiten

Den Rücken entlasten beim Bewegen von Lasten und bei der Bildschirmarbeit

Zielpublikum	Sicherheitsbeauftragte, Milchhändler, Betriebsleiter		
Kursbeschreibung	<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.</p> <p>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>		
Ziele	<p>Mit dem Besuch erwerben Sie folgende Kenntnisse:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Sie erkennen mögliche Risikofaktoren für den Bewegungsapparat beim Lastenbewegen und bei der Bildschirmarbeit.➤ Sie erkennen Verbesserungsmöglichkeiten und Lösungsansätze, um die körperlichen Belastungen im Betrieb (inkl. Büroarbeitsplätze) zu reduzieren.➤ Sie tauschen sich mit ihren Berufskollegen aus.➤ Sie sind fähig, die Erkenntnisse ihren Mitarbeitern weiterzugeben.		
Referent	Simon Erdin, AEH		
Datum und Ort	<p>Dienstag, 22.03.2022 Region Zentralschweiz (Berufsbildungszentrum Natur und Ernährung Milchwirtschaft, Centralstrasse 21, 6210 Sursee)</p> <p>Dienstag, 25.10.2022 Region Ostschweiz (Toggenburgerhof, Florastrasse 2, 9533 Kirchberg SG)</p>		
Dauer	Halbtag, 13.15 – 16.30 h		
Kosten	Mitglieder der Branchenlösung Fromarte: Fr. 75.– / Person (FROMARTE-Mitglieder ein Kurs pro Jahr Gratis) Weitere Interessenten: Fr. 150.– / Person (exkl. MwSt.)		
Bemerkungen	Der Kurs zählt als Fortbildung der Arbeitssicherheit und des Gesundheitsschutzes		
Administration	<table><tr><td>FROMARTE Gurtengasse 6 Postfach 3001 Bern</td><td>Tel 031 390 33 33 Fax 031 390 33 35 info@fromarte.ch www.fromarte.ch</td></tr></table>	FROMARTE Gurtengasse 6 Postfach 3001 Bern	Tel 031 390 33 33 Fax 031 390 33 35 info@fromarte.ch www.fromarte.ch
FROMARTE Gurtengasse 6 Postfach 3001 Bern	Tel 031 390 33 33 Fax 031 390 33 35 info@fromarte.ch www.fromarte.ch		
Anmeldeschluss	10 Tage vor Kursbeginn Eine Abmeldung ist bis zu einer Woche vor Kursbeginn möglich. Bei späterer Abmeldung wird der Kurs trotzdem verrechnet. FROMARTE behält sich vor, den Kurs bei ungenügender Teilnehmerzahl zu annullieren.		