



Ausbildung
**Ergonomie - Scout
Industrie**

Motivierte, ausgeglichene und gesunde Mitarbeiter sind Garanten für Erfolg und Umsatzstärke eines Unternehmens.

Doch wie produktiv kann man sein, wenn Rücken und Nacken schmerzen? Eine gesunde Körperhaltung, der richtige Umgang mit Arbeitsgeräten und ein effizientes Energiemanagement sind effektive Maßnahmen, um das Wohlbefinden und damit auch die Leistungsfähigkeit Ihrer Arbeitnehmer zu steigern.



Die Ausbildung zum Ergonomie - Scout Industrie vermittelt den Teilnehmern Fehlhaltungen am Arbeitsplatz zu erkennen, zu analysieren und zu vermeiden, sowie Kollegen zu beraten.

In insgesamt 24 Unterrichtsstunden wird erläutert, wie ein Arbeitsplatz optimal eingerichtet wird, wie körperliche Belastungen vermieden und wie diese Veränderungen nachhaltig umgesetzt werden können.

Ein ausgebildeter Ergonomie - Scout im eigenen Haus gewährleistet durch stete Kontrolle des Umfeldes und der Arbeitsweise der Kollegen die dauerhafte Erhaltung von gesundheitsfördernden, rückengerechten sowie stressmindernden Verhaltensweisen und trägt somit zu einer positiven Arbeitseinstellung im Unternehmen bei.

Folgende Inhalte werden vermittelt:

1. Termin

14. Oktober 2020

- **Ergonomie und die Leitmerkalmethode**
 - o Physische Gefährdungsanalysen am Beispiel der Leitmerkalmethode
 - o Berechnung einer Arbeitssituation

2. Termin

21. Oktober 2020

- **Bildschirmarbeitsplatz**
 - o Arbeitsalltag Sitzen, Einstellung des Bildschirmarbeitsplatzes
 - o Statik unseres Körpers, optimale Haltung, Empfehlung je nach Aufgabenbereich
 - o Arbeitsgeräte wie Tastatur, Maus, Drucker und Telefon
 - o Bildschirmarbeitsplatzbrille vs. Gleitsichtbrille

3. Termin

28. Oktober 2020

- **Gewerblicher Arbeitsplatz**
 - o Heben, Tragen, Schieben, Ziehen
 - o Einsatz von Hilfsmitteln





4. Termin

4. November 2020

- **Raum und Umgebung**
 - o Licht, Lärm, Luft, Klima, Elektronik
 - o Verbesserung der Raumnutzung

5. Termin

18. November 2020

- **Stressmanagement – Wie beeinflusst Wohlbefinden die Körperhaltung?**
 - o Positiver Stress als Motivator
 - o Zusammenhang von Stress mit Nacken- und Rückenproblemen
 - o Psychische Gefährdungsanalyse am Beispiel einer ASITA (Arbeitsplatzanalyse)

6. Termin

25. November 2020

- **Energiemanagement**
 - o Selbst- und Pausenmanagement – Pausengestaltung
 - o Schichtarbeit
 - o Ernährung im Büro und bei körperlich aktiver Tätigkeit
 - o Nervennahrung – Süßes am Arbeitsplatz. Warum brauchen wir Schokolade?

7. Termin

2. Dezember 2020

- **Ergonomie in anderen Lebenssituationen**
 - o ArbeitsMedVV, Gesundheitsuntersuchungen
 - o Fließarbeit, Ergonomie im Auto, Ergonomie am Telefon und Tablet

8. Termin

9. Dezember 2020

- **Begehung**

9. Termin

16. Dezember 2020

- **Wirksamkeitskontrolle**
 - o Test zu allen behandelten Themen



Zielgruppe: Mitarbeiter im Bereich Fertigung oder Logistik die durch diese Zusatzqualifikation zu einem ergonomisch angepassten Arbeitsumfeld beitragen wollen

Termine:

1. Termin: Mittwoch, 14.10.2020
2. Termin: Mittwoch, 21.10.2020
3. Termin: Mittwoch, 28.10.2020
4. Termin: Mittwoch, 04.11.2020
5. Termin: Mittwoch, 18.11.2020
6. Termin: Mittwoch, 25.11.2020
7. Termin: Mittwoch, 02.12.2020
8. Termin: Mittwoch, 09.12.2020
9. Termin: Mittwoch, 16.12.2020

jeweils 16:30 Uhr bis 19:00 Uhr

Referentin: Sylvia Kronshage, Fachkraft für Ergonomie mit TÜV Rheinland geprüfter Qualifikation, Personal Trainerin und Rückenexpertin

Teilnehmerzahl: Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Personen begrenzt.

