

DINDAH Ergo-Profiling bietet Ihnen

Einzelberatungen am Arbeitsplatz

- individuelle Haltungsanalyse und ergonomische Arbeitsplatzanpassung
- individuelle Anleitung Körperwahrnehmung mit Ausgleichs- und Entspannungsübungen

Einzelberatung 120 Euro/60min oder 2x30min

Systemische Beratung BGM/BGF

- Unternehmensführung und Beauftragte
- Mitarbeiterbefragungen und Gesundheitszirkel
- Gesundheitstage im Unternehmen

Seminarangebote

- Wirbelsäule – Zentral- und Achsenorgan
 - Anatomie – Physiologie – Propriozeption
 - Körperwahrnehmung – Atemregulation
- Verhaltens- und Verhältnisprävention
 - Konzentration – Entspannung – Ausgleich
- Überleitung in die Praxis
 - Dynamisches Sitzen/Stehen – Bewegte Pause – Entspannungstechniken

Seminar jeweils 300 Euro/60min oder 2x45min

Therapeutische Frühintervention

- Sensomotorische Massagen
- Entspannungstechniken
- Follow-Up der Einzelberatungsmaßnahmen

Bedarfsorientiert 1,50 Euro/min



Ergo-Profiling ist ein integrativer Ansatz zwischen Individualisierender Arbeitsplatzergonomie und Betrieblichem Gesundheitsmanagement (BGM), Arbeitsmedizin und Betrieblicher Gesundheitsförderung (BGF) sowie Prävention und therapeutischer Frühintervention vor Ort in Ihrem Unternehmen.

Ergo-Profiling versteht sich dabei als Ergänzung zur tradierten Betriebsmedizin und bietet ein flexibles und individualisiertes Beratungs- und Serviceangebot.

0176-99621504
ergo-profiling@dindah.de

DINDAH

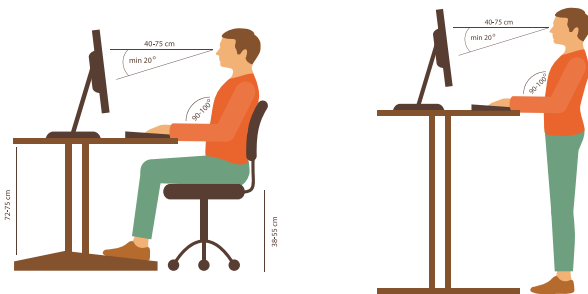
ERGO-PROFILING

www.dindah.de

Individualisierende Arbeitsplatzergonomie

Prävention und Gesundheitsförderung

Kompetenzbildung und Eigenverantwortung



Ergonomie ist als Teil des Arbeits- und Gesundheitsschutzes gesetzlich geregelt und normiert – eine tatsächlich individualisierte Anpassung von Arbeitsmitteln und an die verschiedenen körperlichen Gegebenheiten von Arbeitsplatznehmer*innen findet in den meisten Unternehmen bisher jedoch (noch) nicht statt.

Individualisierendes **Ergo-Profiling** schließt diese Präventionslücke mobil und flexibel in Ihrem Unternehmen.

Die Individualisierung des Arbeitsplatzes basiert dabei auf der medizinischen Analyse von Körperhaltung und -einstellung und geht mit einer detaillierten Aufklärung über die während der verschiedenen Arbeitsabläufe bestehenden Zwangshaltungen, Dysbalancen und Gesundheitsgefährdungen einher.



Mit der Strategie von Prävention zielt **Ergo-Profiling** auf die Minimierung bzw. Ausschaltung auslösender Faktoren für (Berufs)Krankheiten auf allen Ebenen des Arbeitslebens:

- Verhaltensprävention (Angestellte)
- Verhältnisprävention (Arbeitsplatz)
- Systemprävention (Arbeitsorganisation)

Maßnahmen der Gesundheitsförderung (LAT. SALUTOGENESE) zielen dagegen direkt auf die positiv auf Gesundheit wirkenden Faktoren sowohl im Unternehmen selbst, als auch in den außerbetrieblichen Lebenswelten (WORK-LIFE-BALANCE).

Wissensvermittlung bildet für **Ergo-Profiling** die unabdingbare Grundlage für alle Maßnahmen der Prävention, des Arbeits- und Gesundheitsschutzes sowie für effektive Gesundheitsförderung. Nur mit sachgerechter Kompetenz kann auch eine angemessene Umsetzung der Vorgaben erwartet werden.

Erst wenn sich individuelle Körperwahrnehmung mit beruflicher Körpererfahrung und faktischem Wissen zu Kompetenz verbunden haben, kann daraus Eigenverantwortung auf den Gebieten Prävention und Gesundheitsförderung erwachsen.

Ergo-Profiling bietet hierzu individuelle Beratung und interaktive Seminare zu anatomischen und physiologischen Grundlagen von Haltung und Einstellung der Wirbelsäule als zentralem „Achsenorgan“ (Körperrezeptoren, Augenkontrolle, Atemkoppelung, Zwangshaltungen, Blockaden, Eigenwahrnehmung und -regulation), allgemeinen gesundheitsförderlichen Verhaltensparametern sowie Ausgleichs-, Entspannungs- und Kräftigungsübungen direkt am jeweiligen Arbeitsplatz.