

Unsere Modul-Angebote für Sie:

Modul 1

Grundlagenseminar

Ergonomiebewusstsein schaffen

- Ergonomie - sympathisch, einfach und nachhaltig im Unternehmen vermittelt (Dauer: ca. 2 Stunden)

Praxisimpulse

- Motivationstipps zu mehr Gesundheitsbewusstsein
- Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zum Thema „Gesundes Arbeiten im Büro“
- „Der optimale Arbeitsplatz“ – Darstellung anhand eines Musterarbeitsplatzes

Modul 2

Grundlagenseminar und individuelles Coaching

Ergonomiebewusstsein schaffen

- Ergonomie - sympathisch, einfach und nachhaltig im Unternehmen vermittelt (Dauer: ca. 3 Stunden je nach Teilnehmerzahl)

Praxisimpulse

- Motivationstipps zu mehr Gesundheitsbewusstsein
- Neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zum Thema „Gesundes Arbeiten im Büro“
- Arbeitsplatzanalyse
- individuelles Coaching am Arbeitsplatz
- anschließende einmalige Nachbegehung nach 4-5 Monaten

Die Modul-Preise richten sich nach Anzahl der Teilnehmer. Preise und individuelle Module auf Anfrage.

Gemeinsam für gesündere Arbeitsplätze

Kontaktieren Sie mich und wir schauen gemeinsam, wie wir Ihr Arbeitsleben ins gesundheitliche Gleichgewicht bringen!



Katrin Wermke

Ergonomie-Coach
Quality Office Consultant
geprüfte ArbeitsplatzExpertin (EOA)

Tel.: 02542 - 87 89 831
Mobil: 0157 - 50 70 04 13
Mail: info@wermke-buero.de



wermke büro + objekt • Katrin Wermke • Hauskampstraße 30
48712 Gescher • info@wermke-buero.de • www.wermke-buero.de

ERGONOMIE SEMINARE

Für eine ergonomisch präventive Gestaltung Ihrer Arbeitsplätze.



„Wohlfühlen
am Arbeitsplatz.“

Ergonomischer Schreibtisch

Bringen Sie Bewegung in Ihren Arbeitsalltag – flexible Tischhöhen durch simple elektrische Steuerung passen sich Ihrer jeweiligen Arbeitssituation an.



So fördert ein ergonomischer Schreibtisch die Gesundheit und vor allem die Zufriedenheit Ihrer Mitarbeiter.



„Wer rastet,
der rostet.“

Ergonomischer Bürostuhl

Nichts beeinflusst die Gesundheit des Rückens und die Mobilität so sehr wie das stundenlange Sitzen am Arbeitsplatz. Der optimale Bürostuhl beugt durch dynamisches Sitzen Rückenschmerzen, Nackenverspannungen und Müdigkeit vor.



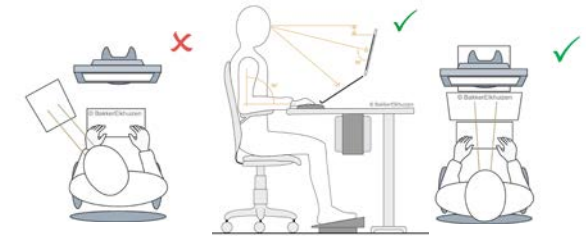
„Es gibt vieles,
was Sie tun können.“

Ergonomisches Zubehör

Dokumenten-Vorlage



Zwischen Bildschirm und Tastatur positioniert, ist eine Dokumenten-Vorlage eine intelligente Lösung, um effizienter zu arbeiten und unnötige Belastungen zu vermeiden.



Ergonomische Maus



Die Vorteile einer ergonomischen Maus: Bereits vorhandene Schmerzen im Hand- und Armgelenk werden vermindert, neue Schmerzen entstehen erst gar nicht. Im Gegensatz zu einer herkömmlichen Maus werden bei der ergonomischen Maus Elle und Speiche sowie Sehnen und Muskeln in der Hand und im Arm nur geringfügig belastet.

