

Individuelle Ergonomie-Beratung von Mitarbeitenden an PC-Büroarbeitsplätzen am Hauptsitz und in sechs Aussenstellen bei Arbeitspartnern in Basel und Umgebung



## PROJEKTBSCHRIEB

Seit 1987 steht die gaw für professionelle und nachhaltige Arbeits- und Wohnintegration für Menschen mit psychischen Beeinträchtigungen in der Region Basel.

Ziel des Auftrages war die individuelle ergonomische Beratung von ca. 45 Mitarbeitenden bezüglich der Einrichtung ihrer PC-Büroarbeitsplätze. Fehlverhalten und ungeeignete Einstellungen von Arbeitsgeräten können zukünftig mit dem erworbenen Wissen verhindert oder reduziert werden. Den Mitarbeitenden wurde aufgezeigt, wie die Arbeitsgeräte und -mittel optimal eingestellt und platziert werden. Die Mitarbeitenden hatten unterschiedliche Anliegen auf die dank der persönlichen Beratung gezielt eingegangen werden konnte, was sehr geschätzt wurde. Sie erhielten zudem konstruktive Empfehlungen zu Bewegungsabläufen und zum Einsatz sinnvoller ergonomischer Hilfsmittel.

← *Basel*

## DURCHGEFÜHRTE ARBEITEN

- Individuelle Ergonomie-Beratungen der Mitarbeitenden:
  - Persönliche Beratung am jeweiligen PC-Bildschirmarbeitsplatz mit Erklärung, auf was aus ergonomischer Sicht beim Einrichten desselben zu achten ist.
  - Anpassung der Sitz- und Arbeitsplatzhöhe und ergonomische Anordnung der Arbeitsmittel.
  - Aufzeigen, welche Möglichkeiten der eigene Bürodrehstuhl bietet.
  - Instruktion zur Arbeitsplatzausrichtung und zum TOP-Prinzip (Verhältnis- und Verhaltensergonomie).
  - Informationen zu geeigneten ergonomischen Hilfsmitteln.
  - Aufzeigen geeigneter Körperübungen samt Abgabe von Anleitungen zur Ausführung derselben.
  - Vermittlung anatomischer Grundkenntnisse zur ausreichenden Durchblutung der Bandscheiben.
  - Eingehen auf vielerlei Fragen, zum Beispiel was beim Arbeiten mit einem Notebook zu beachten ist.