

Ergonomi Checkup

Forebyg kontorskader via Ergonomi Checkup

Ergonomi

Ergonomi er den videnskab der beskæftiger sig med mennesker og deres arbejde.

Anatomiske, fysiologiske og mekaniske principper inddrages med det formål at optimere arbejdsforhold og sikre effektivitet. Samtidig holdes det for øje, at arbejdet udføres sundheds- og sikkerhedsmæssigt fuldt forsvarligt.

Virksomheder har i stigende grad fokus på medarbejdernes arbejdsbetingelser. Gode arbejdsforhold er vigtige i forhold til at mindske sygefravær på grund af arbejdsbetingede lidelser. Gode arbejdsforhold kan endvidere øge medarbejdernes motivation, effektivitet og trivsel på arbejdspladsen. CityFys har erfaringen og ekspertisen til at rådgive virksomheder omkring alle ergonomiske forhold.

Ergonomi Checkup

Et Ergonomi Checkup i din virksomhed består kort fortalt af en individuel samtale med de enkelte medarbejdere samt en gennemgang og indstilling af deres kontorarbejdspladser, så kontorskader kan undgås. Samtalen med den enkelte medarbejder kan omhandle alle relevante områder for personen og ikke kun ergonomi. Der tales om sundhed, motion, egenindsats m.m.

Et Ergonomi Checkup gennemgår alle relevante ergonomiske faktorer, som har sammenhæng med kroppens påvirkning ved længere tids arbejde ved kontorarbejdspladsen.

Følgende emner bliver taget op

- Indretning af arbejdspladsen:
 - Stolen
 - Pc-bordet
 - Skærmen
 - Lys
 - Tastaturet
 - Musen
- Undgå museskader – anvend musen hensigtsmæssigt
- Fokus på siddestillinger
- Instruks i relevante øvelser ved arbejde med pc
- Motivering til relevant egenindsats



Løsningsforslag

Umiddelbart i forbindelse med rådgivningen gives konkrete løsningsforslag. Virksomheden har også mulighed for at få udarbejdet en rapport på løsningsforslagene.

Yderligere oplysninger

Målgruppe: Ansatte, som arbejder ved kontorarbejdsplads.

Varighed: Ca. 20 minutter pr. medarbejder.

Pris: Kr. 849,00 pr. time.

Prisen er ekskl. moms og ekskl. befordring.

Kontakt for mere information:

Arbejds miljøkoordinator Søren Hald

E-mail: sh@cityfys.dk

Telefon: 70 200 726