

Wie?

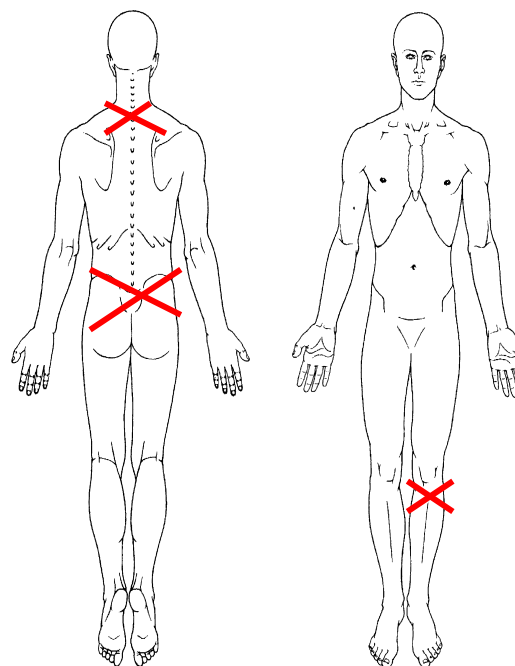
Warum?

Wann?



Handlungsanlass

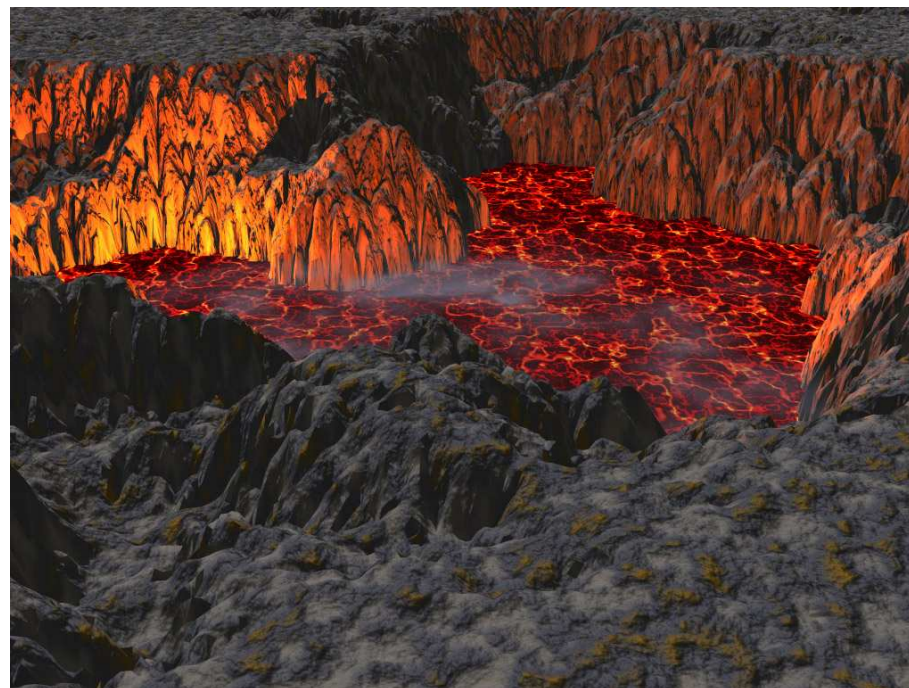
Erkrankungen des Muskel- Skelett-Systems



Handlungsanlass

Stressindikatoren:

- Herzkreislauf
- Hormonspiegel
- Bewegungsverhalten



Seminar

Ziel:

- Arbeitsplatztraining
- Hilfsmiteileinsatz
- Genussmittelkonsum



Handlungsanlass

Inhalt:

- Belastungen
- Beanspruchungen
- Tätigkeiten:
 - Heben und Tragen
 - Ziehen und Schieben
 - ständig auf den Beinen sein
 - auf den Knien
 - Sitzen
- Arbeitsplatztraining



Seminar

Packen wir es an!



Seminarablauf



Sensibilisieren

