

Was kostet die **Gesundheit** im Krankheitsfall?

Berufsbezogene Prävention für mehr Wohlbefinden



Hallo liebe PROTREMO Freunde, hallo liebe PROTREMO Kunden,

die Gesundheit ist das wertvollste Gut im Leben eines Menschen. Gerade im Berufsalltag wird das oftmals vergessen. Mittlerweile leiden mehr als 80% der Bevölkerung an Rückenbeschwerden. Mehr als 20% der Krankheitstage mit Arbeitsausfall beruhen auf Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems. Diese Ausfallzeiten kosten dem Arbeitgeber viel Geld und die Lebensqualität des Betroffenen wird durch ständige Schmerzen deutlich gemindert.

Das muss nicht sein. Die richtige Nutzung einer ergonomischen Büroeinrichtung verhindert Rückenschmerzen und Verspannungen. Dazu steigern ergonomische Bürostühle und Schreibtische das Wohlbefinden sowie die Leistungsfähigkeit. Ein ergonomischer Bürostuhl sollte bequem sein und muss sich individuell auf den „Besitzer“ einstellen lassen. Hierzu gehören Funktionen wie eine stufenlose Höheneinstellung, eine Sitztiefenverstellung zur Anpassung der Sitzfläche an die Beinlänge, höhen-, breiten- und tiefenverstellbare Armlehnen mit einer weichen Armauflage, eine höhenverstellbare Lumbalstütze und die Einstellung des Gegendrucks der Rückenlehnenneigung passend zum Körpergewicht. Beim Schreibtisch ist es wichtig, dass dieser in der Höhe passend zur Körpergröße eingestellt werden kann und ausreichend Bewegungsfreiheit zulässt.

Leider werden Bürostuhl und Schreibtisch nur selten richtig eingestellt und so genutzt, wie es sinnvoll wäre. Genau hier setzen wir mit unserem Konzept „Berufsbezogene Prävention für mehr Wohlbefinden“ an. Im Rahmen einer Arbeitsplatzanalyse zeigen wir den Benutzern die richtige Einstellung zum Erhalt der Gesundheit und geben sinnvolle Tipps zur richtigen ergonomischen Nutzung. Unsere kompetenten und speziell ausgebildeten Fachkräfte machen das leicht verständlich und sehr effektiv.

Interessiert? Gerne beraten wir Sie zu diesem Thema und unterbreiten Ihnen ein Angebot für die Arbeitsplatzanalyse. Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen!

Viele Grüße



Holger Herbst
Gründer und Vorstand PROTREMO AG



Kosten für Arbeitsausfall

ergonomisch gesundes Sitzen

Erhaltung der Gesundheit

Ihre Gesundheit liegt uns am Herzen

Effizienz steigern

mehr Wohlbefinden

gesundheitliche Probleme

- 4 Ergonomisch richtig eingestellte Büroausstattung
- 5 Richtiges Sitzen ist Einstellungssache
- 6 berufsbezogenen Prävention
- 7 Ihre GESUNDHEIT liegt uns am Herzen
- 7 Beratung

Eine ergonomisch richtig eingestellte Büroausstattung verhindert gesundheitliche Probleme der Nutzer.

