

# Stärken Sie Ihren Mitarbeitern den Rücken.

Verhaltensprävention und Rücken-  
Screening mit der MediMouse®  
von TÜV Rheinland.



4.12.2017

© TÜV, TÜEV und TÜV sind eingetragene Marken. Eine Nutzung und Verwendung bedarf der vorherigen Zustimmung.

AMD TÜV  
Arbeitsmedizinische Dienste GmbH  
TÜV Rheinland Group  
Alboinstraße 56  
12103 Berlin  
Tel. 0800 6649062-0  
info-amd@de.tuv.com

[www.tuv.com](http://www.tuv.com)

 **TÜVRheinland®**  
Genau. Richtig.

[www.tuv.com](http://www.tuv.com)

 **TÜVRheinland®**  
Genau. Richtig.

# Rückenbeschwerden müssen nicht sein.

War vor wenigen Jahren noch der Gang ins benachbarte Büro oder zum Kollegen nötig, wird heute nahezu alles von einem Arbeitsplatz aus per Mausklick erledigt oder gesteuert. Das ist zwar bequem und spart Zeit, tut unserem Rücken aber überhaupt nicht gut. Kommt dann noch eine falsche Sitzhaltung oder Standposition dazu, sind Rückenbeschwerden kaum zu vermeiden – und Ausfälle vorprogrammiert. Dabei ist die Lösung ganz einfach.



Der Mensch ist nicht zum dauerhaften Sitzen oder Stehen geschaffen: Unser gesamter Organismus braucht Bewegung, damit er langfristig gesund bleibt. Stundenlanges Arbeiten vor dem Bildschirm, langes Stehen oder Zwangshaltungen können schnell zu gesundheitlichen Beschwerden wie verspannten Schultern oder Rückenbeschwerden führen, unter denen nicht nur der Betroffene leidet. Erkrankungen des Muskel- und Skelettsystems liegen bei der Anzahl der Fehltagge seit Jahren an vorderster Stelle. Aber Rückenleiden (und damit Ausfallkosten) können minimiert werden – durch Aufklärung und Vorsorge.

#### NEHMEN SIE IHRE RÜCKENGESUNDHEIT SELBST IN DIE HAND.

Rückenbeschwerden sind kein Schicksal, sondern entstehen überwiegend durch falsche Körperhaltung und Verhaltensweisen. Daher sind präventive Strategien hier besonders wirkungsvoll und haben nachweislich Auswirkungen auf den wirtschaftlichen Unternehmenserfolg. Die Eigenverantwortung der Mitarbeiter zu wecken und sie für ihre Gesundheit zu sensibilisieren, ist dabei der erste Schritt.

#### WER BESCHIED WEISS, KANN HANDELN.

Mit dem computergestützten und mobilen Messgerät MediMouse® visualisieren die Experten von TÜV Rheinland die Körperhaltung und sensibilisieren Ihre Mitarbeiter zu ergonomisch richtigen Bewegungen. Gerne unterstützen unsere Fachleute auch bei der Umsetzung von verhaltenspräventiven Maßnahmen (z. B. zu individuellen Bewegungskonzepten, zum richtigen Sitzen und Stehen, zur Arbeitstechnik) oder geben weitergehende Empfehlungen zur Verhältnisprävention (z. B. gesunde Arbeitsbedingungen).

#### RÜCKEN-SCREENING NACH IHREN BEDÜRFNISSEN

Messung der Haltung und Beweglichkeit mit Hilfe der MediMouse®

- Strahlungsfreie Messung, Analyse und Visualisierung der Körperhaltung
- Messung der Körperhaltung
- Messung der Beweglichkeit
- Messung der Rumpfstabilität
- Beratungsgespräch mit Anmerkungen zur Eigenverantwortung
- Auswertung und Trainingsplanempfehlungen
- Diskussion des individuellen Risikoprofils
- Evaluation: Kurzprofil zur Rückengesundheit in Ihrem Unternehmen

#### GUT FÜR IHR UNTERNEHMEN ...

- Die Eigenverantwortung der Mitarbeiter für ihre Gesundheit steigt.
- Ihre Mitarbeiter sind informiert und sensibilisiert für eine korrekte Körperhaltung und Bewegungsabläufe am Arbeitsplatz.
- Die Motivation und Identifikation mit dem Unternehmen wird erhöht.
- Das Image des Unternehmens wird aufgewertet.
- Ausfallzeiten können positiv beeinflusst werden.

#### ... UND GUT FÜR IHRE MITARBEITER!

- Das Bewusstsein der Mitarbeiter für das Thema Rückengesundheit wird gestärkt.
- Ursachen für Rückenleiden werden erkannt und thematisiert.
- Ihre Mitarbeiter erhalten relevante Informationen zum ergonomischen Verhalten am Arbeitsplatz.
- Ihre Mitarbeiter bekommen konkrete Hinweise und Empfehlungen für gesunde Verhaltensweisen am Arbeitsplatz und im Privatbereich.

#### HABEN WIR SIE NEugierig GEMACHT?

Sprechen Sie uns an.