



UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
HEIDELBERG



KONTAKTDATEN

Stabsstelle Betriebliches Gesundheitsmanagement
Fit im Klinikum | Francesca Profit

Berliner Str.49 | 69120 Heidelberg

Tel: 06221 56-38969

E-Mail: francesca.profit@med.uni-heidelberg.de



Fit im Klinikum
BODY & MIND

DYNAMISCHE
ARBEITSPLATZBERATUNG
DES BETRIEBLICHEN
GESUNDHEITSMANAGEMENTS





WAS IST DIE DYNAMISCHE ARBEITSPLATZBERATUNG?

Zu langes Sitzen, monotone Bewegungen und falsche Haltungen sind große Risikofaktoren für eine Vielzahl an Erkrankungen. Die dynamische Arbeitsplatzberatung hilft Ihnen, Ihren Arbeitsalltag und die Arbeitsabläufe gesundheitsförderlicher zu gestalten. Die Beratung findet in Zusammenarbeit zwischen dem Betrieblichen Gesundheitsmanagement, der Arbeitssicherheit und dem Betriebsärztlichen Dienst statt. Eine Beratung kann folgende Bausteine beinhalten:

- Analyse des Bewegungsverhaltens am Arbeitsplatz
- Einsatz von Hilfsmitteln
- Gesundheitsförderliche Optimierung von Arbeitsabläufen
- Infrarotgestützter Rückenscan in verschiedenen Haltungen mit individuellem Trainingsplan zur Optimierung der Haltung, Flexibilität und Stabilität der Wirbelsäule
- Bei Bedarf: Vermittlung an weitere Beratungsstellen zur Mitarbeitergesundheit im Klinikum

FÜR WEN IST DIE DYNAMISCHE ARBEITSPLATZBERATUNG?

Die Beratung ist für alle geeignet, die ihre Arbeitszeit dynamischer gestalten und die Rahmenbedingungen unter gesundheitsförderlichen Aspekten verbessern möchten.

WO FINDET DIE BERATUNG STATT UND WIE LANGE DAUERT SIE?

Die Beratung findet direkt an Ihrem Arbeitsplatz statt. Über die Dauer entscheiden Sie selbst. Wir nehmen uns genug Zeit, um all Ihre Anliegen zu besprechen.

Der Rückenscan findet aufgrund der benötigten Materialien bei uns im Mathematikon statt.

WER TRÄGT DIE KOSTEN?

Die Beratung ist kostenfrei für Sie.

WIE KANN ICH EINEN TERMIN VEREINBAREN?

Sie können den Termin telefonisch unter 06221 56-38969 oder per E-Mail an: FitimKlinikum.GB1@med.uni-heidelberg.de vereinbaren.

Weitere Informationen finden Sie im Intranet auf den Seiten von Fit im Klinikum



ES IST DIE GESUNDHEIT,
DIE DER WAHRE REICHTUM IST

Mahatma Gandhi