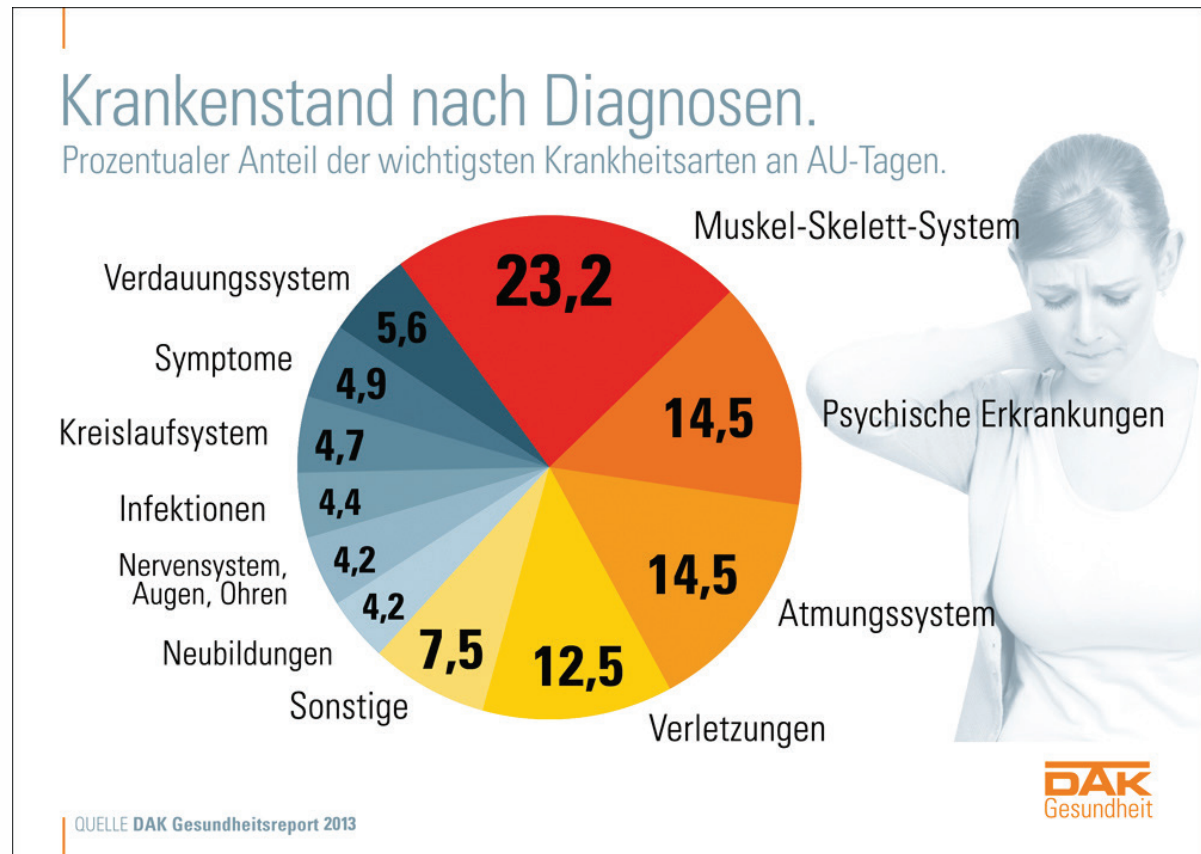
Mit dieser Broschüre möchten wir Arbeitgebern und Arbeitnehmern ins Bewusstsein rufen, dass eine Büroausstattung ergonomisch richtig eingestellt sein muss, denn sonst sind gesundheitliche Probleme der Nutzer eine nicht zu verhindernde Folge. Damit einhergehen erhebliche Kosten für Arbeitsausfall, Arztbesuche und natürlich für die Verminderung der Leistungsfähigkeit.

Die nebenstehende Grafik zeigt, dass Erkrankungen des Muskel-Skelett-Systems den höchsten prozentualen Anteil der Krankheitsarten mit Arbeitsausfalltagen haben.

Häufig liegen die Ursachen für diese gesundheitlichen Probleme in falsch eingestellten Büroarbeitsplätzen.

Die Auswirkungen sind fatal: Ständige Schmerzen, Arztbesuche, Krankschreibungen, Besuche bei Orthopäden und Physiotherapeuten sowie eine dauerhafte Minderung der Leistungsfähigkeit kosten dem Arbeitgeber viel Geld. Dazu wird das Wohlbefinden des Arbeitnehmers deutlich vermindert.

Das muss nicht sein. Vereinbaren Sie einen Termin zur Analyse Ihrer Büroarbeitsplätze und erkennen Sie Chancen zur Steigerung der Leistungsfähigkeit Ihrer Mitarbeiter.