Seminargebühr: 599,00 € einschließlich Seminarunterlagen und Teilnahmebescheinigung

Anmeldeschluss: 29. September 2020

Ort: Seminarraum Bildungswerk der Graftschafter Wirtschaft e.V.,
NINO-Hochbau Kompetenzzentrum Wirtschaft, NINO-Allee 11
48529 Nordhorn





**Anmeldung – Fax an 05921 7801-61 oder
per Mail an bw@wirtschaft-grafschaft.de**

Firma (Stempel)

Datum

E-Mail

Ansprechpartner

Seminar

Ergonomie - Scout Industrie

- Termine:**
- 1. Termin: Mittwoch, 14.10.2020
 - 2. Termin: Mittwoch, 21.10.2020
 - 3. Termin: Mittwoch, 28.10.2020
 - 4. Termin: Mittwoch, 04.11.2020
 - 5. Termin: Mittwoch, 18.11.2020
 - 6. Termin: Mittwoch, 25.11.2020
 - 7. Termin: Mittwoch, 02.12.2020
 - 8. Termin: Mittwoch, 09.12.2020
 - 9. Termin: Mittwoch, 16.12.2020

jeweils 16:30 Uhr bis 19:00 Uhr

Zu obiger Weiterbildung melden wir verbindlich an:

Modul	Name, Vorname	E-Mail-Adresse

Es gelten die allgemeinen Teilnahmebedingungen des Bildungswerkes (siehe Homepage).

Ort, Datum

Firma, Unterschrift





ALLGEMEINE TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Anmeldung

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Eingangs berücksichtigt. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

Zahlungsmodalitäten:

Die Lehrgangsgebühr ist, unabhängig von den Leistungen Dritter, vom Lehrgangsteilnehmer/Vertragspartner 14 Tage nach Erhalt der Rechnung zu begleichen. Lehrgangsgebühren über 200,00 € können ratenweise gezahlt werden, vorausgesetzt, der Teilnehmer gibt die schriftliche Einwilligung zum Bankeinzugsverfahren.

Vertragskündigung:

Erfolgt eine schriftliche Kündigung des Lehrganges beim Bildungswerk der Grafschafter Wirtschaft mindestens 10 Werktage vor Beginn der Veranstaltung, fällt keine Lehrgangsgebühr an.

Eine Kündigung beim Kursleiter ist unwirksam. Ein Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Kündigung.

Teilnehmer, die erst später kündigen, nicht zu der 1. Lehrgangsveranstaltung erscheinen oder bereits Lehrgangsstunden besucht haben, müssen die Lehrgangsgebühr anteilig bis zum Ablauf des Monats, in dem die schriftliche Kündigung beim Bildungswerk der Grafschafter Wirtschaft e.V. eingeht, begleichen. Zusätzlich wird eine Verwaltungsgebühr in Höhe von 10% der Gesamtlehrgangsgebühr erhoben.

Absage des Lehrgangs:

Lehrgänge können seitens des Bildungswerks der Grafschafter Wirtschaft e.V. abgesagt werden, wenn nicht genügend Anmeldungen eingehen oder sonstige Gründe die Durchführung eines Lehrgangs nicht ermöglichen.

Im Fall der Absage eines Lehrgangs werden bereits bezahlte Gebühren erstattet. Ein Schadenersatzanspruch kann gegen das Bildungswerk nur wegen vorsätzlichen oder grobfahrlässigen Verhaltens geltend gemacht werden.

Teilnahmebescheinigung:

Voraussetzung für den Erhalt der Teilnahmebescheinigung ist die Teilnahme an mindestens 80 Prozent der Lehrgangsstunden.