

Betriebliches Gesundheitsmanagement

# Individuelle Arbeitsplatzberatung

**Individuelle Arbeitsplatz-, Gesundheits- und Fitnessberatung**  
**So erreiche ich mehr Ergonomie & Mobilität an meinem Arbeitsplatz**

## Inhalte

Der Dozent besucht den Mitarbeiter während der Arbeitszeit direkt in seinem Tätigkeitsbereich, bewertet die Verhältnisse bezüglich Ergonomie und physischer Belastung; bespricht mit dem Mitarbeiter physische Gefährdungen oder bereits vorhandene gesundheitliche Probleme; gibt Tipps und Anregungen für Verbesserungen und einen sinnvollen Ausgleich zur körperliche Belastung und steht für alle Fragen des Mitarbeiters zur Verfügung. Am Ende der Beratung weiss der Mitarbeiter, wie er sich gesundheitsbewußter an seinem Arbeitsplatz verhalten kann, nimmt negative Beanspruchungen bewußter wahr und ist somit in der Lage, aktiv darauf zu reagieren.

## Angebot

Einzelangebot/ Einzelberatung  
min. 1 Teilnehmer, max. 1 TN

## Dozent

Martin Schoppa  
Dipl. Physiotherapeut; Referent für rückengerechte Verhältnisprävention der AGR  
Einsatzgebiet: Oldenburg und im Umkreis von 50km

## Organisation

Dauer: 30 Minuten

Halbtagesveranstaltung (4,5 Stunden im Block inkl. Pausen)

Gantztagesveranstaltung (8 Stunden im Block inkl. Pausen)

Besondere Hinweise:  
Wenn gewünscht, findet am Ende eine Auswertung der Beratungsgespräche mit der Geschäftsführung statt.

