



Workshop

Skab et sundere ergonomisk arbejdsmiljø

Det ergonomiske arbejdsmiljø har stor betydning for medarbejdernes sundhed, smerter og sygefravær. Der er derfor god grund til at interessere sig for, hvordan arbejdspladsen kan være med til at skabe et sundere ergonomisk arbejdsmiljø.

Det gode ergonomiske arbejdsmiljø handler om langt mere end arbejdsstillinger og indstilling af borde og stole. Det handler også om arbejdsdagens indhold, herunder hvordan arbejdsopgaverne planlægges, organiseres og udføres, og hvordan det påvirker medarbejdernes sundhed. Med den nyeste viden på området, kan både medarbejdere og ledere få et for dem brugbart og konkret indblik i, hvordan dagligdagen på arbejdspladsen kan tilgås og håndteres på en sundere og mere hensigtsmæssig måde.

I PrimaCare tilbyder vi en ergonomi workshop, som understøtter et sundt ergonomisk arbejdsmiljø på arbejdspladsen. Workshoppen indeholder følgende:

- **Kortlægning** af de enkelte arbejdsstationer og potentielle udfordringer. Det kan eksempelvis være i forhold til adfærd i arbejdsteamet omkring temaer som tunge løft, langvarigt arbejde i en fysisk krævende arbejdsstilling eller brug af hjælpemidler.
- **Sparring** omkring udfordringer og styrker til såvel ledelsen som medarbejdere.
- **Oplæg og vejledning**, hvor medarbejderne klædes på med den nyeste viden om kroppen på arbejde, og hvordan vi med generel bevægelse og simple træningsøvelser kan understøtte det gode ergonomiske arbejdsmiljø.