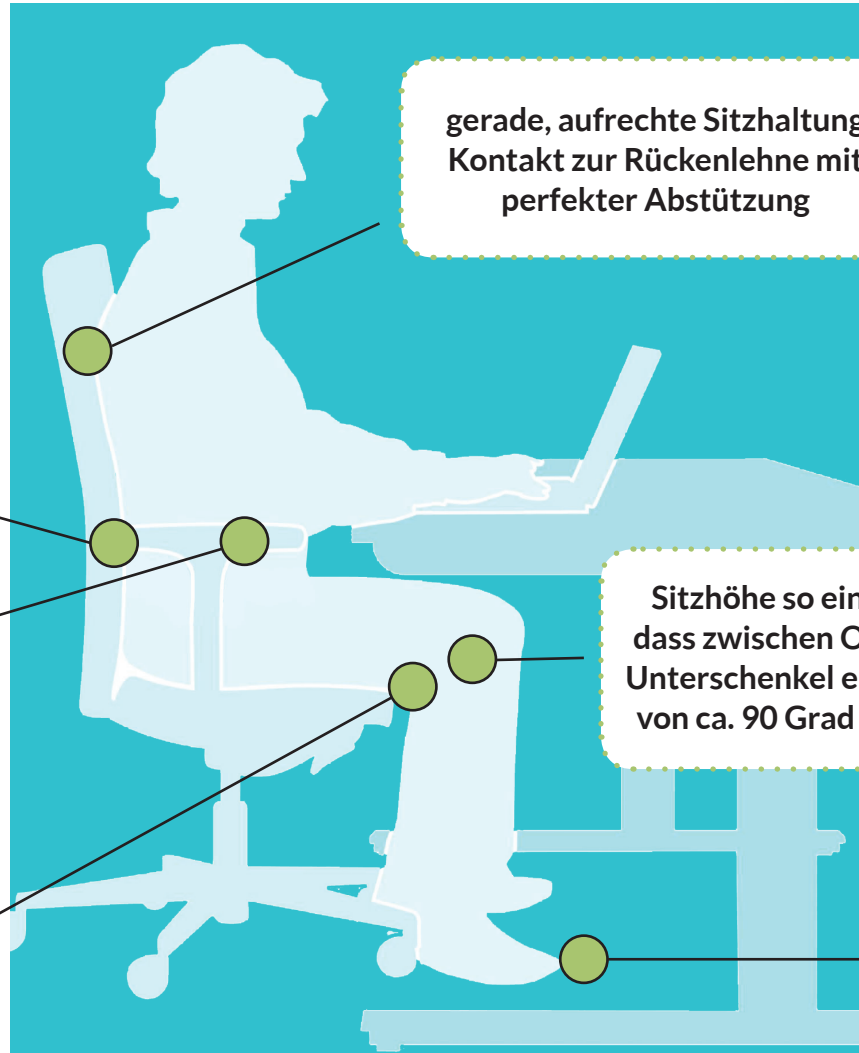
Richtiges Sitzen ist Einstellungssache

Jeder Besitzer hat natürlich auch ein gewisses Maß an Eigenverantwortung. Das heißt, dass jeder selbst dafür verantwortlich ist, dass sowohl der Bürodrehstuhl wie auch der Schreibtisch richtig eingestellt ist.

**Gegendruck der Rückenlehne
passend zum Körpergewicht
einstellen**

**Arme liegen auf Armlehnen auf,
Entlastung der Haltemuskulatur
und dadurch keine
Verspannungen**

**Sitztiefe so einstellen,
dass zwischen Stuhlkante und
Kniekehle ca. eine handbreite
Platz ist**



**gerade, aufrechte Sitzhaltung
Kontakt zur Rückenlehne mit
perfekter Abstützung**

**Sitzhöhe so einstellen,
dass zwischen Ober- und
Unterschenkel ein Winkel
von ca. 90 Grad entsteht**

**Füße stehen gerade
auf dem Boden**

Ergonomisch gesundes, richtiges Sitzen ist Einstellungssache.

Nur ein ergonomischer Bildschirmarbeitsplatz schützt Sie vor gesundheitlichen Schäden.

Bürostuhl und Schreibtisch müssen dazu richtig eingestellt werden.

Moderne Büromöbel und Bürostühle bieten eine Menge an ergonomischen Features zur Erhaltung der Gesundheit und sorgen bei richtiger Nutzung für mehr Wohlbefinden.

Nebenstehende Grafik zeigt, auf was Sie bei der Einstellung achten sollten.

Jedes Unternehmen kann durch Prävention Geld sparen, seine Effizienz steigern, Angestellte binden und dabei die Gesundheit schützen.

Berufsbezogene Prävention Grundkenntnisse der ergonomischen Arbeitsplatzgestaltung und Bewegung

- Arbeitsplatzanalyse vor Ort
- Einstellen des Arbeitsplatzes, von richtigen ergonomischen Einstellungen der Büroausstattung bis hin zur Nutzung des Equipments am jeweiligen Arbeitsplatz
- umfassende, verständliche Beratung zur richtigen Nutzung der Arbeitsmittel
- Aufzeigen präventiver Maßnahmen die alltagstauglich sind, um Haltungsschäden, Nackenverspannungen, Kopfschmerzen und Venenleiden vorzubeugen
- spezielle Atemtechniken, Thera-Band Übungen und mehr

Die Durchführung erfolgt durch geprüfte und zertifizierte Ergonomie-Instruktoren für die Arbeitswelt.



Ihre **GESUNDHEIT** liegt uns am Herzen.

Welchen Nutzen haben Arbeitgeber?

- Weniger Krankschreibungen
- Mehr Wohlbefinden am Arbeitsplatz
- Reduzierung der Kosten für Arbeitsausfall
- Höhere Leistungsfähigkeit der Mitarbeiter
- Produktivitätssteigerung
- Steigerung der Mitarbeitermotivation
- Bindung der Mitarbeiter an das Unternehmen
- Gesundheitsförderung ist steuerlich absetzbar

Welchen Nutzen haben Arbeitnehmer?

- Ergonomisch gestalteter Arbeitsplatz
- Körperlich und geistig bessere Verfassung
- Mehr Wohlbefinden und mehr Lebensqualität
- Keine Rückenschmerzen, Verspannungen etc.
- Das vermittelte Wissen kann zu jeder Zeit angewendet werden
- Grundwissen um Arbeitsplatzausstattung und Bürosport bleibt langfristig erhalten
- Ergänzung zu Sport und Physiotherapie

Interessiert? Gerne unterbreiten wir Ihnen ein individuelles Angebot für die Analyse Ihrer Büroarbeitsplätze.



+49 2332. 788 651-10



kundenservice@protremo.com



Sitzmöbel

Büromöbel

Stahlmöbel

and more

SALES%

Bestseller

[0 Artikel](#) | 0 €

[Zur Kasse](#)

WIR „VERMÖBELN“ IHR BÜRO

